



信州健康ランド情報

SHINSYU KENKO LAND INFORMATION

2008
5月号
May

お客様へお知らせ

お客様の安全確保の為、過酸化水素による**お風呂の洗浄**を以下の日程におきまして行います。

☆ **5月13日(火) 男女大浴場全て**
☆ **5月14日(水) 女性大浴場全て**
午前0:00～午前8:00までご利用頂けません。

この時間帯はお風呂のご利用が出来ませんのでご了承下さい。

これに伴いまして、**12日 男・女共 アカスリの営業は 23:40まで**とさせていただきます。

お客様には大変ご迷惑をお掛け致しますが、何卒ご理解ご協力の程お願い申し上げます。

休館日のお知らせ

5月26日(月)は館内改装日の為 休館とさせていただきます。

ご利用のお客様には大変ご迷惑をお掛け致しますがご理解・ご協力の程お願い申し上げます。

※リニューアルオープンは**27日(火) 午前10時**



これに伴い、

塩尻駅送迎バスが全て**運休**となります。

また、ホテル・仮眠室すべてのお客様のチェックアウトが**午前8時**となります。ご了承下さいませ。

尚、26日(月)の朝食につきましては、10Fレストラン キャラにて午前6時半～8時まで営業致します。ご利用下さい。

Event Information

2008.5~7

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

- 5/4(日) 大人ビンゴ大会 14:00～/1階大広間
- 5/5(月) こどもの日イベント お子様全員にハンカチをプレゼント (3歳以上の入館料を頂くお子様限定とさせていただきます)
- 5/11(日) 信州健康ランドの日 14:00～ 紙芝居 母の日 女性のお客様に素敵なプレゼント
- 5/14(水) フラダンス教室 19:00～
- 5/18(日) 月例カラオケ大会 14:00～/1階大広間
- 5/25(日) 子供ビンゴ大会 14:00～/1階大広間
- 5/26(月) 改装工事の為休館
- 5/27(火) 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」 19:00～

6/1(日) 大人ビンゴ大会 14:00～/1階大広間	7/6(日) 大人ビンゴ大会 14:00～/1階大広間
6/8(日) 信州健康ランドの日 14:00～	7/9(水) フラダンス教室 19:00～
6/11(水) フラダンス教室 19:00～	7/13(日) 信州健康ランドの日 14:00～
6/15(日) 月例カラオケ大会 14:00～/1階大広間	7/20(日) 月例カラオケ大会 14:00～/1階大広間
6/19(水) シルバーカラオケ大会 14:00～/1階大広間	7/22(火) 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」 19:00～
6/22(日) 子供ビンゴ大会 14:00～/1階大広間	7/27(日) 子供ビンゴ大会 14:00～/1階大広間
6/24(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

- 5/3(土) 石和健康ランド 子どもの日 お子様のみ入館料半額
- 5/5(月) こどもの日 (3歳～小学生までのお子様には素敵なプレゼント!)
- 5/11(日) ゲームコーナーイベント 13:00～ 母の日 女性のお客様に素敵なプレゼント!
- 5/18(日) 無料ビンゴ大会 15:00～/1階大広間 楽楽
- 5/25(日) 月例カラオケ大会 14:00～ (出場は予約制)
- 5/26(月) 風呂の日 (1日限りの特別風呂!)
- 6/1(日) ゲームコーナーイベント 13:00～
- 6/7(土) 石和健康ランド 子どもの日 お子様のみ入館料半額
- 6/8(日) 無料ビンゴ大会 15:00～/1階大広間 楽楽
- 6/15(日) プールで宝探し 15:00～/湯遊館・3歳～小学生のお子様対象 父の日 男性のお客様に素敵なプレゼント!
- 6/22(日) 月例カラオケ大会 14:00～ (出場は予約制)
- 6/26(水) 風呂の日 (1日限りの特別風呂!)

★毎週土曜日 14:00～「無料ホットヨガ教室」(先着15名様・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!
全て入館料のみでご利用頂けます。予約制のイベントもございますのでお問い合わせ下さい。お早めにご予約ください。

駿河健康ランド ☎054-369-6111

- 5/5(月) こどもの日
- 5/10(土) 第76回 カラオケ大会 14:00～/1階大広間
- 5/11(日) 母の日
- 5/25(日) こどもイベントの日「ライオンとあっち向いてホイ!」
- 6/14(土) 第6回 グランドチャンピオン大会 14:00～/1階大広間
- 6/15(日) 父の日
- 6/20(金) 健康ランドの日
- 6/22(日) こどもイベントの日
- 7/1(火)～7/7(日) 七夕
- 7/12(土) 第77回 カラオケ大会 14:00～/1階大広間
- 7/26(土)～27(日) 夏祭り

塩尻駅無料送迎バス時刻表

毎 日						
ランド発	村井駅発	塩尻駅着	塩尻駅発	村井駅発	ランド着	
8 8:30	8:35	8:50	9 9:00	9:15	9:20	
9 9:30	9:35	9:50	10 10:00	10:15	10:20	
10			11			
11			12			
14			14			
15 15:30	15:35	15:50	16 16:00	16:15	16:20	
16 16:30	16:35	16:50	17 17:00	17:15	17:20	
17 17:30	17:35	17:50	18 18:00	18:15	18:20	

※平成20年2月より時刻表を改定いたしました。 ※交通状況により予定時間が前後する場合がございます。

月例カラオケ大会

出場者募集!! 月例カラオケ大会は **5月18日(日)** 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。

社内救命講習のお知らせ

5月29日(木) 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。



石和・駿河がもっと身近に! 大好評! 土日も運行中!

信州 ↔ 石和 ↔ 駿河 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。

※バスの座席及び乗降は完全予約制 ※繁忙期は運休となります。 ※交通状況、天候等により遅れや中止が生ずる場合がございますのでご了承下さい。

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	↓ 1.5時間～2時間	駿河 9:40発	↓ 2.5時間～3時間
石和 13:00発	↓ 2.5時間～3時間	石和 13:00発	↓ 1.5時間～2時間
駿河 16:00発着		信州 15:00頃着	

ゴールデンウィーク5月3日(土)～6日(火)まで運休とさせていただきます。 ※信州健康ランドご利用のお客様、6名様以上は長野県内無料送迎承ります。

安心・安全 信州健康ランド
[自動体外式除細動器] **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

信州健康ランド情報
無料定期発送 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。

1階和食処 あずさ

ゴルフコンペ 打ちあげコース承ります

ゴルフの後は飲んで語って お風呂でゆっくり!!

5,000円(料理6~7品)コース
【10名様以上でご利用ください】**飲み放題付**

3,150円(料理9品)~
5,250円(料理13品)コース

特典!!
おいしい料理の他、
当店からも素敵な
賞品をご用意
させていただきます。

飲み物別

うな重が変わります。

食事部門で人気・売上No.1の座に君臨し続けた「うな重」。今は春の香りサラダ、本日のお魚がTOPを争う状況となっておりますが、栄光を奪い返すべく、肉厚になって新登場!!より美味しいものを追求し、季節によって産地が変わります。今月の産地は「静岡県」。

1,890円

キャラ

5/10(土)~5/31(土)まで
入館券や焼酎ボトル券などが当たる
抽選会を行います **1等~6等まで空くじなし**

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。

※サービスポイントとは...
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。

ポイント集めて得しちゃおう!!

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。

取得サービスポイント	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

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**

ゲームコーナー 新台導入!!

イルカのしっぽ

なつかしシリーズ登場!!
クラス最強の爆発力!猛獣王導入致しました!

売店 入浴剤はいかがでしょうか?

イベント風呂、寝風呂で使用しております。

- オリジナルランキン**
- | | |
|-----------|----------|
| 1位 ワイン | 5位 ラベンダー |
| 2位 桃の葉 | 6位 青りんご |
| 3位 紫根 | 7位 ドクダミ |
| 4位 ローズマリー | 8位 紅花 |



Relax&Relaxation クレール

暖かい季節になりました。指先のオシャレはいかがですか?
カラーリング(1色)+アート1本付
通常価格1,680円→ **1,050円**

期間限定特別キャンペーン

今だけのお得な 料金です。

あかすり30分+ オイルケア40分=70分コース

通常価格11,550円→ **9,450円**

メンズプラン	レディースプラン
チェックアウト...15:00	チェックアウト...15:00
1名様 10,500円 (通常1泊朝食付で約14,000円のところ)	1名様 10,500円 (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	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メンズノーマルフェイシャル50分	②エステ&アロマセラピー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2つ以上お選びください。●いずれも日曜限定のプランです。(日曜日の場合は、別途料金。お昼・夜・年末年始は除く)●クレールスタンプカードの貯印対象外となります。

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**
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

4月の お客さま アンケート Q&A

- Q** サービスポイントの金券が出来たら、館内で使用できるといいと思います。(茅野市T・S様)
- A** サービスポイントで、売店の商品券と引換する事もできます。ホテルのボーナスポイントは10ポイント貯まると宿泊無料か、館内利用券5,000円分と引換する事ができますので、どうぞご利用下さい。
- Q** 健康ランドから見える山々の名前が知りたい。
- A** ご案内不足で申し訳ございません。3階~9階のエレベーターホールに山の写真と名前の貼り出しがございます。どうぞご覧下さい。
- Q** 2日酔いにも良い、ウコンの力などのドリンク剤を販売してほしい。
- A** ご案内不足で申し訳ございません。大広間前を曲がったところにある自動販売機に「栄養ドリンク剤」や「ウコンの力」を販売しておりますので、どうぞ、ご利用下さい。

当館では、より良い施設づくりの為、お客様にアンケートへのご協力をお願いしております。アンケートBOXは、1Fフロント横、2Fボディケア受付前など、館内7ヶ所に設置してございます。また、アンケートにご協力頂いたお客様の中から抽選でランド・ホテル共通利用券をプレゼントさせて頂いております。是非皆様のお声をお聞かせくださいませ。

- Q** 今回、インターネット予約をしました。フロントで誕生日ハガキと一緒に使えないと言われました。(T・H様)
- A** ご案内不足で申し訳ございませんでした。インターネットでの予約は通常よりお得な料金でご利用いただいている為、他の割引との併用ができませんが、朝食付きや2食付きなどインターネットならではの、お得なプランもございますので、どうぞご利用下さい。
- Q** ご意見ボックスの抽選を月ごとか分かりませんが、毎月の健康ランド新聞にてイニシャルのみでもよいので発表してみてもいいですか?(岐阜県K様)
- A** ご意見ありがとうございます。抽選で招待券を送付させていただいておりますが、当選者のイニシャルでの貼り出しを実施するように致しました。

風邪をひいてしまっ...と言ったら、浴室にいる従業員の方が、「よもぎサウナ」が風邪によいと教えてくれ、ちょうど今から新しい蒸気を流すので、是非ゆっくりお入り下さい。と案内してくれ、おかげですごく楽になりました。

毎月・第4火曜日は大人気!!

ストレッチ&ヨガ教室

今月は、**5月27日(火) 19:00~**

様々なポーズや、呼吸法をすることで、自ら持っている健康体質を高めて、心身ともにエネルギーを得ましょう。ダイエットにも効果的です。

無料 定員20名様。
ご予約はフロント又はお電話でどうぞ。

毎月第2水曜日は

フラダンス教室

今月は、**5月14日(水) 19:00~**

フラダンスは姿勢もよくして腰を振るので足周りと腰周りの筋肉を使うことでシェイプアップ効果があり、ハンドモーションでは腕を高く上げる動作もあり、二の腕も引き締まっていきます。この機会にフラを思いっきり楽しみましょう

ご予約はフロント又はお電話でどうぞ。

5月 イベント風呂・カレンダー 5月 寝風呂・カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				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

イベント風呂: 5月5日(水) 薬草風呂、5月12日(水) 桃の葉、5月19日(水) 紅花、5月26日(水) カモミール

日	月	火	水	木	金	土
				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

寝風呂: 5月4日(火) ラベンダー、5月11日(火) 青りんご、5月18日(火) 紅花、5月25日(火) 紫根

効能

- 菖蒲湯**
疲労回復、冷え性、腰痛、血行促進
- パロ**
リラックス効果があり、乾燥肌、敏感肌、炎症のある肌に潤いを与えます

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。

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、そちらをご利用ください。

プール風呂 清掃日
男性 毎週金曜日
女性 毎週火曜日

露天風呂 清掃日
男性 火・金曜日 午後~
女性 月・木曜日 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

※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。ご連絡をおかけ致しますが、何卒ご理解のほどお願い申し上げます。

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。

皆様のご理解・ご協力をお願い致します。