



信州健康ランド情報

SHINSYU KENKO LAND INFORMATION

2008
2月号
February

大好評いただいております女性専用岩盤浴に、
平日限定の入り放題と、平日・女性・ネット予約限定の
お得な宿泊プランが新登場!!

岩盤浴 50分 525円(税込) **新登場!** 平日限定 入り放題 735円(税込)

※ご予約はフロントまたは岩盤浴受付(内線261)まで

平日・女性・ネット予約限定 宿泊1泊+岩盤浴入り放題

岩盤浴 宿泊プラン

シングル	ツイン(女性2名利用可)	ダブル
6,000円(税込)	12,000円(税込)	10,000円(税込)

1月のお客さまアンケート Q&A

Q 大広間のカラオケは、静かに食べたい人にとって迷惑だと思います。やりたい人は別にすべきだと思います。(飯田市 H・M様)

A カラオケを楽しみに来館される方も多くいらっしゃり、決められた時間の中でご利用いただいておりますので、ご理解をお願い致します。

Q 食事中に貧血で倒れてしまいました。持ち運びができる簡易血圧計があれば良いと思います。

A ご意見ありがとうございます。緊急用に1台ご用意致しました。ご利用の際はフロントまでお申し付け下さい。

初めて信州に来ました。10階でバイキングを食べました。素晴らしいかったです。朝日が昇るのが見えました。今年は何か良い事がありそうな、そんな気持ちになりました。

Q ファミリールームで寝ていたら、朝「清掃に入ります。」と起こされました。清掃時間を表示してほしいです。

A ご案内不足で申し訳ございませんでした。ファミリールームへは毎朝8時30分より清掃に入らせていただいておりますので、案内を作成し貼り出しました。また、ファミリールームでの仮眠は当館で指定させていただいた場合を除いてはご遠慮頂いております。仮眠室が満室の場合はフロントまでお申し付け下さい。

Q ホテルの部屋がとても乾燥しています。のどが痛くなってしまいました。(安曇野市 U・M様)

A 加湿器の貸出しが無料でございますので、予約時、またはチェックインの際にお申し付け下さい。

Q 1階のほっとコーナー、マッサージをしようと思ったら、子供がマンガを読んでいて中々どいてくれませんでした。貼紙をしてくれませんか?

A お子様にもわかりやすい案内を作成し、貼り出しました。また、係が見廻りの際に注意して参ります。

Event Information 2008.2~4

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

2/3(日) 大人ビンゴ大会 14:00~/1階大広間
信州健康ランドの日
「フラダンス教室」14:00~
2/10(日) バレンタインデー
2/17(日) 月例カラオケ大会 14:00~/1階大広間
2/24(日) 子供ビンゴ大会 14:00~/1階大広間
2/26(火) 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」19:00~

3/2(日) 大人ビンゴ大会 14:00~/1階大広間	4/6(日) 大人ビンゴ大会 14:00~/1階大広間
3/9(日) 信州健康ランドの日 14:00~	4/13(日) 信州健康ランドの日 14:00~
3/14(金) ホワイトデー	4/20(日) 月例カラオケ大会 14:00~/1階大広間
3/16(日) 月例カラオケ大会 14:00~/1階大広間	4/22(火) 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」19:00~
3/23(日) 子供ビンゴ大会 14:00~/1階大広間	4/27(日) 子供ビンゴ大会 14:00~/1階大広間
3/25(火) 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」19:00~	
3/30(日) シルバーカラオケ大会 14:00~/1階大広間	

★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!!

毎月・第2日曜日は恒例の 信州健康ランドの日

今日は、2月10日(日) 14:00~

「フラダンス教室」

ダイエットにも効果的で、ハワイアンミュージックとハワイの自然を感じながら踊るフラで心も体も落ち着きリラックス効果も抜群!!
定員20名様、浴衣など動きやすい服装でお越し下さい。

社内救命講習のお知らせ

2月22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。

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常設しています。

石和・駿河がもっと身近に!

信州⇄石和⇄駿河

無料定期バス

3つの健康ランドを結ぶ無料定期バスを運行しております。
※バスの乗降及び予約は完全予約制
ご予約、お問い合わせは
tel:0263-57-8111まで。

クア・アンド・ホテル信州
信州健康ランド

石和健康ランド ☎055-263-7111

2/2(土) 石和健康ランド 子どもの日 お子様の入浴料半額
ゲームコーナーイベント 13:00~
2/3(日) 「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
2/10(日) 無料ビンゴ大会 15:00~/1階大広間 演奏
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~/3階~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)
3/1(土) 石和健康ランド 子どもの日 お子様の入浴料半額
ゲームコーナーイベント 13:00~
3/2(日) 「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
3/9(日) 無料ビンゴ大会 15:00~/1階大広間 演奏
3/14(金) ホワイトデーイベント
3/16(日) プールで宝探し 15:00~/3階~小学生のお子様対象
3/23(日) 月例カラオケ大会 14:00~(出場は予約制)
4/5(土) 石和健康ランド 子どもの日 お子様の入浴料半額
ゲームコーナーイベント 13:00~
4/6(日) 「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
4/13(日) 無料ビンゴ大会 15:00~/1階大広間 演奏
4/20(日) プールで宝探し 15:00~/3階~小学生のお子様対象
4/27(日) 月例カラオケ大会 14:00~(出場は予約制)
★毎月第2日曜日は「石和・駿河健康ランドの日」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!!
★毎月26日は「信州健康ランドの日」特別なお風呂をご用意!!
★大人限定の「ももこサロン」もご用意しております。お気軽にフロントまでお問い合わせ下さい。

駿河健康ランド ☎054-369-6111

2/9(土) 第73回 カラオケ大会 14:00~/1階大広間
2/14(木) バレンタインデー ご入館の男性のお客様にチョコレートをおプレゼント!!
2/21(火) 健康ランドの日「ラッキーチャンス」
2/24(日) こどもイベントの日
3/8(土) 第74回 カラオケ大会 14:00~/1階大広間
3/14(金) ホワイトデー
3/23(日) こどもイベントの日
4/12(土) 第75回 カラオケ大会 14:00~/1階大広間
4/19(土) 6周年イベント

月例カラオケ大会 シルバーカラオケ大会 出場者募集!!

月例カラオケ大会は2月17日(日)、
シルバーカラオケ大会は3月30日(日)開催。
皆様のご参加をお待ちしております。
お申し込み・お問い合わせは、お電話またはフロントまで。

信州健康ランド情報
無料定期バス
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

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

1階和食処 あずさ

待ってましたあ〜
今年もやります
大人気企画

まぐろ祭り

まぐろ刺身盛 まぐろカツ まぐろ膳
他多数のまぐろ料理をご用意。

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

2階中国料理 樹林

オリジナル感謝セット

がリニューアルしました

Aセット 定番酢豚

Bセット 麻婆豆腐煮

Cセット 豚レバーニラ炒め

3品よりお好みでお選びいただけます。更にハーフラーメン・白飯・フリードリンクがついて、お一人様1,500円の感謝価格です。きつとご満足頂けるとお薦め申し上げます。

忙しかった年末年始、本格的冬将軍の季節到来。皆様体力をつけて毎日を健康にお過ごし下さい。医は食なり。ボリュームとスタミナいっぱいの中華料理の数々。スタッフ一同、心よりお待ち申し上げます。

おすすめメニュー

感謝セット.....1,500円
スマイルセット.....700円
餃子一人前6ヶお持ち帰りに便利です...470円
お風呂のあとはサッパリ、のどごしツルツル
特製盛岡冷麺.....740円

売店

安心・美味しい!!

国産品コーナー



〈ほんの一例〉
山ごぼうたまり漬、パリパリきゅうり、
らっきょう、丹波産黒豆、きゅうり味噌漬、
こんにゃくごぼう、丹波黒豆ぐらっせetc

Relax&Relaxation クレール

お好み オーダーメイド コース

好評につき今月もキャンペーン中です。
お好みメニューを組合せた個室でゆったりの
贅沢コースはいかがですか。

90分 贅沢コース
11,500円→ **9,975円**
120分 セレブコース
14,500円→ **12,390円**
150分 VIPコース
17,000円→ **14,450円**

足底、頭、顔ツボ、ボディケア、腕リンパ、足リンパの
中からお選び下さい。

ゲームコーナー イルカの しっぽ

新台導入!!

コンチ4X

Type B
RUSH! RUSH! RUSH!
なつかしリーず
第3弾 2001年



なつかしの機種コンチ4X導入いたしました。
あの爆発力を体験してください!!

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!



ロッカーキーで
ご利用頂けます

2月 イベント風呂・カレンダー 2月 寝風呂・カレンダー

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

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

効能

コーヒー

新鮮なコーヒーに多く含まれるトリゴネリンが、脳神経細胞を活性化させアルツハイマー病に代表される、脳疾患を予防し、又冷え性や低血圧にも効果的です。

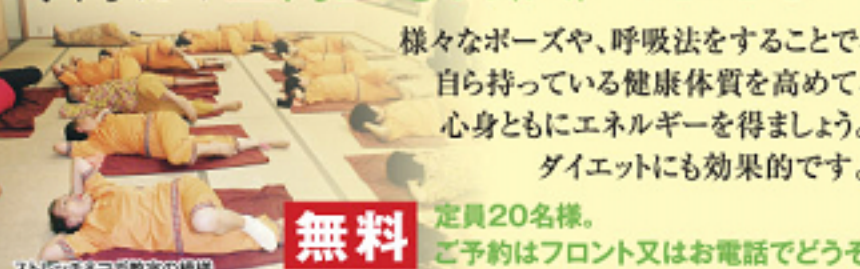
どくだみ

血流を活性化させることで体温が上昇し、発汗を促し、脂肪を燃焼させます。どくだみにはビタミンCも多く含まれるので、風邪の予防、もちろん美容にも最適です。

毎月・第4火曜日は大人気!!

ストレッチ&ヨガ教室

今月は、2月26日(火) 19:00~



無料 定員20名様。
ご予約はフロント又はお電話でどうぞ。

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した!
※サービスポイントは...飲食等館内における利用代金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表示ごとに、以下の特典と引き換えが可能になります。

特典サービスポイント	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6枚、又は特別ご宿泊券2枚
5000ポイント	特別ご宿泊券6枚

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

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。

プール風呂 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。

●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。

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

マナーアップにご協力を

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。

・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。

皆様のご理解・ご協力をお願い致します。

