

敬老の日 健康入浴

入浴料

百 円



日々のご愛顧に感謝して、私たちからの  
ささやかなプレゼントです。

岡山市・倉敷市の全10施設でご利用できます。

詳しくは裏面をご覧ください。

# お風呂に入ると3つの効果

お風呂には3つの健康作用があると言われています。

## 1 温熱作用

温熱により血流が改善します。肩こりや腰痛など痛みを和らげ、筋肉の凝りをときほぐす作用があります。



## 2 浮力作用

お湯につかると浮力により体重が10分の1になると言われています。足腰への負担が軽くなるため、心身共にリラックスします。

## 3 静水圧作用

お湯につかると、腹囲が3cmほど縮むと言われています。下半身にたまった血液が心臓に戻り、むくみなどの解消につながります。

### 福島温泉

岡山



📍 岡山市南区若葉町5-2  
☎ 086-262-0243  
🕒 16:00~22:00  
📅 毎月1・11・26日、第三日曜日

## 施設のご案内

敬老の日は

入浴料100円

※この面に掲載されている10施設でご利用可能です。

### 桜湯

岡山



📍 岡山市中区桜橋2-1-9  
☎ 086-272-4919  
🕒 16:00~22:00  
📅 日曜日

### 有楽温泉

岡山



📍 岡山市北区奥田1-9-21  
☎ 086-232-0977  
🕒 16:00~20:00  
📅 日曜日

### 田町温泉

岡山



📍 岡山市北区田町2-6-1  
☎ 086-223-4977  
🕒 15:00~24:30  
📅 日曜日

### 東湯

岡山



📍 岡山市北区下伊福上町13-26  
☎ 086-253-9366  
🕒 15:00~21:00  
📅 毎月5・10・15・20・25・30日

### 鶴湯

岡山



📍 岡山市北区奉還町4-15-26  
☎ 086-253-3677  
🕒 16:00~20:00  
📅 土曜日

### 宝泉相生湯

岡山



📍 岡山市北区丸の内1-14-7  
☎ 086-223-0650  
🕒 15:00~23:00  
📅 不定休

### 大黒湯

児島



📍 倉敷市下津井田之浦1-6-21  
☎ 086-479-8041  
🕒 17:30~19:30  
📅 水・金・日曜日

### 昭和温泉

児島



📍 倉敷市児島味野上2-8-31  
☎ 086-472-5672  
🕒 16:30~20:00  
📅 日曜日

### 戎湯

倉敷



📍 倉敷市鶴形2-1-5  
☎ 086-422-5177  
🕒 16:00~22:00  
📅 土曜日



岡山県公衆浴場業生活衛生同業組合  
〒700-0822 岡山市北区表町3-18-52 民生会館1F  
TEL. 086-232-0976

公益財団法人 岡山県生活衛生営業指導センター  
〒700-0824 岡山市北区内山下1-3-7 県土連ビル2階  
TEL/FAX. 086-222-3598 E-mail okayamacenter@seiei.or.jp