

日

月

火

水

木

金

土

11月



1  
男性 川の湯  
女性 山の湯  
宇仁の朝市  
8時～10時

|                                                                                                                      |                                                                                                                 |                                            |           |                                            |                                    |                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 2<br>男性 川の湯<br>女性 山の湯                                                                                                | 3 文化の日<br>男性 川の湯<br>女性 山の湯<br> | 4<br>男性 川の湯<br>女性 山の湯<br>2Pデー<br>(振替サービス)  | 5<br>休館日  | 6<br>男性 山の湯<br>女性 川の湯<br>☆メンズデー<br>花の移動販売  | 7<br>男性 山の湯<br>女性 川の湯<br>☆レディースデー  | 8<br>男性 山の湯<br>女性 川の湯<br>宇仁の朝市<br>8時～10時            |
| 9<br>男性 山の湯<br>女性 川の湯                                                                                                | 10<br>男性 山の湯<br>女性 川の湯<br>☆レディースデー                                                                              | 11<br>男性 山の湯<br>女性 川の湯<br>☆メンズデー           | 12<br>休館日 | 13<br>男性 川の湯<br>女性 山の湯<br>☆メンズデー<br>花の移動販売 | 14<br>男性 川の湯<br>女性 山の湯<br>☆レディースデー | 15<br>男性 川の湯<br>女性 山の湯<br>まちの保健室<br>宇仁の朝市<br>8時～10時 |
| 16<br>男性 川の湯<br>女性 山の湯                                                                                               | 17<br>男性 川の湯<br>女性 山の湯<br>☆レディースデー                                                                              | 18<br>男性 川の湯<br>女性 山の湯<br>☆メンズデー           | 19<br>休館日 | 20<br>男性 山の湯<br>女性 川の湯<br>☆メンズデー<br>花の移動販売 | 21<br>男性 山の湯<br>女性 川の湯<br>☆レディースデー | 22<br>男性 山の湯<br>女性 川の湯<br>宇仁の朝市<br>8時～10時           |
| 23 勤労感謝の日<br>男性 山の湯<br>女性 川の湯<br> | 24 振替休日<br>男性 山の湯<br>女性 川の湯                                                                                     | 25<br>男性 山の湯<br>女性 川の湯<br>2Pデー<br>(振替サービス) | 26<br>休館日 | 27<br>男性 川の湯<br>女性 山の湯<br>風呂の日<br>花の移動販売   | 28<br>男性 川の湯<br>女性 山の湯<br>☆レディースデー | 29<br>男性 川の湯<br>女性 山の湯<br>宇仁の朝市<br>8時～10時           |

30  
男性 川の湯  
女性 山の湯

- 混雑時は入場制限させて頂く場合がございます。
- 館内ではお静かにお過ごしください。
- 再入浴は平日のみとし、土日祝等のご利用できません。



★メンズデー：火曜日/木曜日は男性2ポイント、女性は1ポイント

★レディースデー：月曜日/金曜日は女性2ポイント、男性は1ポイント

★風呂の日：男性女性2ポイント&売店にて5%引き！

★2Pデー：男性女性2ポイント（祝日等の振替サービス）

※土曜・日曜・祝日及び年末年始特別期間等はポイントはありせん。



滝野温泉ぽかぽ  
ホームページ

令和7年度

「ぽかぽ」で

# まちの保健室

## 開催のお知らせ!!

兵庫県看護協会 北播支部

第3回

令7年11月15日(土)

13:30~15:30

※開催日ごとにホームページやイベントカレンダー等にてお知らせします。



血圧・身長・体重等の測定や、健康相談を行います。  
お気軽にご利用してくださいね!

滝野温泉  
**ぽかぽ**



### ♪温泉ソムリエのつづやき♪

#### 【温泉の浸透圧】

浸透圧は、温泉分析書に記載されております。  
ぽかぽの湯は、「高張性」なのですが、高張泉は、**温泉の成分が体に浸透しやすい**というのが特徴です。

その反面、高張泉の場合は身体の水分が外に出ていこうとするので、**脱水や湯あたり**を起こしやすくなります。冬場は特に湯あたりしやすくなるので、入浴の際にはしっかりと**水分補給**をして、**長湯**には十分注意して下さい。



- ロッカーの鍵はお手元から離さないようにしてください。
- ボディソープ等の備え付け品を持ち帰らないでください。

### 滝野温泉ぽかぽ

#### ○営業時間

11時~21時(最終受付20時)

休館日 水曜日(祝日等は営業します。)

兵庫県加東市下滝野1283-1

(tel) 0795-48-1126

※ホームページ、Facebook、X(旧twitter)もぜひご覧ください。



ぽかぽInstagram

### がいな製麺所 ぽかぽ店

#### ○営業時間

11時~14時

17時00分~20時(19時30分L.O)

定休日 毎週水曜日

(tel) 0795-48-9500

