

道の駅「遠山郷」グランドオープン



特集

- 道の駅「遠山郷」グランドオープン!!
- 山とともに生きる
— 遠山郷のあゆみとくらし —

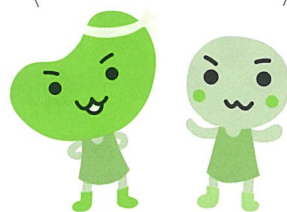
信州の南の玄関口として

【情報発信の拠点と来訪者との交流の場】

「かぐらの湯」の復活に合わせて、道の駅全体をリニューアル。回廊の柱材には、遠山中学校の学有林で育ったヒノキが使われています。

おまめで

少しずつ、涼しい風が吹く日も
増えてきたよね。
みんなも、夏の疲れは
出てないかな？



マメ太郎 マメ子
飯田市社協公式イメージキャラクター

2025

8

特別号

令和7年度 高校生ボランティアワークキャンプ

飯田市社会福祉協議会は、災害と地域福祉を考える「高校生ボランティアワークキャンプ事業」を今年度も開催します。飯田下伊那の高校生16名が8月7日から8日にかけて、令和6年能登半島地震で被災した石川県能登町を訪問します。この事業では、能登町の復興に向けた支援活動や地域福祉の実践を学びます。被災地の現状を視察し、自分の住む地域が被災した際に何ができるかを考え、地域とのつながりや助け合いの重要性を学ぶ機会とします。詳細は後日ご報告します。

飯田市社会福祉協議会

この情報誌は皆様からの社協会費で発行されています。

ホームページ



YouTube



Facebook



Instagram



日帰り健康温泉

ほっ湯アップル

で健康づくりを
してみませんか？

健康面を重視した温泉施設

温泉の効能はもちろん、健康のための水中運動、床運動を多数開催（詳細裏面）しております。

湯量豊富（毎分600ml）で最高泉質の源泉を毎日入替してお待ちしております。

■泉 質／アルカリ性単純温泉
水素イオン濃度 pH10.08
（からだに対して刺激が少ないので
お年寄りにもよい）

■適応性／神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩
運動麻痺、関節のこわばり
うちみ、くじき、慢性消化器病
痔病、冷え性、病後回復期
健康増進

営業時間

午前11時～午後9時
（午後8時30分までにご入場ください）

休業日

毎週月曜日（祝日と重なった場合は営業）

入 場 料

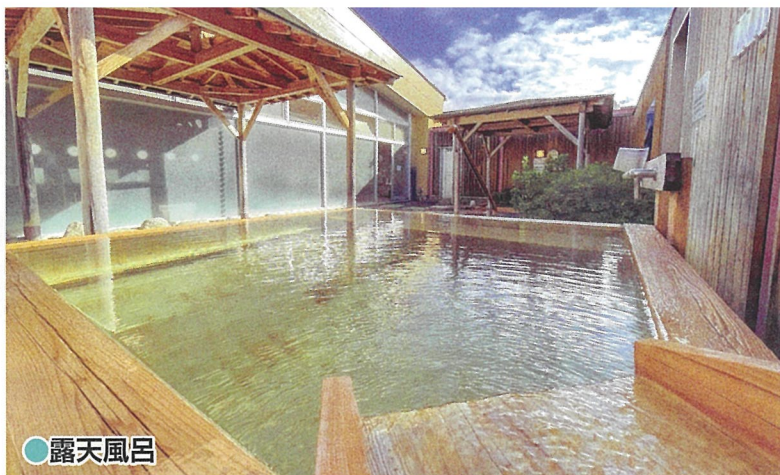
・大人600円 ・中高生500円
・小人（小学生以下）300円 ・3歳未満無料

お問合せは

ほっ湯アップル

飯田市松尾明7513番地3

TEL.0265-56-6767



露天風呂



●全身浴槽（気泡浴）

肩、背、腰などのコリの激しいところにあててください。温熱効果とともにマッサージ効果があります。



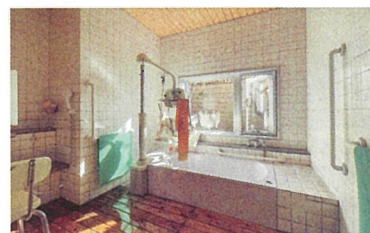
●打たせ湯

肩、背、腰などのコリの激しいところにあててください。温熱効果とともにマッサージ効果があります。



●歩行浴（15m×2m 水深1.0m）

水中のウォーキング専用の浴槽。水の浮力を利用し、関節に負担をかけずに歩くことができます。「通うようになって生活に張りがでた」「運動をやりと夜熟睡がてきる」などの声が。



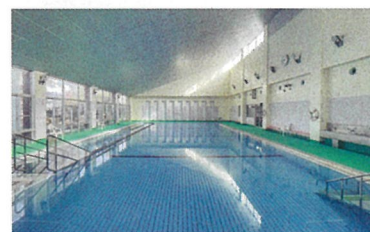
●リフト付き浴室（予約制）

家庭的な浴室にリフトがついています。車椅子の方も温泉を楽しむことができます。



●ジャグジー（プールサイド）

水圧付きの泡がツボを刺激します。（水着着用）



●温泉プール

（20m×8m 水深0.3～1.1m）

腰痛、膝痛、生活習慣病予防や健康づくりを目的とした教室が開催されています。（要予約）
教室開催時間以外は自由にご利用いただけます。体に負担がかかりにくいのでお年寄りの方にもおすすめです。「腰が軽くなった」「膝の痛みが楽になった」という声も多数。

●休憩、交流コーナー、食堂、
畳スペースがあります。

