

ウェルネスパーク 新聞

Vol.14
2020年
6月発行

NEWS PAPER



↑ポリジのアイスクューブ
(花びらを氷の中に閉じ込める)

ムラサキ科 ポリジ →
ポリジの花は、サラダやケーキの飾りつけとしても楽しめます。



気泡浴や打たせ湯などあり、
まるで「健康ランド」のよう

今回はプールエリア特集！ “動のスパゾーン”

ウェルネスセンターのプールエリアには「動のスパゾーン」と「静のスパゾーン」に分かれています。今回は、「20m プール」を始め「歩行浴」や「圧注浴」などがある「動のスパゾーン」を紹介します。

水中での運動は、ひざや腰の負担が少なくまた陸上よりも消費カロリーが多く、年齢を問わずすぐに始められます。



副責任者 横田 好史

プールエリアの平面図

①プール



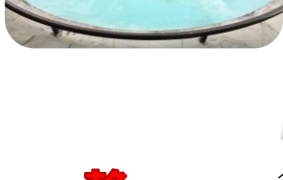
②歩行浴



③圧注浴 (ジェットバス)



④気泡浴 (ジャグジーバス)



⑤打たせ湯



外の景色を見ながら
運動が楽しめます♪

解放感のある窓

動のスパゾーン
(プールエリア)

⑥健康歩行道 (足つぼ)

①プール

②歩行浴

③圧注浴

④気泡浴

⑤打たせ湯

男性用
シャワー室

男性用
ロッカー
出入口

女性用
ロッカー
出入口

女性用
シャワー室

④気泡浴 (ジャグジーバス)



⑤打たせ湯



⑥健康歩行道 (足つぼ)



豆知識！「花柄の石」



ウェルネスパーク館内の床は耐火性に優れた「鉄平石」が敷き詰められています。自然な形の石を利用した中には、クローバーやスペードなどの形をした石が隠れています。プールエリアの中には「花の形をした石」があります♪ 20m プールの近くにあるので探してみよう！