



山口市

報道資料

令和6年11月20日

1 件 名	湯田温泉ヘルスラボ事業（子育て世代対象温活プログラム）
2 日 時	① 子育て家族対象取組「パパママのための温活プログラム」 令和6年11月14日（木）、令和6年11月21日（木）、 令和6年11月28日（木）、令和6年12月5日（木） （全4回。10時30分から12時まで。託児あり） ② 親子のための取組「親子のための温活プログラム」 令和6年11月8日（金）、令和6年11月22日（金）、 令和6年11月29日（金）、令和6年12月6日（金） （全4回。10時30分から12時まで。）
3 場 所	ホテル喜良久（山口市湯田温泉四丁目4-3）
4 内 容	令和7年度の供用開始に向けて整備を進めている湯田温泉こんこんパークのイベントとして、湯田温泉に点在している無料の足湯や手湯に浸かり、リラックスした時間を過ごすとともに、子育て中でも取り入れやすい運動やマッサージを紹介し、体験してもらうなど、参加者が湯田温泉の豊かな温泉の恵みに触れ親しむことで、身体を整え、本市での子育てを楽しみ、毎日を健康に過ごすことができるような下記のプログラムを実施します（定員に達したため募集は終了しました）。 ①子育て家族対象取組「パパママのための温活プログラム」 対象者：未就学児を子育て中の保護者10人（託児付き） 参加費：1回500円（全回参加必須） プログラム： 第1回（実施済） プチレクチャー「温活と健康」、手湯、 リンパを循環させるハンドケア 第2回 オリエンテーション、足湯、身体をほぐす温活ヨガ 第3回 オリエンテーション、足湯、スマイルアップ顔ヨガ 第4回 オリエンテーション、足湯、簡単エクササイズ 意見交換会



②親子のための取組「親子のための温活プログラム」

対象者：1歳以上の未就学児とその保護者からなる親子10組

参加費：1回500円（全回参加必須）

プログラム：

第1回（実施済）

プチレクチャー「温活と健康」、手湯、
親子でできるハンドケア

第2回 オリエンテーション、足湯、親子で楽しむ温活ヨガ

第3回 オリエンテーション、足湯、親子で顔ヨガ

第4回 オリエンテーション、足湯、親子でエクササイズ
意見交換会

5	主 催	山口市
6	共 催	湯田温泉旅館協同組合、NPO 法人あっと
7	問い合わせ	山口市交流創造部湯田温泉パーク整備推進室 担当：宮崎 Tel 083-934-2615