

白雲谷温泉ゆぴか

毎月 第1・3土曜日 13時～15時

小野市は、人口約48,900人のまちです。低い山ながら、展望の良さで知られる、人気のハイキングコース「小野アルプス」が連なる山里にある、公共の日帰り温泉施設が「白雲谷温泉ゆぴか」です。

110名の方がボランティアとして従事し、身長・体重・体脂肪・血圧測定・血管年齢計測・健康相談などを行っています。



温泉施設ということもあり、小野市の住民だけではなく、神戸市、加古川市、明石市、丹波市などの方もまちの保健室を利用してくださっています。

「こんな活動があることは知らなかった」「いつもしているんですか」という声や「動脈硬化はどうしたら予防できますか」「生活習慣病の改善はどのようにすればよいのか」などの相談があります。