

森の村振興公社だより

新年明けましておめでとうございます。村民の皆様には、旧年中もご愛顧賜り厚く御礼申し上げます。今年も相変わらぬご愛顧のほどよろしくお願い申し上げます。

各施設のお正月営業案内

	あわくら荘	あわくらんど			旬の里		黄金泉
		レストラン	売店	野菜市	レストラン	売店	
1/1	一元日一 宿泊者対象	休み	10:00~17:00	休み	休み		延長営業 10:00~21:00 20:30最終受付
1/2	「初詣ツアー」 粟倉神社	9:00 ~ 18:00		休み	~1/5 11:00 ~14:30	~1/5 10:00 ~20:00	
1/3	~威徳天満宮	~1/6 9:00~20:00		17:00閉店	17:00 ~20:00		1/4~通常営業 10:00~20:00

あわくら荘 ■冬のあわくら観たり(雪)、食べたり、ゆったりプラン■

◎1泊2食・税込み 7,000円コース (通常9,000円) と9,000円コース (通常11,000円)

◎期間 1月15日(火)~3月10日(月) (日曜日~金曜日まで、土曜日と2/10(日)は対象外)

- ・当日ご利用は準備の都合上お受けかねる場合がありますので予めご予約下さい。
- ・ふるさと会員、友の会の会員カード割引利用は行っていません。
- ・期間中は何度でもご利用頂けます。
- ・送迎/15名様以上のお客様無料送迎致します。(地域によってはございません)

ご予約・お問い合わせは あわくら荘 ☎0 8 6 8 - 7 9 - 2 2 4 1

予約受付中

黄金泉 日本古来の湯【みかんの湯】… 1/1 (火) ~ 6 (月)

陳皮(ちんぴ)は、ミカンの皮を干したもので、中国では古いほど良いとするところから、陳(時を経て古くなる)な皮=チンピと呼ばれています。健胃・整腸・去痰・鎮咳・食欲不振・嘔吐・疼痛に良いとされ、漢方薬や医薬品原料として使われています。果皮に含まれるクエン酸やビタミンCは美肌効果があり、なんといっても柑橘類特有の芳香は気分良く入浴が楽しめます。

緑のふるさと協力隊 西粟倉発見記<堤 聖樹>

ふれあい公園でミノムシを発見！これはオオミノガでしょうか？昔は当たり前に見かけていたオオミノガのミノムシですが、中国からやってきたオオミノガヤドリバエという寄生バエの影響で激減しているそうです。ミノムシの糞はとても丈夫なので、昔は集めて財布や小物入れを作ったりしていました。



「あわくら大学だより」『笑いはたっぷり、健康はしっかり』

今年1年の総決算!! 笑い・笑い・笑い!!

みなさん最近おもいきり笑ったことありますか？ストレス解消するだけでなく、免疫力も高める”笑い”。毎月出席されているみなさんを拝見してもグツスマイル!! 12月講座は落語家：教育評論家の桂 文喬氏。リラックスした雰囲気の中で思わず引き込まれてしまう語り口はさすがプロならではのものです。1時間30分笑いっぱなし。笑いすぎて涙を流している人も。

平成19年12月14日(金)実施



“怒らず、ねたまず、グチ言わず”が健康で長寿の秘訣です。

笑うことはストレス解消だけでなく脳を刺激され、体の中の細胞を活性化されたり、血液の循環もよくなり病気の予防にもなります。心を外に向けて、心豊かな生活を心がけ健康で楽しく過ごしましょう。

