



**スポーツハウス棟**

- 体育館 900m<sup>2</sup>
- ダンスルーム 150m<sup>2</sup>
- ラケットボール場 2面

※体育館はバスケットボールでは1面、バレーボールでは2面設営可能です。

**屋外スポーツ施設**

- テニスコート 人工芝6面
- ゲートボール場 最大4面
- フットサル場 人工芝2面
- グラウンドゴルフ場 認定コース8ホール

**プール棟**

- 温水プール 25m×7コース
- トレーニングルーム
- リラクゼーションルーム

**入浴施設**

- 光明石温泉(人工温泉)
- 日帰り入浴休憩室2室

**多目的広場**

- 芝生広場 9,760m<sup>2</sup>(屋外ステージ付)
- こども広場 クライミングネット、ジャンボローラー滑り台

**野外活動施設(利用期間4月～11月)**

- 貸しテント 8人用5張
- 野外炊事施設

**自然散策林、散策路**

**その他の施設**

- 宿泊施設 「ホテルテトラリゾート仙台岩沼」  
(お問い合わせ TEL0223-24-4455)
- 就労支援施設 「食菜館ひまわり」  
(お問い合わせ TEL0223-25-5730)



**●交通のご案内**

JR岩沼駅まで		自動車	
仙台駅から	19分	岩沼駅から	6km
白石駅から	30分	仙台から	25km
古川駅から	45分	白石から	34km

JR「岩沼駅」から車で10分。仙台東部道路「岩沼I.C.」から15分  
東北自動車道「村田I.C.」から30分。「仙台空港」から30分



岩沼市内からのご移動には  
市民バスをご利用ください。

生まれたての空気の中で  
生涯現役を目指しましょう。

# グリーンピア岩沼

〒989-2455 宮城県岩沼市北長谷字切通 1-1  
TEL.0223-25-5122 FAX.0223-25-5132

URL <http://www.city.iwanuma.miyagi.jp/>

グリーンピア岩沼情報は、上記岩沼市の公式サイトでご覧いただけます。

# 輝く自然、あふれる健康 グリーンピア岩沼





# 自然

# 策散

鳥の囀りと  
四季を彩る木々に  
心癒される自然散策。



ヤマブキ



ミズハシヨウ



リンドウ



ニリンソウ



カタクリ



ふれあいの道

かたくりの道

どんぐりの道

あさやけの道

**あさやけの道**  
約550m。約15分～20分。  
赤松展望台とせせらぎの谷を結ぶ路。  
谷では、春にニリンソウの群生がみられる。

**もみの木の道**  
約800m。片道15分～20分。  
モミの木が茂り、植物の種類も多く  
自然観察が楽しめます。

もみの木の道

**ふれあいの道**  
約500m。10分～15分。  
春はシュランの自生地で見られる。新緑が映える。  
秋にはいろいろなキノコが見られます。

**かたくりの道**  
約150m。5分～10分。  
カタクリの自生地があります。

**どんぐりの道**  
約600m。15分～20分。  
ドングリになる木コナラが茂り、  
宮城県が北限といわれる木も  
あります。

**みつみねの道**  
約1,050m。約30分～35分。  
旧みそぎ殿跡から静かな山の雰囲気  
が味わえる路。林道経由で七堤の道へと繋がる。

みつみねの道

**野鳥の道**  
約1km。片道20分～30分。  
野鳥の鳴き声が聞えます。  
ハイキングに最適です。

四季折々の散策など自然を生きつつ活用し、  
貴重な里山として次世代に引継ぎたい。



# AQUA

ようこそ、輝く自然の森のプールへ。  
はじめましょう。あなたにあった健康づくり。

## 温水プール (25m×7コース)

スイムはもちろん、水中ウォークやアクアサイズで、心とからだのリフレッシュ。  
ムリなく、継続的にあなたにあわせた健康づくりを楽しめます。

健康増進の拠点施設として通年利用できる温水プールです。  
トレーニングルームを併設したこの温水プールでは、今後、生活習慣予防・改善のため、  
継続した運動習慣がみに付けられる自分の体力にあった運動プログラムを提供いたします。

### ●プール(水中)系プログラム

浮力を利用し運動できる水中ウォークや水中運動をリズムにのりながら楽しく体験できるアクアピクスなど、水の抵抗により腰、膝に負担を少なく、自分にあわせた健康増進がはかれます。

## トレーニングルーム

トレッドミル、エアロバイク、アークトレーナーの有酸素系とともに、部位別に鍛えられる筋力系のフィットネスマシンを多数用意しています。体力と目的にあったバランスのよいからだづくりができます。

### ●トレーニング系プログラム

マシンの使い方や設定は、常駐しているトレーナーがご案内しますので、初めての方でも安全にトレーニングができます。また、本格的なトレーニング系プログラムに挑戦したい方には、最新型体組成計を利用したワンポイントアドバイスも実施しています。

# 水泳に健康文化！



# 大膽に健康文化!

10年後には健康寿命を今より1歳でも延ばしたい。



スポーツハウス棟



テニスコート



芝生広場



体育館



ゲートボール場



ダンスルーム



フットサル場



青少年のための野外活動施設  
貸しテントは8人用常設テントが5張あり、青少年の健全育成のための行事、研修等の場として団体でご利用いただけます。野外炊事施設はいも煮、バーベキューなど、家族や仲間と楽しくご利用ください。



グラウンドゴルフ場

(社)日本グラウンド・ゴルフ協会認定コース。宿泊施設に隣接設置された、起伏もある庭園風芝コース8ホール。多目的芝生広場を利用し、全24ホール設営可能です。



就労支援施設「食菜館ひまわり」



入浴施設

光明石温泉(人工温泉)。サウナ室、日帰り無料休憩室有。自然散策やスポーツあとの疲れを心地よくときほぐしながら、ゆっくりとお過ごしください。



ラケットボール場

**toto** フットサル場とテニスコートはスポーツ振興くじtotoの助成金を受けて整備しました。

F I E L D