



健康増進とリラックス効果抜群！！

## 区内銭湯でラベンダー湯を開催

6月14日（日曜）、区内銭湯でラベンダー湯が開催されます。ラベンダー湯は、多くの方に、銭湯へ足を運んでもらい、健康によく上品なラベンダーの香りを楽しみながら、広い銭湯のお風呂で心身ともにリラックスしてもらおうと開催されます。

大正11年の荻窪駅北口に、杉並区で最初の銭湯である「寿湯」ができて以降、区内各地に銭湯がオープンしてきました。一番多いときで昭和45年に119軒まで増えましたが、現在はその約5分の1となる23軒にまで減少しました。その背景には、自家風呂の普及により、銭湯へ足を運ぶ人の数が年々減っていることがあります。そこで、杉並浴場組合では、多くの人に大きなお風呂でゆったりできる銭湯に足を運んでもらい、その魅力を知ってもらおうと、菖蒲湯、ローズ湯、ペパーミント湯など、さまざまなお湯の企画を行っています。

今回の企画は、ラベンダー湯。ラベンダー湯は、ヨーロッパで広く行われているハーブ浴の1つで、乾燥させたラベンダーの花穂（かすい）と茎を袋に入れ、湯船に浮かべます。ラベンダーには、血行を促進して新陳代謝を高め、筋肉の凝りや疲労を和らげるなど、すぐれた薬効効果があるといわれています。また、紫色の花をつける上品な香りから心身ともにリラックス効果もあります。

今週末は、ご家族や友人を誘ってラベンダーの和やかな香りに包まれながら、心身ともにリラックスしてみたいはいかがでしょうか。

## 区内銭湯でラベンダー湯を開催

【日時】平成27年6月14日（日曜）

【場所】区内各銭湯

【費用】460円（小学生：180円、幼児：80円）

【その他】

- ・各銭湯によって営業時間が異なります。
- ・都合により実施しない銭湯があります。
- ・杉並区浴場組合のホームページをご覧ください。<http://sentou.jp/>



### 【報道機関 問い合わせ先】

弁天湯 電話 03-3312-0449（電話は午後1時以降にお願いします）

区民生活部管理課 電話 03-3312-2111

総務部広報課 電話 03-3312-2111