



こんにちは わ だより

第63号

今年の夏は暑かったですね！暑い室外と涼しい室内を往復しているうちに、体温調節を行っている自律神経に負担がかかり乱れを生じさせてしまいます。ゆっくり温泉につかって自律神経の乱れを回復させ、夏バテを撃退しましょう♪



酒田の日帰り温泉

かんぼの宿 酒田

「虹のお風呂」と名付けられた湯量豊富な浴室。露天風呂・歩行湯・寝湯・打たせ湯など様々な種類の浴槽を楽しめます。

< 0234-31-4126 >

八森温泉 ゆりんこ

舞鶴公園・八森自然公園に隣接する日帰り温泉。露天風呂・パイプラバス・ジェットバス・サウナ・寝湯があります。 < 0234-64-2001 >

湯の台温泉 鳥海山荘

露天風呂付男女別風呂のほか家族風呂があり、湯船につかりながら庄内平野と出羽丘陵の美しい風景を見渡せます。

< 0234-61-1727 >

光ヶ丘公園温泉足湯

源泉かけ流しの逸品。源泉の香りも楽しめます。源泉投入は十分な量です。(当然無料)

< 0234-33-0170 >

悠々の杜温泉 アイアイひらた

標高 100m からの四季折々の庄内平野を一望する浴場が魅力。

< 0234-61-7520 >

健康増進施設 小林温泉

静かな山間にあり、自慢の山菜料理と温泉が楽しめる温泉宿。単純硫黄冷鉱泉

< 0234-54-2130 >

松山温泉 観音湯

山の中腹の小高い位置にある景観の良い温泉。宿の眼下には蛇行する最上川、庄内平野、風力発電の風車群、遠くに日本海を見ることができます。スカートをはいた異国の観音様が安置されています。 < 0234-62-2516 >

辰ヶ湯温泉

1806 年土淵村（松山町）に住んでいた医師渡辺小左衛門の下男、辰が山作業中に発見したと言われる古湯。皮膚病に効果あり。

< 0234-62-2147 >



日本海東北自動車道



月	火	水	木	金	土	日
					1	2 はあとほっと コンサート 酒田ピックビ ーチフェスタ
鳥海ツーデーマーチ						
3 	4 心配事相談	5 いきいき百歳 体操	6 	7 無料法律相談	8 あつみ温泉 野外能楽「せ せらぎの能」	9 「なみえ絆い わき会」交流 会(作並温泉)
障がい者アート展(希望ホール)						
10 こころの健康 相談	11 こんにちわサ ロン 	12 いきいき百歳 体操	13 手芸の会 	14	15	16 日本一の芋煮 会フェスティ バル(山形市)
余目まつり						
17	18 心配事相談	19 いきいき百歳 体操 	20	21	22 加茂水族館 音楽のタペ	23 気仙沼さんま 祭り in 山形
まつやま大手門くらふとフェアー						
24 中秋の名月 	25 	26 いきいき百歳 体操	27 手芸の会 	28 ひきこもり相 談	29 防災フェス 吹奏楽交流演 奏会	30

＜防災グッズの準備と点検をしよう！＞

毎年9月1日は防災の日で、防災の日を中心とした1週間が防災週間となっています。

防災グッズの準備や点検を行い、家族で災害時の集合場所や防災について話し合いをするなどして、災害についての認識を高めましょう。

酒田でも局地的豪雨により避難指示が出されました。いつ災害が起こるか分かりません、いつ起きてもすぐ避難できる準備をしておきましょう。

＜非常持ち出し品＞

- ラジオ、ライト
- ホイッスル
- 各種乾電池
- ライター、マッチ
- 現金等貴重品
- 皮手袋・軍手
- 飲料水・非常食
- 常備薬、救急箱
- タオル、ティッシュ
- マスク、生理用品

貴方に必要な物(オムツや粉ミルクなど)

＜災害用伝言ダイヤル(171)を使ってみよう！＞

災害時には安否確認用の伝言サービスが設置されます。被災地から電話やインターネットを使って安否確認の伝言を登録・確認できるというサービスです。毎月1日と15日に体験利用できるので、ぜひ事前に体験し、もしもの時に慌てないようにしておきましょう。

お問い合わせ先

酒田市地域福祉センター内

酒田市社会福祉協議会 新橋2丁目1-19

(避難者生活支援相談員: 高橋◎佐藤◎)

TEL:0234-23-5765/FAX:0234-24-6299

メール: konnichiwa@sakata-shakyo.or.jp

* 電話・窓口は平日8:30~17:15です。