

～子どもとおでかけ～



「ふれあいなだ館」
～温泉とプール～



2月のある休日、久しぶりにプールで泳ぎたいなあ～と小2
と1オ9ヶ月の息子、小3と2オの甥、子達も一緒に、上田市真田町
にある「真田温泉健康ランド ふれあい真田館」に行ってきました。
大人500円、小学生250円でプールと温泉に入れます。

更衣室で着がえて、浮輪を持って、まずは温泉プールへgo!!
(水泳ホウシも必要です)
子ども用プールは1オの次男もギリギリ自力で歩ける深さ。浮
輪をつけてアカアカ気持ちよさそうです。1、2オコには小さい
スベリ台にはまり何回も。小学生組は少し長めのトンネルスベリ台
をスピード出して楽しそう。次男も兄ちゃんと一緒にニャッパーンう
れしそう～。温かいプールであたまたら25mの深いプールへ。浮輪
の次男を押しながら歩いたり泳いだり、私もいっぱい動いて、リフ
レッシュ!! 一度着かえたら次は温泉の更衣室へ。(プールと温泉がつ
ながっていないので1度服を着ていくのはちと大変...) 温泉は露天
風呂もあり気持ちよかったです。洗う時の赤ちゃん用子どもイスも
1つ置いてありましたよ。最後は広間で休憩。時間があれば
食事もできます。ちと遠いですが、ドライブがてらプールと温泉
おススメですよ。

～ぼる～