



すいむ

西城温水プール

水夢で健康づくり

西城温水プール「水夢」は、常に水温を一定に保ち、快適に水泳や水中運動などを楽しむことができます。

施設内には、25m×6コースの大プールや小プール、ジャグジーのほか、トレーニングジム、フィットネススタジオを備えており、水泳教室やエアロビクス教室など、心身の健康づくりに役立つプログラムも開催されています。

また、リハビリテーションを目的に通う人も多く、西城市民病院との連携による機能回復訓練や、高齢者のトレーニングなどで効果をあげています。



ねんりんピックに出場!! 加藤冷子さん(総領)

高齢者を中心とするスポーツ・文化・芸術の祭典である全国健康福祉祭「ねんりんピック静岡2006」の水泳競技に、加藤冷子さん(総領)が、25m自由形、50m自由形の2種目に出場しました。

加藤さんは、足の関節を痛め、階段を上がることも困難な状態となった際、医師から足に負担の少ない水中ウォーキングを勧められたことがきっかけで、三次市の温水プールでリハビリを始めました。足の関節は次第に良くなり、プールで歩くだけでももったいないと、5年前から本格的に水泳を習い始め、この度全国大会出場を果たしました。

加藤さんは、「まさか、このような大会に出場できるとは、思ってもいませんでした。水中の運動は体に負担が少ないので、誰でも気軽にできます。泳げない人も歩くことで全身運動になります。痛かった足も今では良くなりました。通院の都合で三次市の温水プールを主に利用していますが、市内には西城温水プールという素晴らしい施設がありますので、多くの方に利用してほしい」と話しています。

問い合わせ

西城温水プール「水夢」 ☎0824-82-2446
生涯学習課 ☎0824-73-1196
西城教育課 ☎0824-82-2445