



昨年中はご愛顧のほど誠にありがとうございました。二〇〇八年もお客様にますます愛される健康ランドを目指して、従業員一同努めて参りますので本年も宜しくお願い申し上げます。

振舞酒

1月1日
お正月
イベント

餅つき

午前7時~
フロント前にて開催!

生まれ変わった石和健康ランドで

新年会

和食・中華が選べて嬉しいコースメニュー

香んで食べて大満足
お風呂に入って大満足

実施期間 平成20年2月29日(金) まで
※新年会は12/31~1/6の期間、除かせて頂きます。

只今、ご予約受付中!

ほうか
本格中華料理で
美味しい楽しい
ひとときを
中国料理 **宝華**

平日プラン (月曜日から金曜日PM6時まで)	
コース名	内容
2,625円コース	和食 入館料+お料理8品 中華 入館料+おまかせ料理
3,625円コース	和食 入館料+お料理10品 中華 入館料+お料理9品
4,725円コース	和食 入館料+お料理12品 中華 入館料+お料理11品
宿泊コース 6,600円/7,650円/8,700円 和食 中華 宿泊料+お料理	
上記コースに平日特別料金1,575円プラスで飲み放題が付けられます。※1時間50分限定	

週末プラン (金曜日PM7時~日曜日・祝祭日含む)	
コース名	内容
4,200円コース	和食 入館料+お料理8品 中華 入館料+お料理9品
5,250円コース	和食 入館料+お料理10品 中華 入館料+お料理11品
6,300円コース	和食 入館料+お料理12品 中華 入館料+お料理12品
宿泊コース 7,650円/8,700円/9,750円 和食 中華 宿泊料+お料理	
上記コースに2,100円プラスで飲み放題が付けられます。※1時間50分限定	

お食事処 **和食力**

新年会をご利用のお客様には
お得な特典!

①深夜料金...通常1,050円→無料
②入館半額(宿泊525円引き) 券をおひとりにつき1枚送呈
③鍋耐「JUN」6~12名→1本、13~20名→2本
21名以上→3本サービス
④安心安全な送迎サービス-健康ランド特別料金にてご利用頂けます。
(当社指定代行・要予約)
3.2km迄→1,000円、30km→8,200円
⑤2階ボディーケアルームより
「ボディーケア各コース10%割引券」をおひとりにつき1枚送呈
⑥お食事30分コース-足湯30分コース-エステミニフェイシャル30分コース
いずれかのコースに10%割引券をおひとりにつき1枚送呈
⑦6名様以上無料送迎(黒内・先着順)
(注)①~⑦までの特典はご宴会コースをご利用頂いた人数が対象となります。

宴会時間変更のお知らせ!
★宴会実施のご希望時間を
①11時~14時 ②15時~18時 のいずれかより
③19時~22時 ④23時~3時 お選び下さい。
★夜の宴会も
可能となりました!
②23時~3時におきましては、
時間内より3時間をご滞在下さい。
運賃カラオケもご利用しております。要予約5,250円

1泊食事付、石和健康ランドからのスペシャルプライス!

平日限定宿泊プラン

ご夕食は、河童・宝華・力・Theキッチン・和心の5店舗からお選び頂けます。

シングルBタイプ ツインBタイプ 和室2名利用	朝食付6,500円 夕食付7,000円 2食付7,500円	ツインAタイプ 洋室3名利用 和室3名利用	朝食付5,500円 夕食付6,000円 2食付6,500円
-------------------------------	-------------------------------------	-----------------------------	-------------------------------------

全制
完約
予

*表示価格はすべて税込です。
*各種割引券との併用はできません。
*1/6(日)までご利用できません。

お申し込みはフロント・お電話・インターネットにて承っております。

河童

ジャコサラダ・
季節の漬物・
手作り豆腐・焼き魚・
お造りor天ぷらorかつ・
高菜ののり巻き・
おすいもの

最終注文
受付時間
午前1:00
最終入店時間
午前2:00

平日限定
宿泊プラン
夕食メニュー
Dinner Menu

中国料理 宝華

Aセット
餃子・唐揚げ・海老チリ・豚肉とピーマンの炒め・
杏仁豆腐・生野菜・ザーサイスープ・ライス

Bセット
餃子・唐揚げ・海老チリ・豚肉とピーマンの炒め・
杏仁豆腐・生野菜・ザーサイ・半ラーメン・半ライス

最終注文
受付時間
午後8:00
最終入店時間
午後9:00

お食事処 和食力

小鉢・前菜・刺身・煮物・酢の物・揚げ物・中皿・
漬物・焼物・茶碗蒸し・ごはん・味噌汁・フルーツ

最終注文
受付時間
午後10:00
最終入店時間
午前0:00

洋食 The キッチン

カブスープ・
サラダ・
パンorライス・赤ワインor白ワイン・
ビーフorフィッシュ

※ビーフは(和風/洋風/トマト)・
フィッシュは(白ワイン/クリーム/トマト)から
ソースをお選び下さい。

最終注文
受付時間
午後8:00
最終入店時間
午後9:00

そば処 和心

天ぷら・とりもつ・小鉢・
山菜そば・ごはん・
味噌汁・フルーツ・漬物・ざるそば

最終注文
受付時間
午後8:00
最終入店時間
午後9:00

1月 ミストサウナ

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1月 温泉浴カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

2月 温泉浴カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

MaaNa Café

1F フロント

営業時間：午前8:00～午後10:00まで

今月のイチ押し!!!!

1 美人姉妹が作る、手作りワッフルとパフェです。

2 テイクアウト容器で、館内持ち運び出来ます。

皆さまのご来店をお待ちしております!

★恵比寿の生ビールはじめました!!

ホットヨガ教室

はじめました。

岩盤浴「ほっと日和」内(写真右)で行いますが、健康ランドの入館料のみで参加できます!

14:00～15:00
(60分コース)

先着15名様 ご予約制

フロント・お電話にてご予約承っております。

毎週土曜日開講!

プリンセスプリンセス

1F 売店 お知らせ

毎年恒例 福袋

★お子様福袋(キャラクター)・・・2,100円(税込)
★女性福袋(ランド・ホテル共通利用券2枚付)・・・5,000円(税込)
★男性福袋(ランド・ホテル共通利用券2枚付)・・・5,000円(税込)

数量限定の為、お早めにお買い求め下さい。

パチンコ CR仮面ライダー

「ショッカー全滅大作戦」実写映像にも注目!

CR仮面ライダーがパワーアップして登場! 歴代ライダー7人に加え、何と15体の怪人が登場! 4体倒すごとに大幹部が出現。最後は首領の登場だ。難易度は85%というから、本物のタイトル「ショッカー全滅大作戦」通り、ショッカーたちをすべて倒すことも夢ではない? ライダー1号、2号だけでなく、仮面ライダーXや仮面ライダーV3など、歴代のライダーたちも参戦するぞ!! 演出に合わせて舞臺回転するおなじみのライダーベルト、後継ギミックのサイクロン号、P-フラッシュ(ハンドル発射)など、京東電気の演出が満載! トル中仮面ライダーが活躍に駆けつけて、ライダーのピンチを助けてくれる!!

24時間営業!

らくだポータイル

2F 仮装室 となり

リニューアルキャンペーン実施中!!

期間 H19年11月29日(木)～H20年1月15日(火)

ワットボーディーケア45分 4,500円→4,000円
ワットボーディーケア 45分 4,500円→4,000円

タイならではの記念品を、施術を受けられた方限定でプレゼント!!
※記念品がなくなり次第終了になります。

★会員限定のクーポンチケットをお持ちの方はお早めに!★

2F ボディーケアルーム

★オイルリンパマッサージ 20分:2,100円 (お試しコース・フットorハンド)
40分:4,200円→3,800円
60分:6,300円→5,900円

★セットコース 80分コース (オイル40分+ボディーケア40分)
7,665円→6,900円

2F フレール

周りが気になるお客様のために、個室をご用意しました。

あかすり 30分...3,150円
キャンペーン60分 9,450円→6,825円

足底 30分...3,150円
Set 60分 (足底40分+クイック20分) 6,300円→5,880円

エステ ミニフェイシャル 30分...3,150円
全身オイルリンパ 50分 6,300円→5,880円

タイ式 30分...3,465円
60分...6,615円→5,880円

その他にもキャンペーンを実施しております。是非この機会にお試し下さいませ。

石和健康ランドイベント案内	
1/ 1 (火)	お正月イベント(餅つき・振舞酒)
1/ 5 (土)	石和健康ランド子どもの日(毎月第1土曜日・お子様のみ入館料半額)
1/ 6 (日)	13:00～ ゲームコーナーイベント 「ももこサロン 読み聞かせ会・子育て相談会」 (11:00～/13:00～/14:00～/15:00～/計4回開催)
1/12 (土)	14:00～ 無料ホットヨガ教室【先着15名様・予約制】
1/13 (日)	15:00～ 無料ピンゴ大会(1階大広間 楽楽)
1/19 (土)	14:00～ 無料ホットヨガ教室【先着15名様・予約制】
1/20 (日)	15:00～ プールで宝つり(湯道館3歳～小学生のお子様対象)
1/26 (土)	14:00～ 無料ホットヨガ教室【先着15名様・予約制】
2/ 2 (土)	石和健康ランド子どもの日(毎月第1土曜日・お子様のみ入館料半額)
2/ 3 (日)	13:00～ ゲームコーナーイベント 「ももこサロン 読み聞かせ会・子育て相談会」 (11:00～/13:00～/14:00～/15:00～/計4回開催)
2/ 9 (土)	14:00～ 無料ホットヨガ教室【先着15名様・予約制】
2/10 (日)	15:00～ 無料ピンゴ大会(1階大広間 楽楽)
2/14 (木)	バレンタインデーイベント
2/16 (土)	14:00～ 無料ホットヨガ教室【先着15名様・予約制】
2/17 (日)	15:00～ プールで宝つり(湯道館3歳～小学生のお子様対象)
2/23 (土)	14:00～ 無料ホットヨガ教室【先着15名様・予約制】
3/ 1 (土)	石和健康ランド子どもの日(毎月第1土曜日・お子様のみ入館料半額)
3/ 2 (日)	13:00～ ゲームコーナーイベント 「ももこサロン 読み聞かせ会・子育て相談会」 (11:00～/13:00～/14:00～/15:00～/計4回開催)
3/ 8 (土)	14:00～ 無料ホットヨガ教室【先着15名様・予約制】
3/ 9 (日)	15:00～ 無料ピンゴ大会(1階大広間 楽楽)
3/14 (金)	ホワイトデーイベント
3/15 (土)	14:00～ 無料ホットヨガ教室【先着15名様・予約制】
3/16 (日)	15:00～ プールで宝つり(湯道館3歳～小学生のお子様対象)
3/22 (土)	14:00～ 無料ホットヨガ教室【先着15名様・予約制】

信州健康ランドイベント案内	
1/ 1 (火)	8:00～ 振舞酒・餅つき 14:00～/17:00～ 等
1/ 2 (水)	15:00～/17:30～ 鬼島太郎
1/ 3 (木)	14:00～/17:00～ 松本音楽団の皆さんによる演奏会
1/ 6 (日)	14:00～ 大人ピンゴ大会/大広間
1/13 (日)	14:00～ 信州健康ランドの日
1/20 (日)	14:00～ カラオケランド チャンピオン大会/大広間
1/22 (火)	19:00～ ストレッチ&ヨガ教室
1/27 (日)	14:00～ 子どもピンゴ大会/大広間
2/ 3 (日)	14:00～ 大人ピンゴ大会/大広間
2/10 (日)	14:00～ 信州健康ランドの日
2/17 (日)	14:00～ 月例カラオケ大会/大広間
2/24 (日)	14:00～ 子どもピンゴ大会/大広間
2/26 (火)	19:00～ ストレッチ&ヨガ教室
3/ 2 (日)	14:00～ 大人ピンゴ大会/大広間
3/ 9 (日)	14:00～ 信州健康ランドの日
3/16 (日)	14:00～ 月例カラオケ大会/大広間
3/23 (日)	14:00～ 子どもピンゴ大会/大広間
3/24 (火)	19:00～ ストレッチ&ヨガ教室
★毎月第2日曜日は「信州健康ランドの日」各施設を開放!! ★毎月第3火曜日は無料の「ストレッチ&ヨガ教室」を開催!!	
〒399-0701 長野県塩尻市広丘吉田366-1 Tel:0263-57-8111	
★イベント内容は、告知なしで急遽変更することもありますので、ご了承下さい。	

カットサロンが新しく生まれ変わりました!!

あめみ

入館料不要でご利用できます。

1F

メニュー	
メンズ	カット.....1,575円 顔剃り.....1,050円 シャンプー.....525円 白髪染(シャンプー付).....2,100円 パーマ(シャンプー付).....3,150円
レディース	カット.....1,575円 顔剃り(バック付).....1,575円 シャンプー.....525円 白髪染(シャンプー付).....2,625円 お子様(小学生以下).....1,050円

リニューアルキャンペーン割引
期間:H19.11/29(木)～H20.1/31(木)

メンズ	白髪染(シャンプー付) 2,100円→1,575円
レディース	顔剃り(バック付) 1,575円→1,050円 白髪染(シャンプー付) 2,625円→2,100円

〒424-0203 静岡県静岡市清水区奥津京町1234
Tel:054-369-6111