



信州健康ランド情報

SHINSYU KENKO LAND INFORMATION

2007
8月号
August

8/4(土)・5(日)

楽しいイベントが
盛りだくさん!!



1F
大広間にて
開催

屋台 たこ焼き・焼きそば・綿菓子

緑日 スーパーボールすくい・ヨーヨー釣り・射的など

4日(土) キリンジョッキーズイベント 15:00~18:00~
宮川真史 歌謡ショー 14:00~17:00~
バザー(商品がなくなり次第終了)

5日(日) 鬼島太鼓 15:00~17:30~
大人ピンゴ大会 14:00~

おかげさまで一周年

ますます大好評
女性専用岩盤浴
薬石乃癒

(KIRARA)
煌楽

50分 525円 | 予約制 10:00~24:00 (最終受付 23:00まで)
※当日受付にてお申し込み下さい。

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
- ダイエットや美肌効果
- 免疫力の向上によるアトピー体質改善
- 神経痛・リュウマチ等の神経系疾患の緩和
- 胃腸・腎臓などの消化器系疾患の緩和
- 肝臓などの新陳代謝疾患の緩和
- 高血圧・低血圧の循環器系疾患の緩和

当施設ではお客様の安全性を考え、専用除菌剤エアリウムを使用し、清潔・安全な環境を提供しております。

専用除菌剤エアリウム 天然植物抽出エキスを成分とし、金属類は一切含まず、天然素材を主原料とした薬剤のため、除菌率も高く安全性に優れています。

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。
 - ・入浴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
8月24日(金) 15:00~21:30~

信州健康ランドでは、AED(自動体外式除細動器)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。



7月の皆さまアンケート Q&A

- Q 2階の授乳室を使おうと思ったのですが、ファミリールームの無料マッサージ機に男性がいたので使いづらい雰囲気でした。(諏訪市 I・N様)
- A 授乳室は個室となっておりカーテンもございますので、どうぞ安心してご利用下さい。
- Q 客室設置のLANケーブルが短くて不便です。(他2件)
- A 長いLANケーブルもご用意してございます。ご予約の際やフロントにてお申し付け下さい。

- Q 子供がおむつが外れたばかりです。便意を伝えることは出来ませんが、長時間の我慢がまだ難しいので、体が濡れたままでも、裸でも行ける範囲にトイレがあると助かります。
- A 女性のお客様は、露天風呂奥の岩盤浴にトイレがございますので、緊急の場合はそちらをご利用下さい。
- Q 脱衣所ロッカーの通りにある、腰掛がいつも使われていて座れない。もう少し増やしてほしい。老人ですので、とても困ります。(S・I様)
- A ご不自由をおかけして申し訳ございません。あと8脚注文致しましたので、もう暫くお待ち下さい。

健康ランド イベントインフォメーション

2007.8~2007.10
EVENT INFORMATION

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

8/4(土)・5(日)	夏祭り	綿菓子・ヨーヨーなどの各種屋台。イベントも盛りだくさん!!
8/5(日)	大人ピンゴ大会	14:00~1階大広間
8/12(日)	信州健康ランドの日「マジック講座」	14:00~
8/19(日)	月例カラオケ大会	14:00~1階大広間
8/26(日)	子供ピンゴ大会	14:00~1階大広間
8/28(火)	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」	19:00~
8/2(日)	大人ピンゴ大会	14:00~1階大広間
8/9(日)	信州健康ランドの日	14:00~
8/16(日)	月例カラオケ大会	14:00~1階大広間
8/23(日)	子供ピンゴ大会	14:00~1階大広間
8/30(日)	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」	19:00~
10/7(日)	大人ピンゴ大会	14:00~1階大広間
10/14(日)	信州健康ランドの日	14:00~
10/21(日)	月例カラオケ大会	14:00~1階大広間
10/28(日)	子供ピンゴ大会	14:00~1階大広間
11/4(日)	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」	19:00~

★毎月第2日曜日は「信州健康ランドの日」各健康ランドで開催!! ★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

8/3(金)~5(日)	夏祭り!
8/5(日)	ゲームコーナーイベント 13:00~
8/16(日)	無料ピンゴ大会 15:00~1階大広間 音楽
8/26(日)	歌謡ショー 御助美かつ美 19:00~1階大広間 音楽
8/2(日)	風呂の日特別イベント! (一日限りの特別風呂「レモン」)
8/9(日)	月例カラオケ大会(出場は予約制) 14:00~
8/16(日)	ゲームコーナーイベント 12:30~
8/23(日)	シルバーカラオケ大会(出場は予約制) 14:00~
8/30(日)	無料ピンゴ大会 15:00~1階大広間 音楽
9/6(日)	歌謡ショー 秀美明 19:00~1階大広間 音楽
9/13(日)	プールで宝探し(3歳~小学生のお子様対象) 15:00~通達
9/20(日)	月例カラオケ大会(出場は予約制) 14:00~
9/27(日)	風呂の日特別イベント! (一日限りの特別風呂等)
10/4(日)	ゲームコーナーイベント 13:00~
10/11(日)	無料ピンゴ大会 15:00~1階大広間 音楽

★毎週土曜日 14:00~「無料ヨガ教室」(約70分・先着20名・予約制)
★毎月26日は「風呂の日イベント」特別なお風呂をご用意!
★全て入浴料のみでご利用いただけます。特別イベントは当日の受付にてお申し込みください。お申し込みが満員の場合はキャンセルとなります。

駿河健康ランド ☎054-369-6111

8/4(土)	第67回 カラオケ大会	14:00~1階大広間
8/21(日)	健康ランドの日「ヨガ教室」	15:00~3階特設会場
8/28(日)	こどもイベントの日「じゃんけん大会」	15:00~7Fコーナー客室スタジオ
9/4(日)	第68回 カラオケ大会	14:00~1階大広間
9/11(日)	敬老の日	15:00~1階大広間
9/18(日)	こどもイベントの日「わなげ」	15:00~1階イベント広場
9/25(日)	第69回 カラオケ大会	14:00~1階大広間
10/2(日)	健康ランドの日	
10/9(日)	ハロウィン	
10/16(日)	こどもイベントの日	

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。
※バスの運行及び乗降は完全予約制。ご予約、お問い合わせはtel:0263-57-8111まで。
8/13(月)~8/16(木)まで3事業所送迎バス・旭東旅行無料送迎バスは運休となります。

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

信州健康ランド情報

定期券送
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
AED設置店
緊急の場合速やかに対応できるよう施設しています。

クア・アンド・ホテル信州
信州健康ランド

〒399-0701
長野県須佐市広丘吉田368-1
Tel:0263-57-8111
http://www.kur-hotel.co.jp

1階和食処 あずさ ぶ富会 メニュー

大好評の夏バージョン、今月までとなります。
鹿児島島の漁港より空輸で届く新鮮海の幸コースが
特に人気でございます。

季節会席料理...3,150円より

盛込料理...2,800円より

滋養増強、夏バテ防止 スタミナメニュー

うな重.....1,890円
馬刺.....920円
ゴーヤチャンプル...700円
はちみつ黒酢サワー...520円
が只今大人気です。



10階展望
レストラン
キャラ

8/1~8/10まで

抽選会

を行います

1等~6等まで
空くびなし

(入館券や焼酎ボトル券など)

売店 夏物衣類、お値打ち価格にて

ほんの一例

イトワールパンツロン

8,925円を1,980円

イトワールレースカーディガン

5,880円を1,980円

ご来店お待ちしております。

8月イベント風呂・カレンダー 8月 寝風呂・カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			カモミール	ワイン	ブルーラベンダー	
5	6	7	8	9	10	11
ブルーラベンダー	紅花	桃の葉	ローズマリー			
12	13	14	15	16	17	18
青リンゴ	レモン	どくだみ	ワイン			
19	20	21	22	23	24	25
ワイン	ブルーラベンダー	紅花	桃の葉			
26	27	28	29	30	31	
ラベンダー	青リンゴ	紫根				

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			ローズマリー	青リンゴ	紫根	
5	6	7	8	9	10	11
紫根	どくだみ	ワイン	ブルーラベンダー			
12	13	14	15	16	17	18
紅花	桃の葉	ローズマリー	青リンゴ			
19	20	21	22	23	24	25
青リンゴ	紫根	どくだみ	ワイン			
26	27	28	29	30	31	
ブルーラベンダー	紅花	桃の葉				

プール風呂 清掃日

男性9(木)・23(木)

女性2(木)・16(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います。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、レジオネラ菌、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
★レモン...夏バテ気味のときや、二日酔い、食欲が出ないときなどにも、気分をすっきりさせてくれます。
★ラベンダー...頭痛、特に鋭い痛みにも効果があり、殺菌力が高く、鎮痛作用もありますので、風邪に効き、予防にもなります。
★カモミール...鎮静・鎮痛作用があり、消化不良、軽度の胃潰瘍、大腸炎、下痢などの改善に効きます。

Relax& Relaxation
クレール

新メニュー始まりました。

8/1~8/10まで

オープニングキャンペーン

エステ 全身オイルリンパコース

リンパ節に向かってしっかりと押し流すことによって
老廃物の排泄を良くし血液の流れを良くします。
そのことによって疲労の回復も早くなります。

50分 6,300円 70分 8,820円 90分 11,340円
→5,800円 →7,950円 →9,950円

足 オイルリンパコース

今までの足底健康法と違った太ももまでしっかり
リンパを流すことによって足の疲労回復をはかります。
足底が痛いと思っている方、一度お試し下さい。

30分 3,465円 45分 5,040円 60分 6,615円
→3,150円 →4,620円 →6,090円

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 (通常1泊朝食付で約20,000円のところ)

チェックアウト...11:00
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 (通常1泊朝食付で約14,000円のところ)

チェックアウト...15:00
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

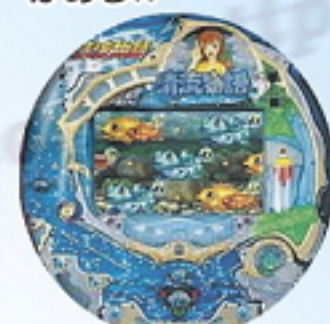
レディースプラン 1名様10,500円 (通常1泊朝食付で約14,000円のところ)

チェックアウト...15:00
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&アロマデラビー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ひとつお選び下さい。●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換付対象外となります。

ゲームコーナー
イルカの
しっぽ

お馴染みの横スクロール5ライン。
今度は「川」の物語!
この「川」には「海」とは一味違った面白さがある!!



パチンコ増台!!
清流物語入荷!!

TVでも紹介され話題沸騰!!
新感覚の癒やしをぜひ体感して下さい!!

さかな DE エステ



ロッカーキーで
ご利用頂けます
NEWフェイス
500円登場!!
さかなが新しく
なりました

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!

信州健康ランドの日

今月の信州健康ランドの日は!!

『マジック講座』

8月12日(日)14:00~ 参加費:無料 60分

8月は楽しいマジック講座を開催!!

簡単・楽しい・びっくりマジックに挑戦しませんか?

マスターすれば学校・会社の人気者間違いなし!!

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

19:00~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

松本ぼんぼん 8月4日(土) 松本の夏の夜の一大イベント。軽快なリズムの歌に合わせて参加運毎に踊り歩く。

サイトウ・キネン・フェスティバル松本 8月15日(水)~9月9日(日) 世界的な指揮者・小澤征爾氏が、世界各国で活躍する同門の演奏家を率い、日本アルプスの麓「松本」で毎秋開催される音楽祭。

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ポイントで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容易に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のようになります。

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、又は特別ご招待券2枚
5000ポイント	特別ご招待券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、是非この機会にご入会ください。 入会費 年会費 無料