

# 観光だより

～2021 晩秋～



四季のイラスト

「かぼちゃ」

ペンネーム

Y・K さん

## 鹿部温泉について



鹿部温泉観光協会  
会長 吉 英樹さん

私を知っているのは昭和4年の駒ヶ岳の大噴火以降ですが、急ピッチで復興が進められ、洋風でモダンな駅舎や温水プールのほか、飲食店も今より多く、鹿部劇場では映画や歌劇が盛んに行われていたと聞いています。何より噴火による被害状況を見ようという見物客で観光事業者も多いに賑わったようです。それからは湯治や観光のほか、行商人や工事業者などビジネスの長期滞在での利用が多く、日々献立を考えるのは一苦勞でしたが、早朝、鹿部漁港に水揚げされる「朝いか」など、豊富な食材や温泉が目当ての常連さんに支えられて今日に至ります。当時のような日々は戻ってこないかも知れませんが、これからの観光産業を担う方々には「日常の中にあるここでしか体験できない発見」を大切に盛りに立てていってほしいと思います。

## 鹿部温泉で「寒暖差疲労」 を乗り越えよう～！

季節の変わり目は、気温差が大きいことから、体調不良に悩まされる方も少なくないかもしれません。

倦怠感、だるさ、冷え、肩こり、自律神経の乱れなどなど・・・



そんな時は～？

### 【寒暖差疲労の予防には温泉です！】

ご存じの方も多いかもしれませんが、鹿部町には日帰り入浴ができる旅館があります。1年を通して温泉入浴は身体にも心にもたくさんの効果を発揮してくれますが、自律神経の調整など、特にこの時期は最高に効果を発揮してくれます！



### ○こんなことも予防につながります！○

#### 《運動》

ストレッチやウォーキングなど軽度の運動。



#### 《規則正しい生活》

睡眠、排便、食事は体のリズムを作る基本。整えるように心がけましょう。

## 鹿部町の体験観光 にはこんなメニューも あります★



### 「鮭の遡上見学、

大海原を回遊し、秋に鹿部川を遡上してくる「鮭」をガイド付きで見学できます。

※お問い合わせ先

鹿部温泉観光協会 (Tel 7-3500)



※製作協力：鹿部温泉観光協会 ※お問い合わせ先：役場水産経済課 食と観光推進室 (Tel 7-5293)