



信州健康ランド情報

SHINSYU KENKO LAND INFORMATION

2007
6月号
June

6月4日(月)は改装工事のため、**休館**とさせていただきます。
それとともない、6月3日(日)にご宿泊のお客様のチェックアウトは朝8:00となります。
6月5日(火) AM10:00よりリニューアルオープンとなります。
なお、6月4日(月)の3事業所送迎バスは運休となります。

インターネット予約で宿泊がお得に!!

ビジネスマンに大好評!!

平日限定! 食事付宿泊プラン!

日曜日はさらにお得!!

日曜日限定! 朝食付宿泊プラン!

プラン	1名様・シングル(税込)	2名様・ツイン(税込)
平日	1泊2食付 7,800円	15,600円
	1泊朝食付 6,500円	13,000円
日曜日	1泊朝食付 6,300円	12,600円

通常の宿泊料金: シングル 6,300円・ツイン 12,600円

ご予約は <http://www.kur-hotel.co.jp>

※土曜日、祝前日、繁忙期はご予約いただけません。

ボリューム満点! 1泊2食付プランのご案内

1F 和食処 あずさ

午後10:00 ラストオーダー



選べる丼 10種類
※Bコースのみ中生ビール付き

2F 中国料理 樹林

午後10:00 ラストオーダー



全メニュー共通
※Bコースのみ中生ビール付き

10F 展望レストラン キャラ

午後10:30 ラストオーダー



しゃぶすきプラン

変更 健康ランド会員特典

サービスポイントによる商品引き換えの内容が変更になりました!!

従来2500ポイントを達成されたお客様へ引換券を発送しておりましたが、お客様の利用スタイルに合わせてそれぞれのポイントに応じた商品を引き換えて頂くことが可能となりました。なお、ポイント引き換えにつきましては、フロントに設置してございます「ポイント交換申込書」をご利用ください。特典内容につきましては下記ようになります。

現在サービスポイント	引換特典内容
300ポイント	平日ご招待券1枚、又は売店商品券1枚(1,000円分)
500ポイント	ランド・ホテル共通利用券1枚、又は売店商品券2枚(2,000円分)
1000ポイント	子供回数券1冊、又は特別ご招待券3枚
2500ポイント	ランド・ホテル共通利用券8枚、又は特別ご宿泊券2枚
5000ポイント	特別ご宿泊券6枚

※サービスポイントとは...飲食等館内におけるご利用代金100円(税別)につき1ポイント加算されるポイントです。

健康ランドクラブにご入会されていないお客様も、入会費 年会費 **無料** 是非この機会にご入会ください。

4月1日より健康増進法に基づき、
大広間が全面禁煙化となりました。
何卒ご理解・ご協力の程お願い申し上げます。

マナーアップにご協力を

・当館では食品衛生上、飲食物のお持込みを全てご遠慮頂いております。
・入墨をされている方の入館を固くお断りしております。
このほか、他のお客様に迷惑となる行為をされた場合、退館して頂く場合がございます。
皆様のご理解・ご協力をお願い致します。

社内救命講習のお知らせ

6月22日(金) 15:00~21:30~

信州健康ランドでは、AED(自動体外式除動器)を使用した救命講習に参加されるお客様を募集しております。
見学のみも大歓迎!!
ご希望のお客様は、1Fフロントにてお申し込み下さいませ。
※都合により変更になる場合がございます。



健康ランド

イベントインフォメーション

予告なしに、日時、場所等が変更となる場合がございます。詳しくは、各健康ランドまでお問い合わせ下さい。

信州健康ランド ☎0263-57-8111

6/3(日)	大人ビンゴ大会 14:00~1階大広間
6/4(月)	休館
6/5(火)	リニューアルオープン
6/12(火)	信州健康ランドの日 13:00~ ママと一緒に赤ちゃん体操教室
6/17(日)	月例カラオケ大会 14:00~1階大広間 シルバーカラオケ大会 14:00~1階大広間 父の日イベント
6/21(木)	子供ビンゴ大会 14:00~1階大広間
6/24(日)	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」18:00~

7/1(日)	大人ビンゴ大会 14:00~1階大広間
7/8(日)	信州健康ランドの日 14:00~
7/15(日)	月例カラオケ大会 14:00~1階大広間
7/22(日)	子供ビンゴ大会 14:00~1階大広間
7/24(火)	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」18:00~
8/4(土)・5(日)	夏祭り
8/5(日)	大人ビンゴ大会 14:00~1階大広間
8/12(日)	信州健康ランドの日 14:00~
8/19(日)	月例カラオケ大会 14:00~1階大広間
8/26(日)	子供ビンゴ大会 14:00~1階大広間
8/28(火)	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」18:00~

★毎月第2日曜日は「信州健康ランドの日」各種教室を開催!!
★毎月第4火曜日は、無料の「ストレッチ&ヨガ教室」を開催!!

石和健康ランド ☎055-263-7111

6/2(土)	健康ランド子どもの日 お子様の入館料半額
6/3(日)	ゲームコーナーイベント 12:30~ シルバーカラオケ大会(出場は予約制) 14:00~
6/10(日)	無料ビンゴ大会 15:00~1階大広間 楽楽 プールで宝探し(3歳~小学生のお子様対象) 15:00~/湯道館
6/17(日)	歌謡ショー 米山むつ美 19:00~1階大広間 楽楽 父の日イベント(男性のお客様に素敵なプレゼントをご用意)
6/24(日)	月例カラオケ大会(出場は予約制) 14:00~
6/26(火)	風呂の日特別イベント(一日限りの特別風呂等)
7/1(日)	ゲームコーナーイベント 13:00~
7/8(日)	健康ランド子どもの日 お子様の入館料半額
7/15(日)	無料ビンゴ大会 15:00~1階大広間 楽楽 プールで宝探し(3歳~小学生のお子様対象) 15:00~/湯道館
7/21(土)	歌謡ショー 中澤孝次 19:00~1階大広間 楽楽
7/22(日)	月例カラオケ大会(出場は予約制) 14:00~
7/26(火)	風呂の日特別イベント(一日限りの特別風呂等)
8/4(土)	健康ランド子どもの日 お子様の入館料半額
8/5(日)	ゲームコーナーイベント 13:00~
8/19(日)	無料ビンゴ大会 15:00~1階大広間 楽楽 風呂の日特別イベント(一日限りの特別風呂等)
8/26(日)	月例カラオケ大会(出場は予約制) 14:00~ 歌謡ショー 中澤孝次 19:00~1階大広間 楽楽

★毎月第2日曜日は「健康ランド子どもの日」(約70分間・先着20名・予約制)
★毎月第1土曜日は「健康ランド子どもの日」お子様の入館料半額となります。
★毎月28日は「風呂の日イベント」特別なお風呂をご用意。
★全て入館料のみでご利用いただけます。予約制のイベントもこの日よりご予約いただけます。お早めにお申し込みください。

駿河健康ランド ☎0543-69-6111

6/9(土)	第5回 駿河カラオケチャンピオン大会 14:00~1階大広間
6/17(日)	父の日「男性のお客様に素敵なプレゼント」
6/21(木)	健康ランドの日 15:00~3階特設会場「タイプ別ダイエット」
6/24(日)	こどもイベントの日「スルガレンジャーショーと握手会」
7/1(日)~8(日)	七夕「みんなで笹飾と短歌に願いをこめて」
7/14(土)	第66回 カラオケ大会 14:00~1階大広間
7/28(土)・29(日)	夏祭り
8/4(土)	第67回 カラオケ大会 14:00~1階大広間
8/21(火)	健康ランドの日
8/26(日)	こどもイベントの日

5月の お客さまアンケート Q&A

Q	宿泊で9階の場合、朝早くから10階の足音が激しく、休むことができません。すぐ響きます。(他2件)
A	申し訳ございませんでした。床にクッション材を入れる工事を行っております。6月4日の改装日に完了予定ですので、もうしばらくお待ち下さい。
Q	行く度に思いますが、露天風呂にある白っぽい「黒風呂」は色が剥がれているのに、塗り替えないのは何故ですか?お湯の質はもちろんです、見た目も大事だと思います。
A	ご指摘ありがとうございます。確かに塗料が剥がれ、見苦しくなっておりました。錆などを落とし、男性風呂は塗り直しを致しました。女性風呂も6月4日の改装日に実施予定です。

Q	ダブルルームに泊まり、夜中にトイレに起きた時、トイレと部屋の段差がありすぎて転倒しました。危ないと思います。
A	申し訳ございませんでした。全てのダブルルームにトイレ用の踏み台を設置致しました。また、シングルルームにお泊まりで踏み台が必要な方はフロントまでお申し付け下さい。ご用意させていただきます。
Q	無料インターネットコーナーが、いつも空いておらず利用できません。
A	申し訳ございませんでした。1階と2階に2台ずつ設置しております。また、検索の方が優先でゲームでのご利用は控えて頂くよう、案内を貼り出しました。
Q	週1回は健康ランドに来ています。こちらのお風呂に入ると足の痛いのが治り、ストレス解消にもなります。その後ゆっくり休んで少しお酒を飲むことがささやかな幸福です。こちらの健康ランドがあるので頑張ることが出来ます。
A	ご利用ありがとうございます。今後ともお客様に満足して頂けるよう、より良い施設作りに努めて参ります。

石和・駿河がもっと身近に!

信州・石和・駿河 3つの健康ランドを結ぶ
平日無料定期バスを運行しております。
※バスの座席及び宿泊は完全予約制
ご予約、お問い合わせはtel:0263-57-8111まで。



行き	帰り
信州 10:30発 石和 13:00発 駿河 16:00発	駿河 9:40発 石和 13:00発 信州 15:00発

信州健康ランド情報

定期発行 申込受付中!
ランド情報を毎月郵送致します。
ご希望のお客様は、お電話又はフロント迄

安心・安全 信州健康ランド
[自動体外式除動器] AED設置店
緊急の場合速やかに対応できるよう常設しています。

クア・アンド・ホテル信州
信州健康ランド

〒399-0701
長野県塩尻市広丘吉田366-1
Tel:0263-57-8111
<http://www.kur-hotel.co.jp>

EAT

1階和食処 あずさ

北海道二セコ産直送
行者にんにく 届きました。

毎年恒例 **480円**(税込) で提供

ご存じの通り血液サラサラ。動脈硬化、脳梗塞の予防。
そして何より疲労回復、滋養強壮に効果大。

あゆ塩焼き

あゆのおいしい
季節になって参りました

550円(税込)



お魚膳

大好評!! 当店お食事部門人気No.6
日本海が主でしたが、鹿児島便(空輸)、
北海道便が出来て更に充実!!
今月遂にうな重を抜くか?!!!

1,570円(税込)

10階展望レストラン キャラ

パスタ

スープ パスタ
サラダ コーヒー
グラタン (全5品)
980円(税込)



売店からのお知らせ

手作り煎餅

人気の煎餅
ランキング
1位 ねぎ味噌 4位 辛子みそ煎
2位 くるみ味噌 5位 みそえび煎
3位 ざらめみそ煎 6位 えび煎辛子みそ
一度食べたら忘れられない味。ぜひおためし下さい。

夏祭りのお知らせ

夏祭り

8月4日(土)・5日(日)開催



各種屋台、イベントが盛りだくさん
今年もジョッキーズが来る!!

6月イベント風呂・カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					ブルーラベンダー	
3	4	5	6	7	8	9
ワイン	葛湯		紅茶	桃の葉		
10	11	12	13	14	15	16
桃の葉	ローズマリー	青リンゴ	紫根			
17	18	19	20	21	22	23
どくだみ	ワイン	ブルーラベンダー	紅花			
24	25	26	27	28	29	30
紅花	アロエ	ローズマリー	青リンゴ			

6月寝風呂・カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					紅花	
3	4	5	6	7	8	9
桃の葉	紫根	どくだみ	ワイン			
10	11	12	13	14	15	16
ワイン	ブルーラベンダー	紅花	ブルーラベンダー			
17	18	19	20	21	22	23
ローズマリー	桃の葉	紫根	どくだみ			
24	25	26	27	28	29	30
どくだみ	ワイン	ブルーラベンダー	紫根			

プール風呂 清掃日

男性 7(木)・21(木)
女性 14(木)・28(木)
※午前中～正午までご利用頂けます。

露天風呂 清掃日

男性 月・水・金曜日 午後～
女性 火・木・土曜日 午後～
大浴場 清掃時間
女性風呂 午前3時～4時
男性風呂 午前4時～5時
●その他、衛生管理上、臨時に清掃を行う場合がござります。ご迷惑をお掛け致しますが、何卒ご理解のほどお願い申し上げます。

清潔安全宣言

当館では、湯船から溢れ出る湯をゆっくり
楽しんで頂くため、徹底した衛生管理の
もと、毎日2時間毎塩素濃度のチェックを
基準に基づき実施しております。又、レジ
オナラ菌、大腸菌に対して専門機関による
水質検査を1ヵ月1回行っており、皆様に
清潔安全なお風呂をご提供させて頂いて
おります。

効能
★アロエ…胃もたれ・胸やけ・血圧を下げる・外傷による炎症
★紅茶…酸化防止・がん予防・疲労回復・ストレス解消
★6月5日(火)しょうぶ湯…疲労回復・冷え性・腰痛・血行促進

HEALTH

Relax&Relaxation クレール ノーマルフェイシャル50分

(クレンジング・マッサージ・吸引・ゴマージュ・
首から背中までのマッサージ・美白パック)

お待たせいたしました! 当店 人気 No.1
ノーマルフェイシャルキャンペーン、始まりました!!!

通常価格 6,300円のところ、
キャンペーン価格 5,250円でご提供させていただきます。

フットカラーリング+親指アート2本

夏間近! 素足を出す季節に足元をキレイにしてみませんか?
1回施術すると約2ヵ月長持ちしますよ♡

通常価格 フットカラーリング+親指アート
約3,000円(アートによる)のところ、
キャンペーン価格 フットカラーリング+親指アート2本
2,100円でご提供させていただきます。
※アートはアート見本からお選び下さい。

女性専用岩盤浴 薬石乃癒 煌楽

料金 50分 525円 予約制 10:00～24:00 (最終受付 23:00まで)
岩盤浴には一般に次のような効果があるとされています。
●疲労回復および腰痛・肩こり・冷え性などの改善 ●胃腸痛・胃弱などの消化器疾患の緩和
●ダイエットや美肌効果 ●肝臓などの新陳代謝疾患の緩和
●免疫力の向上によるアトピー体質改善 ●高血圧・低血圧の循環器疾患の緩和
●神経痛・リュウマチ等の神経系疾患の緩和
当施設ではお客様の安全性を考慮、専用除菌剤アクリウムを使用し、清潔・安全な環境を提供しております。
●専用除菌剤アクリウム 天然植物抽出エキスを成分とし、重金属を一切含まず、天然素材を
主原料とした殺菌剤のため、除菌率も高く安全性に優れています。

ロッカーキーで
ご利用頂けます

大好評! 日曜日限定 予約制 宿泊プラン

リラクゼーションと宿泊(朝食付)が
セットになった大変お得なプランです。

ペアプラン 2名様 14,700円

チェックアウト…11:00 (通常1泊朝食付で約20,000円のところ)
①ボディケア45分
②足底健康法20分&上半身クイックケア15分
③アカスリ25分&ミニフェイシャル10分
④タイ式リラクゼーション35分

メンズプラン 1名様 10,500円

チェックアウト…15:00 (通常1泊朝食付で約14,000円のところ)
①足底健康法45分&上半身クイックケア20分
②メンズノーマルフェイシャル50分

レディースプラン 1名様 10,500円

チェックアウト…15:00 (通常1泊朝食付で約14,000円のところ)
①アカスリ30分&漢方パック20分&ミニフェイシャル10分
②エステ&アロマテラピー50分
③ノーマルフェイシャル(顔から背中まで)50分

●お好きなコースを上記よりお選び下さい。●いずれも日曜日限定のプランです。(日曜日が連休の場合は、連休最終日、お盆・年末年始は除く) ●クレールスタンプカード印刷対象外となります。

TVでも紹介された話題沸騰!!
新感覚の癒やしをぜひ体感して下さい!!

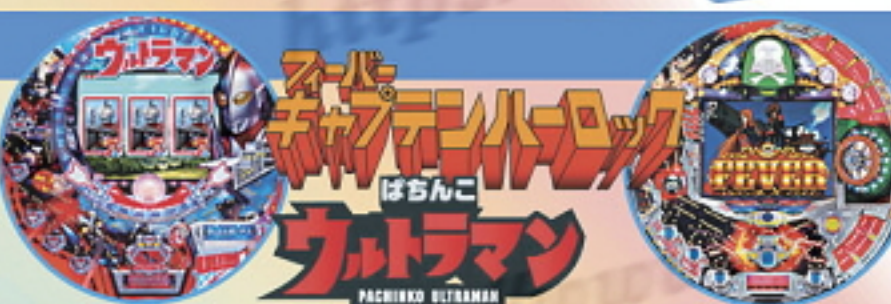
さかなエステ

料金 10分 525円(税込)
営業 11:00～23:00
1階 中央階段横にて好評営業中!

ロッカーキーで
ご利用頂けます

ENJOY ゲームイルカのしっぽ

新台導入!! 今月はパチンコ2台導入致しました。
ゲームコーナーにて絶賛稼動中です!!



信州健康ランドの日

今月の信州健康ランドの日は!!

ママと一緒に赤ちゃん体操

6月12日(火) 13:00～
参加費:無料 レッスン60分
※浴衣または動きやすい
服装でご参加下さい。

赤ちゃんとの
コミュニケーションや
育児疲れを
体操でリフレッシュ
してみませんか?



ご予約、受付、お問い合わせはフロントまたはお電話で!

毎月第4火曜日はストレッチ&ヨガ教室

18:00～開催!!
時間が変更と
なりました。無料

ヨガポーズで身体の毒を出しましょう!!
身体の歪み、ダイエットにも効果あり!!
定員20名様まで受け付けております。



周辺イベント情報

6月9日(土)第23回上高地音楽祭
23回目になる本年はミュージシャンにトワ・エ・モアさんを迎え、小梨平キ
ャンプ場にて午後1時より3時の間行われます。
お問い合わせ:上高地観光旅館組合案内所 TEL0263-95-2405

6月24日(日)ツールド美ヶ原自転車レース大会
「ツール・ド・美ヶ原」は、美ヶ原高原に登る車道を21km登るレースで、参加
者は、MTB・ロードバイク・リカンベント、男子・女子・年齢も小学生から70
代まで多彩です。スタートしてすぐ浅間温泉を通るので、選手のカラフルな
ウェアや自転車と、見物客の浴衣姿のコントラストが面白いです。
実行委員会東京事務局 TEL03-3583-5628