



信州健康ランド情報

SHINSYU KENKO LAND INFORMATION

2007
12月号
December

忘新年会は
信州健康ランドで
どうぞ!!!



22が決め手! 忘新年会だけの6大特典

- その1 入館料が通常1,995円を1,050円(お子様525円)
- その2 仮眠室ご利用の方は、深夜料金がサービス
- その3 ホテルにご宿泊の方も500円引きになります。
- その4 1名様につき1枚入館半額券をプレゼント!!
- その5 6名様より無料送迎承ります(要予約)
- その6 宴会時間たっぷり3時間無料

(平成19年11月15日~平成20年2月29日まで) ※特典は4名様以上のご宴会に限り承ります。

13周年特別企画 宴会特選コース

平日：月曜日から木曜日 AM11:00~PM5:00
(祝日・及び12月28日~1月6日は除きます)
ご宴会時間：2時間
※3日前までのご予約をお願い致します。

お風呂とご宴会で
お一人様
2,500円
(税込価格 2,625円)

11月の お客さま アンケート Q&A

- Q 女性いやしの部屋のアロマオイルですが、毎回とても良い香りで癒されます。何のアロマオイルを使っているのか、わかると嬉しいです。(茅野市 O.A様)
- A 現在、ラベンダーとローズウッッドの2種類ですが、あと2種類増やし、3ヶ月ごとに入れ替えをするように只今準備中です。しばらくお待ち下さい。
- Q ロッカーがあまりにも狭く、着替えや荷物が入りませんでした。自分の荷物は広大間に置くようにしてはいいのでしょうか。(他1件)
- A 大広間に置かれますと、盗難の危険性がございますので、ロッカーに入らないお荷物は、貴重品以外でしたらフロントでお預かり致しますので、どうぞお気軽にお申し付け下さい。
- Q とても楽しくくつろげる場所ですが、仮眠室のマンガの少なさが気になります。マンガ喫茶ほどではないにしても、もう少し増やしてほしいです。(宮田村 S様)
- A 1階ほっとコーナーオアシスにマンガのご用意がございます。また、無料のインターネットコーナーやカップラーメン、おでん、軽食等の自動販売機もございますので是非ご利用下さい。

- Q 男性の浴室に女性スタッフがいて驚きました。気になります。
- A 当館では清潔感を保つ為、より細かい箇所まで気がつく女性従業員を男性浴室にも入れさせて頂いております。皆様のご理解をお願い申し上げます。
- Q お風呂の効能がよく読めませんでした。フロントなどにここのお風呂の特徴を書いたパンフレットがあると良くわかるので、ぜひお願いします。(塩尻市 K.H様)
- A イベント風呂の効能書きや、入浴モデルコースなどのご用意がございます。ご希望のお客様はフロントまでお申し付け下さい。
- Q 私は肝機能が大幅悪かったのですが、健康ランドに週2回通って岩盤浴をやったりプールで歩いたり、疲れたら休憩して、という生活を数ヶ月続けていたら、お医者さんもびっくりするほど肝機能が良くなりました。ありがとうございました。
- A ご利用ありがとうございます。岩盤浴には一般に、肝臓などの新陳代謝疾患の緩和や疲労回復・腰痛・肩こり・冷え性にも効能があるとされています。今後ともご利用を心よりお待ちしております。

健康ランド イベントインフォメーション

2007.12~2008.2
EVENT INFORMATION

信州健康ランド ☎0263-57-8111

12/2(日)	大人ビンゴ大会 14:00~1階大広間
12/9(日)	信州健康ランドの日 「ストレッチ&リズムダンス教室」14:00~
12/16(日)	カラオケグランドチャンピオン大会 14:00~1階大広間
12/20(木)	シルバーカラオケ大会 14:00~1階大広間
12/23(日)	子供ビンゴ大会 14:00~1階大広間
12/22(土)・23(日)・24(月)	クリスマスイベント
12/25(火)	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

12/1(土)	新石和健康ランドTHE誕生祭 ★カラオケ大会グランドチャンピオンによる歌謡ショー
12/2(日)	ゲームコーナーイベント 13:00~ 【おもちゃのこま】11:00~13:00~14:00~15:00~計4回開催
12/9(日)	無料ビンゴ大会 15:00~1階大広間 来客
12/16(日)	プールで宝探し 15:00~/湯遊館・3歳~小学生のお子様対象
12/23(日)	グランドチャンピオンカラオケ大会 14:00~
12/24(月)・25(火)	クリスマスイベント
12/26(水)	風呂の日特別イベント! (一日限りの特別風呂等)
1/1(火)	お正月イベント
1/6(日)	ゲームコーナーイベント 13:00~ 【おもちゃのこま】11:00~13:00~14:00~15:00~計4回開催
1/13(日)	無料ビンゴ大会 15:00~1階大広間 来客
1/20(日)	プールで宝探し 15:00~/湯遊館・3歳~小学生のお子様対象
1/26(土)	風呂の日特別イベント! (一日限りの特別風呂等)
1/27(日)	月例カラオケ大会 14:00~/出場は予約制
2/3(日)	ゲームコーナーイベント 13:00~ 【おもちゃのこま】11:00~13:00~14:00~15:00~計4回開催
2/10(日)	無料ビンゴ大会 15:00~1階大広間 来客
2/14(木)	バレンタインデーイベント
2/17(日)	プールで宝探し 15:00~/湯遊館・3歳~小学生のお子様対象
2/24(日)	月例カラオケ大会 14:00~/出場は予約制
2/26(火)	風呂の日特別イベント! (一日限りの特別風呂等)

★毎週土曜日 14:00~「無料ヨガ教室」
★毎月26日は「風呂の日イベント」特別なお風呂をご用意!
★全て入館料のみでご利用いただけます。予約はイベント当日の11時までに受付となります。お早めにお申し込みください。

駿河健康ランド ☎054-369-6111

12/8(土)	第71回 カラオケ大会14:00~1階大広間
12/21(金)	健康ランドの日「アロマ フットセラピー」15:00~/3階特別会場
12/23(日)・25(火)	クリスマス 期間中ご入館のお子様には素敵なプレゼント!!
12/24(月)	クリスマスイベント「サンタがやってくる」14:00~/1階大広間
1/1(火)~6(日)	お正月イベント
1/12(土)	第72回 カラオケ大会14:00~/1階大広間
1/27(日)	こどもイベントの日
2/14(木)	バレンタインデー
2/17(日)	健康ランドの日
2/24(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。
ご案内 年末年始の12月29日(土)~1月6日(日)まで運休とさせていただきます。

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発着	信州 15:00発着

来月2月より土日も運行致します

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

信州健康ランドの日

今月の信州健康ランドの日は!!

『ストレッチ&リズムダンス教室』

12月9日(日) 午後14:00~ 参加費:無料 60分

浴衣または動きやすい服装でお越し下さい。
ご予約、受付、お問い合わせはフロントまたはお電話で!

ストレッチ&ヨガ教室

毎月第4火曜日はストレッチ&ヨガ教室を開催。

今月は
12月25日(火)
19:00~

ヨガポーズで体の毒を出しましょう!!
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。

無料

1階和食処 あずさ

寒のうなぎ 今月のびんびんうなぎの産地は…静岡県と愛知県より厳選致します。

水温が下がるこの時期うなぎは体内にあぶらを抱えるためこれからが最もおいしくなります。活鰻ですので調理に少々お時間がかかります。予めご了承下さい。

あずさ自慢の鍋 大好評!!

全てが自家製だしで作る大人気メニューとなっております。うれしい!!1人前から承ります。

大勢になる程お徳!!

- 京風かまぼこ鍋 1人前1,180円~5人前4,600円
- ぶりっぶりかき鍋 1人前1,180円~
- 和風キムチ鍋 1人前1,050円~
- どらぶく鍋てっちり 1人前2,390円~

売店

鮭 の予約販売を致します

12月24日(月) お引き渡し時間 10:00~15:00

1,300円(税込)

売店にてご予約承り中です。

数に限りがございますので、お早めのご予約お待ちしております。

10階展望 レストラン キャラ

宴会内容

バイキングスタイル 50名様以上 3,150円から

カラオケ・ビンゴなどのイベントに最適

お好み鍋コース 3,870円

4種類の鍋から選べます(しゃぶしゃぶ・すき焼き・寄せ鍋・キムチ鍋)

卓盛宴会コース 3,150円 全9品 4,200円 全10品

お知らせ 大広間

テイクアウトメニュー

ご注文受付時間 午前10時~午後9時50分まで

五平餅 330円 餃子 470円 寿司職人特製大巻 680円

人気料理がお土産に大評判です!ぜひご利用ください!!

Relax& Relaxation クレール

ネイルキャンペーン 12月まで

ベーシックケアコース

(爪の形整、甘皮処理、爪磨き)

乾燥し荒れた手を少しお手入れしただけでも仕草がなんとなく女らしくキレイになったみたい…。

ネイルベーシックケアコース

2,625円→1,995円

777 ゲームコーナーイルカのしっぽ

仮面ライダー

ショッカー全滅大作戦

仮面ライダー導入しました!!あの爆発力を体験してください!!

大評判 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。

ますます大評判 女性専用岩盤浴 薬石乃癒 煌楽

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。

- 疲労回復および肩こり・冷え性などの改善
- 胃腸・腎臓などの消化器系疾患の緩和
- 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
- 神経痛・リウマチ等の神経系疾患の緩和
- 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慮、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、重金属は一切含まず、天然素材を主原料とした液剤のため、除菌率も高く安全性に優れています。

TVでも紹介され話題沸騰!!新感覚の癒やしをぜひ体験してください!!

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!

12月 イベント風呂・カレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
						1 ローズマリー
2 青リンゴ	3 紫根	4 しょうが	5 しょうが	6 しょうが	7 しょうが	8 ワイン
9 ワイン	10 桃の葉	11 紅花	12 ブルーバンダー	13 ブルーバンダー	14 ブルーバンダー	15 ブルーバンダー
16 かりん	17 青リンゴ	18 ローズマリー	19 桃の葉	20 桃の葉	21 桃の葉	22 桃の葉
23 桃の葉	24 紫根	25 カモミール	26 ワイン	27 ワイン	28 ワイン	29 ワイン
30 ブルーバンダー	31 ブルーバンダー					

効能

- ★しょうが→しょうがに含まれる辛味成分と精油成分が血行を促進させて、身体を芯から温める効果がある。
- ★かりん→かりんのエキスにはビタミンCやミネラルが多く含まれており、風邪の予防、咳止めなどに効能がある。

ブルー風呂 清掃日

男性 毎週金曜日
女性 毎週火曜日

※午前中~正午までご利用頂けません。

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時間毎湯温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。

社内救命講習のお知らせ

12月21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。

周辺イベント情報

国立美術館巡回展

「国立西洋美術館所蔵 ヨーロッパ美術の精華-神々と自然のかたち-」

文化庁による国立西洋美術館所蔵作品の巡回展。クールベ、モネ、ピサロ、ゴッホ等の油彩画、版画、彫刻を加えた約100点を展示。

12月11日から2月3日

会場 松本市美術館

問い合わせ先 松本市美術館 問い合わせ電話番号 0263-39-7400

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。
- ・入館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。
- ・小さいお子様、体調の悪い方は、用をたしてから大浴場をご利用ください。

レシートに特典ポイント 達成メッセージ!!

精算の際のレシートに、会員カードのサービスポイント(館内ご利用分ポイント)が、特典ポイントに達成した場合、達成メッセージが表示されるようになります!!

※サービスポイントとは…飲食等館内における利用料金100円(税別)で1ポイント加算されるポイントです。レシートに達成メッセージが表示ごとに、以下の特典と引き換えが可能になります。

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

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。

衛生管理上、オムツをされている方のご入浴は、ご遠慮頂きます。乳幼児は浴室内に、専用の浴槽を設置致しましたので、そちらをご利用下さい。

皆様のご理解・ご協力をお願い致します。