長野市いこいの家（老人憩の家）御案内

令和３年４月改定

■いこいの家は、高齢者の方々の相互交流、教養の向上、レクリエーションのために利用していただく施設です。

■**市内在住の60歳以上の方**が利用でき、**利用料は200円（令和３年７月から250円）**です。

■各いこいの家の休館日については裏面をご覧ください。マナーを守ってお互い気持ちよく利用しましょう。

★ **入浴時間**は、**午前10時00分から午後３時30分**です。

★ 開館時間は、午前９時00分から午後４時00分です。

③茂菅いこいの家

旭山の北、沢蟹が住む渓谷に囲まれた出湯で、別名「杖忘れの湯」と呼ばれています。

アルピコ交通　不動口下車

◆℡234−5466

①東北いこいの家

春にはりんごの花、夏は緑豊かに、秋は真っ赤なりんごに囲まれます。「かがやきひろば東北」（老人福祉センター）に併設されています。

長電バス　東北中学下車

◆℡296−3825

②東長野いこいの家

各種講座が開催され、自主的なグループ活動も活発に行われています。お風呂は、月・木曜日です。

長電バス　太田北下車

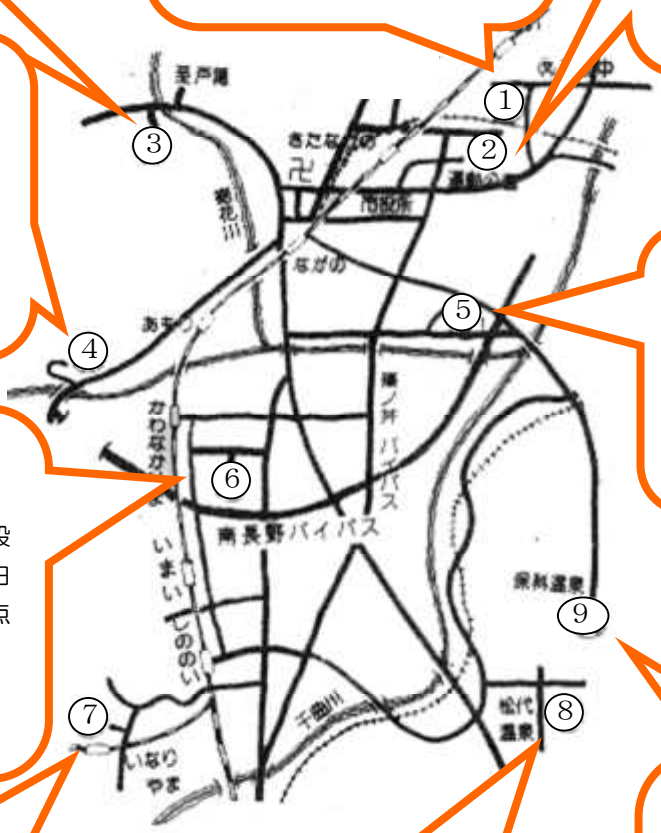
◆℡244−6721

④新橋いこいの家

犀川渓谷とダム湖を一望できる展望風呂は、硫黄泉の香りがして温泉気分満点です。

アルピコ交通　新橋下車

◆℡228−4731



⑤大豆島いこいの家

健康レジャー施設「サンマリーンながの」の程近くです。

アルピコ交通　松岡下車

長電バス　大豆島下車

◆℡　221−5600

⑥氷鉋いこいの家

「かがやきひろば氷鉋」（老人福祉センター）に併設されています。川中島平の田園に囲まれた、高齢者の拠点です。

アルピコ交通　中氷鉋下車

◆℡284−8100

⑦石川いこいの家

小高い丘の上にあり、浴室からの桜の眺めは最高です。ナトリウム鉱泉で温泉気分を味わうことができます。

アルピコ交通　上石川下車

◆℡292−3900

⑧松代いこいの家

武田信玄も、兵士の戦傷を癒したといわれる名湯で「高砂の湯」として利用しています。

アルピコ交通　松代温泉下車

◆℡278−7272

⑨若穂いこいの家

保科温泉（旧国民宿舎永保荘）に併設されています。「若返りの湯」として親しまれており、お帰りの際には「10歳は若返る」といわれています。

アルピコ交通・長電バス共同運行　保科温泉下車

◆℡282−3050

いこいの家（老人憩の家）は高齢者の皆さんの活動拠点です。

《ご　利　用　案　内》

■　開館時間　　午前9時～午後4時
※入浴時間は、午前10時00分から午後3時30分です。

■　券の提示　　利用の際は、「長野市老人憩の家利用券」（以下、「利用券」という。）を提示してください。

■　料　　金　　①利用券を提示した人：**200円（令和3年7月から250円）**

②利用券を提示した人の付添人：**250円（令和3年7月から300円）**

③身体・精神障害者手帳、療育手帳等保持者 及び 介助者1名：**無料**
（利用券と手帳の両方を提示してください。）

■　所在地、休館日等

名　　称	所在地	電話番号	休館日	
東　北　いこいの家	大字富竹962－5	296－3825	毎週 金 曜日	左記のほか、国民の祝日に関する法律に規定する休日、12月29日から1月3日まで
東長野　いこいの家	吉田5丁目9－26	244－6721	毎週 日 曜日	
茂　菅　いこいの家	大字小鍋60－1	234－5466	毎週 水 曜日	
新　橋　いこいの家	大字塩生甲2747-ｲ-1	228－4731	毎週 木 曜日	
大豆島　いこいの家	大字大豆島6311－1	221－5600	毎週 木 曜日	
氷　鉋　いこいの家	稲里町中氷鉋405	284－8100	毎週 日 曜日	
石　川　いこいの家	篠ノ井石川968	292－3900	毎週 火 曜日	
松　代　いこいの家	松代町東条3595	278－7272	毎週 金 曜日	
若　穂　いこいの家	若穂保科1185	282－3050	毎月第3木曜日（その日が祝日に当たるときはその翌日）	左記のほか、12月31日、1月1日

■注意事項

※利用券は、記名者本人以外は使用できません。

※係員の指示、館内案内等の注意事項をご確認のうえご利用ください。また他の利用者の迷惑になる行為はご遠慮ください。

※団体で使用される時は、事前にその施設にお申込みください。

※東長野のお風呂は、月、木曜日のみです。

※不明な点は、各いこいの家又は高齢者活躍支援課（℡224-5029）へお問い合わせください。