駿河健康ランド かわら版

2005年1月1日発行
10,000部発行

1月号

Suruga イベント 新春おめでとうイベント

1月 1日(土) 7:30～ フロント玄関前 ●新年餅つき
13:00～/15:30～ 1F 大広間 ●獅子舞「南部町柳島神楽保存会」
1月 2日(日) 14:00～ 1F 大広間 ●地元芸者祝踊り「清水芸妓置屋協同組合」
16:30～ 1F 大広間 ●新春祝い和太鼓「太鼓衆和楽」
1月 3日(月) 14:00～/17:00～ 1F 大広間 ●お笑い芸人・くれない組
1月2日(日)・3日(月) ●大道芸人パフォーマンス（各店随時巡回します）
1月15日(土) 14:00～ 1F 大広間 ●第39回カラオケ大会
1月22日(土) 14:00～ 1F 大広間 ●新春ビンゴ大会

Suruga イベント・レポート

11/26(木) いい風呂の日 / 11/27(土) 1F 大広間にて 公開抽選会

＊11/1～27迄 皆様に2,033枚のご投票を頂きまして誠にありがとうございます。

投票結果発表

好きなお風呂No.1

第1位	14番	薬湯	303枚
第2位	4番	備長炭風呂	223枚
第3位	2番	海水露天風呂	213枚

あまり好みでないお風呂

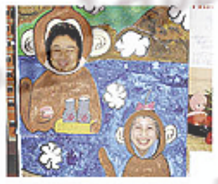
第1位	23番	電気風呂	236枚
第2位	5番	水風呂	200枚
第3位	10番	クーラー浴	177枚

Q&A

Q1:どうしてあなたは薬湯を選びましたか？
A1:体に良さそうだから
A2:体の芯まで温まるから
A3:薬草とかいっぱい入っているから
A4:なんとなく好き
A5:薬湯に入ると長生きしそうだから
A6:気分がゆったりして疲れがとれるから

Q2:どうして電気風呂は好みではないのですか？
A1:ビリビリがいやだ
A2:電気が苦手
A3:とにかく嫌い

玄関前イベントコーナーに顔はめ写真パネルを作りました。今回は"いい風呂の日"にちなみまして、薬の露天入浴にしました。今後もシーズンに合わせてパネルを作りますので、是非、思い出の一枚をお撮りください。



公開抽選の結果 ★ご当選おめでとうございました。

特賞	液晶テレビ	江川 保二 様
1等	JTB旅行券	熊谷 優 様
		山本 てつ 様
2等	健康ランドペア宿泊券	岩本はま代 様
		館林 秀夫 様
Wチャンス賞	1ヶ月パスポート券	勝又友里亜 様

皆様にご投票頂きました2,033枚は、今後のお風呂の改善の参考とさせて頂きます。

無料送迎バスツアーのお誘い

1/17(月) 石和健康ランド
玄関前より9:00出発 / 1泊2日
■ ゆばの里見学

1/27(木) 信州健康ランド
玄関前より8:40出発 / 1泊2日
■ 忍野八海

石和健康ランド

1/ 1(仕) 7:00～ もちつき大会
売店福袋販売（売切れ次第終了）
1/ 2(日) 6:30～9:30 朝食にておしるこ+みかん無料サービス
1/ 3(月) 6:30～9:30 朝食にて甘酒+みかん無料サービス
1/ 4(火) 6:30～9:30 朝食にておしるこ+みかん無料サービス
1/ 9(日) 13:00～ ゲームコーナーイベント
1/16(日) 15:00～ ビンゴ大会
1/23(日) 14:00～ カラオケ大会
1/30(日) 14:30～ 水中文字合わせ大会

〈駿河健康ランド無料送迎〉
1/20(木) 玄関前 10:00出発

信州健康ランド

1/ 1(土) 8:00～(1F大広間前) 餅つき、福酒振る舞い
14:00/17:00 (1F大広間) 剣詩舞
売店福袋販売（売切れ次第終了）
1/ 2(日) 14:00/17:00 (1F大広間) 歌謡ショー
1/ 3(月) 14:00/17:00 (1F大広間) 漫談(三遊亭球馬)
1/ 1(土)～ 3(月) 3日間 子供半額券配布
1/ 9(日) 14:00～ 大人ビンゴ大会
1/16(日) 14:00～ 月例カラオケ大会
1/23(日) 14:00～ 子供ビンゴ大会

〈駿河健康ランド無料送迎〉
1/12(水)・25(火) 玄関前 9:00出発

1月のイベント風呂

酒風呂 1・2・3日 — 香りによるリラックス効果。リンゴ酸・クエン酸等の多くの有機酸による疲労回復。
りんご 9・10日
トウガラシ 25・26・27・28日 — 血液の循環促進と鎮痛作用。筋肉痛・神経痛にも効果があります。

2005年 1月イベント寝湯・樽風呂

日	月	火	水	木	金	土
-	-	-	-	-	-	1 ワイン
2 ワイン	3 青りんご	4	5 バラ	6	7 ラベンダーブルー	8
9 ローズマリー	10	11 紅花	12	13 ワイン	14	15 みかん
16 みかん	17 バラ	18	19 青りんご	20	21 ラベンダーブルー	22
23/30 23・24/紅花 30/バラ 31/ラベンダーブルー	24/31	25 紫根	26	27 ローズマリー	28	29 バラ

2005年 2月イベント寝湯・樽風呂

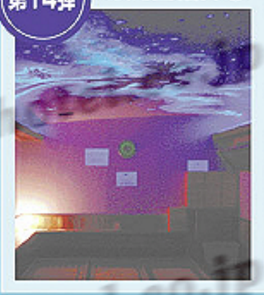
日	月	火	水	木	金	土
-	-	1 紫根	2	3 ワイン	4	5 青りんご
6 青りんご	7 バラ	8	9 桃の葉	10	11 ラベンダーブルー	12
13 紫根	14	15 ワイン	16	17 青りんご	18	19 バラ
20 バラ	21 桃の葉	22	23 ラベンダーブルー	24	25 紫根	26
27 ワイン	28	-	-	-	-	-

■お正月特別イベント

三が日は酒風呂（花の舞）

●保温、保湿効果、新陳代謝を促進（疲労回復や風邪予防に効果的）又、女性にはうれしいシミの改善、美肌効果、血管を広げ血行を促進し体内の老廃物を排除、肩こりや腰痛を和らげます。

第14弾 お風呂紹介⑭ いやしサウナ



いやしサウナでは部屋全体で空気1cm³当たり1,000～2,000個のマイナスイオンを発生させています。
温水床暖房による35～40度の温度で、体内から温めます。マイナス酸素イオン発生機から放出される空気のピタミンマイナスイオンにより、滝のほとりの爽やかな空気を造りだします。

次回（第15弾）は『歩行湯』をうご期待!!

12月のイベントコーナー

館内にクリスマスの飾り付けをしました。

12月23日・24日・25日をクリスマスイベントとしまして、お子様にお菓子のプレゼントをいたしました。

第38回 カラオケ大会

優勝者：山城 常一 様
優勝曲：都会の子守歌 /山本 譲二

12/14(火) そば打ち体験

そばブームによって、ご自宅でそばを打つ方が増え、お客様から「自分でそばを打ってみたい」と言うお声を頂き、今年は健康ランドにて年越しそばに挑戦致しました。

★送迎バス時刻表★

【富士方面】

来館		
ランド（発）	8:00時	10:30時
新富士駅（北口）	8:35	10:55
吉原本町（富士急中央駅）	8:45	11:20
富士駅（北口）	9:00	11:35
富士川駅	9:15	11:50
新蒲原駅（旧国道1号）	9:20	11:55
蒲原駅	9:25	12:00
由比駅	9:35	12:05
ランド（着）	10:00	12:30

帰館		
ランド（発）	14:30時	17:00時
由比駅	14:40	17:10
蒲原駅	14:45	17:20
新蒲原駅（旧国道1号）	14:50	17:25
富士川駅	14:55	17:30
富士駅（北口）	15:15	17:50
吉原本町（富士急中央駅）	15:40	16:05
新富士駅（北口）	16:00	16:20
ランド（着）	16:30	19:00

【清水方面】

来館
●清水駅（発）
8:00～23:00 毎時00分発車
●興津駅（発）
8:20～23:20 毎時20分発車

帰館
●ランド（発）
7:30～22:30 毎時30分発車

うまい酒しか。
白鹿
山田錦は黒松白鹿。
辰馬本家酒造株式会社
http://www.hakushika.co.jp
〈お酒は20歳になってから〉

お客様へのお願い
●当館では、食品衛生上により飲食物のお持ち込みは、全てご遠慮頂いております。
●イレズミ・タトゥー又は類似シールをされている方の入館を固くお断り致しております。
※お客様のご理解・ご協力をお願い致します。

◆ 当かわら版に対する投稿及び感想をお待ちしております ◆

クア・アンド・ホテル駿河 駿河健康ランド
〒424-0203
静岡県静岡市清水興津東町1234
Tel.0543-69-6111 Fax.0543-60-0111
〈 http://www.kur-hotel.co.jp 〉
担当者/海老岡 塩津

■1F 売店 プリンセスプリンセス おみやげランキング

★1位:はまぐりのやわ煮

1,050円

★2位:うなぎパイ

525円/630円/1,050円

★3位:富士山まんじゅう

630円

★4位:静岡茶まんじゅう

630円

★5位:生・茶そば

※健康ランドの名前入り 630円

売店からのお勧め商品! 興津特産品『テッカぽん』

農薬散布がされていない原料の摘果みかんには、ビタミンCやクエン酸が多く含まれており、健康保持に最適です。限られた期間にしか手に入らない貴重なこの一品で興津の味をお試し下さい。

テッカぽん 300mℓ
●ドレッシング ●ぽん酢 各525円

売店福袋販売 1月1日土 AM7:00～(売切れ次第終了とさせて頂きます。)

★朝食バイキング★

●大人…1,050円 ●小人(3才～小学生)…525円

■しょうげつ 1F 大広間【6:00～9:00】

■洋食レストランマルシェ 12F【6:30～10:30】

■はま風 1F【8:00～10:30】

※日曜・祝日のみ
*大人・小人共に1,050円の定食となります。

今月の健康テーマ

冷え性

この時期冷え性に悩んでいる女性が多いですね。
なぜ、冷え性でつらい思いをするのでしょうか?

原因
●きつい下着や窮屈な靴などで血流が滞ったりストレス・疲れなどで自律神経のバランスが崩れたりすることが主な原因と考えられています。

そのためには… 身体を冷やさない工夫をすること。生活習慣を見直してストレスをためないことが大切です。

対策
1. 足を冷やさない工夫をする。この時、靴下やストッキングでも締め付けないようにする。
2. 食材に気をつける。三食しっかり食べる。
3. できるだけ足首、足指を動かし、血行を促す。
4. 半身浴、足浴、ツボ押しをする。

2F マッサージ癒し処にて、足裏健康法を受けられます。是非お試し下さい。

あかすりでピカピカボディーを手に入れよう!

◆あかすり美容◆

あかすり
体の表面の古くなった角質を落とし、発汗作用を促します。それによって血行を良くし、皮膚を活き活きとみずみずしく張りを持たせ透明度を高めます。
また、あかを落とすと深部から若々しい肌がよみがえってきやすくなります。

パパイヤヨーグルトパック
南国の恵みマカデミアナッツとホホバオイルとヨーグルト生まれのフルーツ酸ホエイのパワーで、美白、角質がなめらかになりお肌に張りを与えます。また、香りがステキです。

オイルケア
ハンドテクニックによりリンパの流れをスムーズにし、全身の細胞に栄養と酸素を与え、老廃物を体外へ排泄し、バイオの働きにより皮下脂肪の代謝を促進させ、組織の循環を活性化します。美しいボディシルエット作りに効果的です。

2F リラクゼーションサロンにて、只今「あかすり回数券」を販売しております。この機会に是非ご利用下さい。

あかすり(30分コース)…3,150円
5枚綴り 14,700円
10枚綴り 31,500円

あかすりコースのみの利用の場合 有効期限:1年

11月分お客様アンケートQ&A

Question	Answer
● 足底健康法、いつも気持ちが良いですが、反射区の図を見ながら、自分でどの部分痛かったかなど知りたいので、見やすいものを用意して欲しい。	ご要望ありがとうございます。足底健康法にて、反射区の見やすいものを作成いたしました。ご利用の際、ご参考にご覧下さいませ。
● 石和のようなスタンプラリーを駿河でも行って欲しい。	ご要望ありがとうございます。当館でも皆様にお楽しみいただけるイベントを今後も行ってまいりますので、是非ご利用下さいませ。
● アウフグースの時間について、10時と15時の間に1回くらい入れて欲しい。	ご要望ありがとうございます。12月1日より11時にも行うことに致しました。お気軽にご利用下さいませ。
● フットマッサージ機の足を入れるところが、清潔なのか不安でためらう。	ご意見ありがとうございます。専用の消毒液をご用意いたしましたので、お気軽にご利用下さいませ。
● 客室:部屋が暑かった。	ご不便をお掛けして大変申し訳ございません。現在、全館暖房となっており、冷房をお使いいただくことが出来ません。部屋内の温度が高い場合は、エアコンのスイッチを切る、又、窓を開けて頂くなどで調整して頂くようになりますので、ご了承下さいませ。
● 客室:布団をもう少し早めに敷いて欲しい。	ご不便をお掛けして大変申し訳ございません。通常は係が各お部屋を順に廻っておりますが、ご希望のお時間等ございましたら、フロントにお申し付け下さいませ。

■周辺イベント情報■

●いちごの里・萩原農園

石垣いちご お申し込みお問い合わせは **萩原農園**
【住　所】静岡市清水増270
【電　話】0543-34-4540 【FAX】0543-36-4040
【ホームページ】http://www.hagiwara-farm.com/

●スノータウン・イエティ

東名裾野I.Cから約25分の好立地にあるスノータウン・イエティ。スキー、ボードを楽しんじゃおう。

最先端の造雪システムを導入しています。待ちに待ったウインターシーズンは、白く輝く富士山を仰ぎながらダイナミックな滑りを楽しみましょう。レストランもハンバーガーショップをメインに、中華レストランもあり、バラエティに富んでいます。レンタル、スクールもOK!

【住　所】〒410-1231 裾野市須山字藤原2428
【電　話】055-998-0636 【FAX】055-998-0797
【営業時間】平日/9:00～16:00 土日祝/8:00～16:00 ※ナイター/16:00～22:00(オールナイトあり)
【休園日】シーズン中無休(シーズン)10月下旬～4月上旬
【駐車場】1350台(平日無料 土日祝1000円/日)
【ホームページ】http://www.yeti-resort.com/

『ご入館券』が当たる!!当たる!!
当選したら画面をフロントにお見せ下さい。
更に100名以上に当たる Wチャンスもあり
応募方法は裏面
ご登録者には割引特典やイベントなど素敵な情報がメールで届きます。
ケア・アンド・ホテル駿河 駿河健康ランド

プレゼント応募方法 eメール新規作成画面より
1. 新規メール ●宛先・メールアドレス a@jpdm.jp 宛先または メールアドレスに「a@jpdm.jp」と入力 ●タイトル・件名・sub おふろ タイトル・件名・subに「おふろ」を入力 その他未記載
2. プレゼント応募はこちらのメールがすぐ届きます。
3. 「応募する」で書く線でつないだサイトをアクセス。
4. 折り返しプレゼント応募フォームが届きます。
応募完了!
その他で当たるWチャンスもあり!

（きりとり線）

お年玉クーポン券

有効期限 1月11日～31日迄 平日のみ

駿河健康ランド 2F
タイ古式セラピー「癒し処」
●施術時間 **10分間延長** 【対象】すべてのコース
※ご利用時に2F 癒し処受付にご提示下さい。

お年玉クーポン券

有効期限 1月11日～31日迄 平日のみ

駿河健康ランド B1
フィットネスクラブAOコーナー
●ビジター使用料 840円 ▶ **500円** ※ただし、スタジオレッスンはご利用頂けません。
※ご利用時にB1 AOコーナー受付にご提示下さい。