

て どんなところ?

平成23年4月17日にオープンした風見の丘。
この5月に、来館者10万人を達成しました。
風見の丘でのびのびとリフレッシュしてみませんか。



風見の丘は、市民の健康づくりを目的に整備された健康増進施設です。

中速クリンセンター(ごみ処理施設)で発生した蒸気(余熱)を利用して、プール室や浴室の水を温めています。また、各部屋の空調管理にも活用しています。

駐車場から入口へ、そして各部屋へと、段差も少なく誰でも利用しやすい施設となっているところが特長のひとつ。

4月25日、袋井市キャラクターのフツピーと一緒に風見の丘へ行って、「健康づくり体験」をしました。

受付から利用まで

①券売機でチケットを購入

受付の隣に券売機があります。当日券やプリペイドカード、年齢別の料金設定があるので、利用に合わせたチケットを購入します。

②靴をしまつて入館

靴用のロッカーに靴をしまえます。車いす利用の方は、ここでタイヤをふいてください(館内用の車いすの貸し出しあり)。

③利用開始

プール、浴室利用者は受付のスタッフに、トレーニング室利用者はトレーニング室スタッフにチケットを渡して、利用を開始します。

プール 水質バッチリ、天井が高く開放感タップリ

プールは25m×6コースと、横に水中ウォーキングコースがあります。天井に



木材が多く使われ、目にさわやかです。

水温は一年を通しておよそ30度を保っているそうです。室内にはほかに、ジャグジー、子ども用プールもあります(小学2年生以下は保護者同伴必要)。水泳帽を忘れずに持ってきてきましょう。

プールの点検は日に2回以上実施しているそうです。点検時には、潜水して人の目で水底の確認も行っていましたよ。

なぐほびがうれしうね

風見の丘の更衣室は、床暖房のため、すのはなく、床ぬれ防止に、自由に使用できる足ふきマットが用意されています(一人一枚使えます)。

また車いす利用の方のための更衣室も完備。段差がないため、利用者は介助者と一緒にそのままプールまで移動しているそうです。



多目的室

のんびりと景色をながめてくつろぐ

窓越しに、遠くをロープワザが見えます。

専用利用(貸切)のない日は休憩ができ、飲食物持ち込み可能です。ゴミは持ち帰りましょう。



浴室

いい湯だな ゆっくりかつてリラックス

10人くらい入れる広さの浴室。お湯の温度は、冬場はおよそ41度、夏場は40度と季節に合わせて調節されています。

更衣室には、ドライヤーが備えてあります。

タオル、シャンプー、石けんをご持参ください。公衆浴場ですので、マナーを守って利用したいですね。

風見の丘 施設次長 武田直之さん

気持ちよく過ごしていただけるよう心掛けています。



かざみ おか 「風見の丘」って

体験して
みたよ！

トレーニング室
みんながやせよう
トレーニングマシン

トレーニング室は窓が大きく明るい室内。受付のスタッフにチケットを渡し、初めて利用することを伝えて、使い方の説明を受けました。

人気はエアロバイクとトレッドミル(走行・歩行マシン)で、有酸素運動に最適です。

「これなんだよな？」と思ったのは、認知動作型トレーニングマシン。ペダルをこぐのに少しコツがいります。転倒予防に効果があり、気に入って毎回利用する人もいます。



そうです。

室内中央には、5種類の筋力トレーニングマシンが円形に配置さ

室内用の運動靴を持参しよう。



れ、各10回ひと通り行うと全身トレーニングになるそうです。使ってみると、思っていたより簡単に動かせました。「血圧が急に下がるのを予防するため、力を入れる時は息を吐くのがポイントです」とトレーニング室スタッフ。ゆっくり呼吸しながら無理なく体を動かすことができ、心地よい疲労感でした。

利用者に聞きました

昨年秋からよく利用しています。体調に合わせて自分のペースでできるのがいいですね。

60~70代ご夫婦

「これをやろう」と自分で決めてトレーニングしています。今日はこの後、浴室で汗を流していきます。

60代女性

水分補給を忘れずに

館内には畳やソファアの休憩コーナーがあり、休んだり水分補給ができます。運動した後や入浴後には、水分補給を忘れないようにしたいですね。

「風見の丘」
開館時間 午前9時～午後9時30分(浴室は午前10時から)
◇各施設の利用時間は午後9時まで
場所 袋井市岡崎 6635-8
電話番号 24-0345
駐車場 約120台
休館日 毎週火曜日、年末年始

ちょこっと民話
～今井地区編～
(「袋井に伝わる昔話」より)



今井地区の徳光には、不思議な石の話があります。

昔、野村さんという武士が、江戸から徳光に帰る時、つまずいた石を拾って懐に入れました。家に着いて庭に転がしておくと、石は日毎に大きくなり、気味が悪くなってお寺へ持って行きました。その後、石は井塚尊の社の裏へ移され、地元の人たちは「生き石」と呼びました。
今は、石の大きさは変わっていないそうです。

☆ミニクイズ 「フッピー」の誕生日はいつなのでしょう？
①平成23年10月22日 ②平成24年1月23日 ③平成23年1月28日 答えは26ページ

市民編集員がお伝えします

citizens' eye

市民編集員のひとこと



ゆりの花言葉は「^{むく}無垢」。今が見ごろのゆりに親しんでみませんか。

こせきゆうこ たにぐちふみえ
小関裕子、谷口史恵