



歩行浴
プール

水深の違いで
効果アップ!



足湯
(あじさいの湯)

諏訪湖を眺めながら
足湯で“ホッ”と一息



広間

陽だまりの中、
入浴後の
リラックスタイム




内湯

あざみの湯、
いちょうの湯が
日替りで楽しめる!



露天
風呂

カタチの違った
露天風呂も
日替りどうぞ



健康
増進室

カラダをケアする!
簡単操作の
健康器具をご用意

健康スポーツゾーン

下諏訪町では諏訪湖畔を健康スポーツゾーンとしています。ゆたん歩[®]はゾーンの中核施設です。

温泉で心身を癒し、健康と仲間づくりの場としてご活用ください。

ストレッチや筋トレができ、更に湖畔を歩いて有酸素運動にも取り組めます！



どなたでも安心・安全に使うことのできる健康器具を取り揃えております。



諏訪湖畔のジョギングロードに沿って15基の健康器具を設置しています。諏訪湖を見ながらのびのびストレッチで心と身体のリフレッシュができます。日頃の健康づくりにお役立ててください！

みずべフィットネスの紹介

施設のご案内

- ◎歩行浴プール：1周16m・水深90cm～120cm
- ◎浴室：5つの湯（内湯、露天風呂、足湯）
- ◎湯上がり：ロビー・広間
- ◎その他：健康増進室、多目的室1、多目的室2、健康相談室
- ◎貸室：多目的室1、多目的室2、健康相談室を予約にてご利用可（有料）

営業時間

歩行浴プール：午前9時から午後5時
浴場およびその他の施設：午前9時から午後8時

入館料

大人：400円（中学生以上）
子ども：200円（3歳以上小学生以下）
町子育て応援カード・町高齢者応援カード・障害者手帳等提示者：200円
※お得な回数券（12枚）もあります。

休館日

火曜日（火曜日が祝日と重なる場合は、その翌日）



高浜健康温泉センター ゆたん歩[®]



TEL・FAX 兼用 **0266-26-2626**

〒393-0034 長野県諏訪郡下諏訪町高浜 10616-90