



# 稚内市健康増進センター 「童夢」へ行こう！

本格的な冬が到来し、体調を崩しやすいこれからの季節。冬の健康管理は、体を温め緊張をほぐす入浴が効果的です。そこで、身近な温泉である稚内温泉「童夢」を紹介します！

日本最北の温泉として、市民の皆さんに親しまれて

いる稚内温泉「童夢」が、実は「稚内市健康増進センター」であることをご存知ですか？

利用する市民の皆さんの健康増進を図るため、月に3回保健師による健康相談を実施しているほか、バリアフリーの館内には、マッサージ機やルームランナーを設置するなど、入浴施設以外にも設備が充実しています。

もちろん、一番の目的は温泉による健康増進です！

## 稚内温泉の歴史

原油の試掘時に湧出した源泉をもとに、昭和53（1978）年に「稚内市民温泉保養センター」として開業しました。

その後、平成9（1997）年に稚内温泉「童夢」として現在の場所に新築・移転しました。

このような経緯から市民の保養と健康増進の場として営業しています。

## 稚内温泉の泉質

僅かに油分が混じる泉質



港町をイメージした船の形の外観



ルームランナーと足つぼマットで健康に！

## 稚内温泉「童夢」

富士見4丁目1487番地 ☎28-1160

■開館時間 9時45分～22時  
※入館は21時30分までです。

■定休日 月1回（年末・年始も営業）  
※4月と10月は2日間あります。  
詳しくはお問い合わせください。

### ■入館料

大人（高校生以上）	600円
小人（小・中学生）	300円
乳幼児（小学生未満）	100円
高齢者・障がい者（市民）	100円
高齢者・障がい者（市民以外）	490円

★お得な回数券や甚平、タオル等のレンタルもあります！

### ■ホームページ

<http://www.w-shinko.co.jp/domu>

で、体を芯から温めることができ、肉体疲労や神経痛を癒してくれるとともに、お肌がつるつるになる美肌効果があります。

## 季節イベントも実施

温泉「童夢」では、毎月、季節に合わせた様々なイベントを行っており、入浴以外でも楽しく過ごせる工夫をしています。また、日替わりで楽しめる薬湯でも、季節の薬湯を月ごとに用意しています。



覆湯、うたせ湯、サウナ、露天風呂など10種類の浴槽があります！

みんなで挑戦しよう！！

## エコな生活・エコな未来

市では、今年も市民の皆さんに、冬期間の一層の節電に取り組んでいただくための「節電チャレンジコンテスト」に加え、今年から新エネルギー・省エネルギーに着目したアイデアを募集する「ECOアイデアコンテスト」を実施します。

### ECOアイデアコンテスト

現実的な発想から夢のあるものまで、あなたの自由な考えを募集します。

#### 応募条件

本市在住の方  
（1世帯につき1件）

#### 賞品

審査のうえ、10人の方に、1,000円分の「わかっかない地域商品券」をプレゼントします。

### 節電チャレンジコンテスト

#### 対象期間

北海道電力から発行される「電気」ご使用量のお知らせ（検針票）の1月分から3月分までの3か月間

#### 賞品

※応募は1か月分を1口とし、同じ検針票を用いた複数の応募は無効です。※最大3か月分（3口分）をまとめて添付できます。

#### ◆応募方法

応募用紙に必要事項を記入し、郵送または持参してください。

●節電チャレンジの方は、検針票（コピー可）を貼り付けてください。

●ECOアイデアの方は、取り組み内容を記入してください。

※1つの応募用紙で、両方

のコンテストに応募できます。

・当選発表は賞品の発送をもつてかえさせていただきます。（4月下旬を予定）

・応募用紙は市役所受付、市立図書館、宗谷支所、沼川支所などに配置しています。また、市のホームページからもダウンロードできます。

応募期限／4月10日（金）

※郵送の場合、当日消印有効

#### 応募先・問い合わせ

市環境エネルギー課環境政策グループ

〒097-1868  
稚内市中央3丁目13-15  
☎23-6386

#### 市ホームページ

<http://www.city.wakkanai.hokkaido.jp/>

