第四弾！ 六文泉巡り

スタンプラリー

スタンプカード

真田温泉健康ランド ふれあいさなだ館	室賀温泉 ささらの湯	武石温泉 うつくしの湯
上田市鹿教湯健康センター クアハウスかけゆ 水着着用 レンタル水着有	鹿教湯温泉 上田市国民宿舎 鹿月荘 温泉宿&立ち寄り湯	岳の湯温泉 雲渓荘 温泉宿&立ち寄り湯

対象となる温泉施設を、入浴して巡り、六個のスタンプを集めると、「一施設の入浴無料券」が必ず当たる!!

※なお、どこの施設になるかは、その場（温泉施設）で抽選いただき進呈になります。

さらに

スペシャルプレゼントに応募ができます！

いっぱい巡ればクーポン券が当たるチャンス！

応募者の中から抽選で３名に参加温泉施設で利用できるクーポン券を進呈。（A 10,000円　B 5,000円　C 3,000円）＋雲渓荘，鹿月荘で利用できる宿泊割引券（3,000円付）

スタンプラリーの参加方法

下にご紹介する６つの温泉施設に置いてある「スタンプカード」を持って、地元の温泉巡りをお楽しみください。

＊参加対象：小学生以上（有料入館者）
＊優待券・物味温泉手形・無料券の併用はできません
＊ささらの湯 朝風呂はスタンプラリー対象外とさせていただきます。

開催期間　平成30年9月1日（土）～平成31年2月28日（木）

湯ったり地元温泉で健康づくり

効能豊かな6つの湯巡りで、あなたにあった健幸づくりを！

泉質　おすすめ！温泉で健幸活用法

真田温泉 ふれあいさなだ館

日帰り一日500円で温泉&プールの健康増進施設（トレーニングルーム・ジャグジーあり）

アルカリ性単純温泉

水中ウォーキング教室（毎週金曜日開催）各種水泳教室あり

上田市真田町長 7369-1
0268-72-2500
大人500円／小中学生250円
10:00～21:30
火曜日

室賀温泉 ささらの湯

女性に人気「三美の湯」 美肌の湯・美人の湯・美粧水の湯

単純硫黄温泉

自然豊かな室賀の郷の四季を楽しみながらウォーキング

上田市上室賀 1232-1
0268-31-1126
第2・第4木曜日
大人500円／小中学生250円
10:00～21:00

武石温泉 うつくしの湯

ちょっとしょっぱいお湯は、湯ざめしにくく、体の芯から温まる。

塩化物硫酸塩温泉

うつくしの湯 マレットゴルフパック 武石森林マレットゴルフ＋お料理＋温泉 2,500円～

上田市上武石 1454-3
0268-85-3900
大人500円／小中学生250円
10:00～21:30（受付21:00迄）
水曜日（祝日の場合は翌日）

鹿教湯健康センター クアハウスかけゆ

温泉効果で、あなたの体に優しい健康づくり

単純温泉

水中運動教室毎日開催！ 水中リラクゼーション 子供水泳教室随時開催 プログラムをチェック

フロアー体操 ストレッチボール、ヨガなど各種プログラムあり

上田市鹿教湯温泉 1293　＊水着の着用が必要です
0268-44-2131
大人700円／小中学生500円（16:00～20:00は大人500円／小中学生300円）
10:00～20:00（受付19:15迄）
第2・第4火曜日

鹿教湯温泉国民宿舎 鹿月荘

湯福の里 やすらぎの宿 信州の美味を集めたお料理が自慢の宿

単純温泉

飲用温泉水（整腸・胆汁分泌促進作用があります）鹿教湯温泉内の２１番所巡り 朝の健康体操（文殊堂境内）

鹿月荘 click Web予約

上田市鹿教湯温泉 1295-2
0268-44-2206
チェックイン 15：00 チェックアウト 10：00
日帰り入浴300円（小人200円）
宿泊7,590円～（1泊2食）
（日帰り入浴）

岳の湯温泉 雲渓荘

美ヶ原の秘湯 渓谷にたたずむ一軒宿

アルカリ性単純温泉

渓谷の清流沿いを散策しながら、ゆったり森林浴を ～体にやさしい～

雲渓荘 click Web予約

上田市武石小沢根 578
0268-85-2263
チェックイン 15：00 チェックアウト 10：00
日帰り入浴400円（小人200円）
宿泊7,000円～（1泊2食）
（日帰り入浴）10:00～20:00

企画 主催 （一財）上田市地域振興事業団 総務企画課 上田市上丸子 1612 ☎ 0268-42-1003 http://www.ueda-rpc.or.jp/