

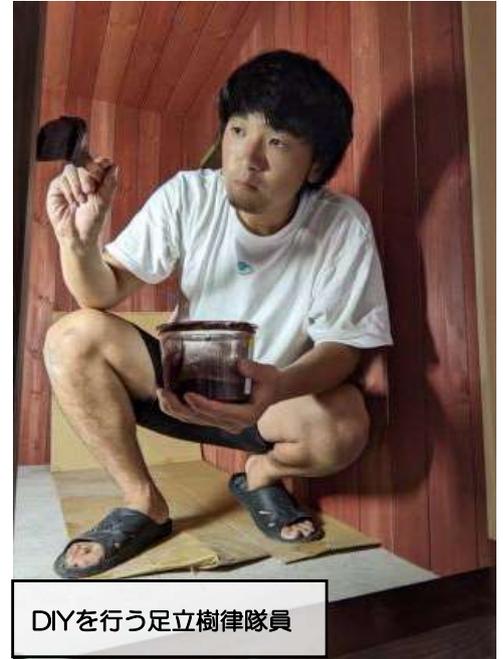
地域おこし協力隊ニュース(No.1)

「あなたもサウナで整ってみませんか」 峰山町鱒留(大路)にサウナ開業！

10月オープン予定



地域おこし協力隊の足立樹律（あだちきり）隊員は昨年の9月に着任して1年になります。今回は、現在建設準備中の五箇サウナについてお知らせします。いま、世間でサウナブームが起きている事に着眼した足立隊員は、地域おこしと兼ねて、観光資源になるサウナ作りも行っています。そのサウナが、鱒留区大路にある「天女の里」から歩いて5分の古民家を改装し「五箇サウナ」として10月にオープンする予定となりました。



DIYを行う足立樹律隊員

惹く観光スポットになると思います。サウナを地方活性化の手段の一つとし、ブームで終わることが無いように、持続させていきたいと思ひ五箇サウナを始めました」と意義と想いを熱く語られました。

サウナの基本は、サウナ⇩水風呂⇩休憩という流れで楽しめます。この一連の流れを行い、心身ともに気持ちよくなることを「ととのう（整う）」と言います。この過程で、心臓が鼓動して体中に血液が巡り気持ちよくなるのです。

五箇サウナの前には川が流れているのでご自由に入っていたくことができ、自然の景色や澄んだ空気も味わえ、とても良い気持ちになるそうです。

皆さんも、ととのう体験をし、心身共に疲れを癒しに来てください。

※体に負荷がかかるため、ご自身の体調を考慮して、ご利用ください。



サウナ施設内の様子



五箇サウナ施設



サウナ後に休憩する皆さん