



SHINSYU KENKO LAND INFORMATION

信州健康ランド情報

2008

7月号
July

お誕生月の特典

ご本人特典につきましては本人様のみ有効とさせていただきます。
ご家族、ご友人の方でもこのはがきをご持参頂ければ、お得なご同伴者特典がご利用頂けます。

ご宿泊料金
2,000円割引!!

または **入館料無料!**

ご宿泊料金
お1人様につき **1,000円割引!!**

当はがきをご利用頂く場合の同伴者様の入館料は(同時入館に限り)何名様でも半額でご利用頂けます。

大人 通常入館料 1,995円 **995円** 子供 通常入館料 945円 **470円**

お知らせ 平日も 土日も 全て

インターネット予約限定 一泊朝食付が6,300円!

当プランはシングルとツインのみのご利用となります。

健康ランドのHPのみとなります。 <http://www.kur-hotel.co.jp> ※ゴールデンウィーク、お盆、年末年始などの繁忙期はご利用いただけません。

信州健康ランド 今年の夏祭りは 8月9日土・10日日に開催!



屋台やイベントなど盛りだくさん!!
お楽しみに!!

Event Information

2008.7~9

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

7/1(火)~7/7(月)	七夕イベント
7/6(日)	大人ビンゴ大会 14:00~1階大広間
7/9(水)	フラダンス教室 19:00~
7/12(土)	子供イベント(クイズ冒険王)
7/13(日)	信州健康ランドの日 14:00~
7/20(日)	月例カラオケ大会 14:00~1階大広間
7/22(火)	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」 19:00~
7/27(日)	子供ビンゴ大会 14:00~1階大広間
8/3(日)	大人ビンゴ大会 14:00~1階大広間
8/9(土)	子供イベント(クイズ冒険王)
8/9(土)~10(日)	夏祭り
8/10(日)	信州健康ランドの日 14:00~
8/13(水)	フラダンス教室 19:00~
8/17(日)	月例カラオケ大会 14:00~1階大広間
8/19(火)	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」 19:00~
8/24(日)	子供ビンゴ大会 14:00~1階大広間
9/7(日)	大人ビンゴ大会 14:00~1階大広間
9/10(水)	フラダンス教室 19:00~
9/13(土)	子供イベント(クイズ冒険王)
9/14(日)	信州健康ランドの日 14:00~
9/18(水)	シルバーカラオケ大会 14:00~1階大広間
9/21(日)	月例カラオケ大会 14:00~1階大広間
9/23(火)	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」 19:00~
9/28(日)	子供ビンゴ大会 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!!

石和健康ランド ☎055-263-7111

7/5(土) 石和健康ランド 子どもの日 お子様のみ入館料半額

7/6(日) ゲームコーナーイベント 13:00~

7/7(月) セタ 短冊に願いを込めて!!

7/13(日) 無料ビンゴ大会 15:00~1階大広間 楽楽

7/20(日) プールで宝探し 15:00~/湯道館3歳~小学生のお子様対象

7/26(土) 風呂の日 (1日限りの特別風呂!「どくだみ」)

7/27(日) 月例カラオケ大会 14:00~(出場は予約制)

8/2(土) 石和健康ランド 子どもの日 お子様のみ入館料半額

8/2(土)~3(日) 夏祭り!!

8/10(日) ゲームコーナーイベント 13:00~

8/17(日) 無料ビンゴ大会 15:00~1階大広間 楽楽

8/24(日) 月例カラオケ大会 14:00~(出場は予約制)

8/26(火) 風呂の日 (1日限りの特別風呂!)

8/31(日) プールで宝探し 15:00~/湯道館3歳~小学生のお子様対象

★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!
★入館料のみでご利用頂けます。予約のイベントもご用意しておりますのでお申し込みください。お申し込みはフロント又はお電話にて承ります。

駿河健康ランド ☎054-369-6111

7/1(火)~7/7(月) セタ

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 ゲーム、ショーetc. 内容が盛り沢山!

8/9(土) 第78回 カラオケ大会 14:00~1階大広間

8/21(水) 健康ランドの日

8/24(日) こどもイベントの日

9/13(土) 第79回 カラオケ大会 14:00~1階大広間

9/15(月) 敬老の日

9/28(日) こどもイベントの日

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	9:30	9:35	9:50	10	10:00	10:15
10				11		
11				12		
14				14		
15	15:30	15:35	15:50	16	16:00	16:15
16	16:30	16:35	16:50	17	17:00	17:15
17	17:30	17:35	17:50	18	18:00	18:15

※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 7月20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

7月25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。

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。

※バスの運賃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。

※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。

行き	帰り
信州 10:30発 ↓ 1.5時間~2時間 石和 13:00発 ↓ 2.5時間~3時間 駿河 16:00頃着	駿河 9:40発 ↓ 2.5時間~3時間 石和 13:00発 ↓ 1.5時間~2時間 信州 15:00頃着

1階和食処 あずさ

あゆの美味しい
季節となつて
参りました。



あゆ塩焼き 570円

ほぼ毎日 新鮮なお魚!!

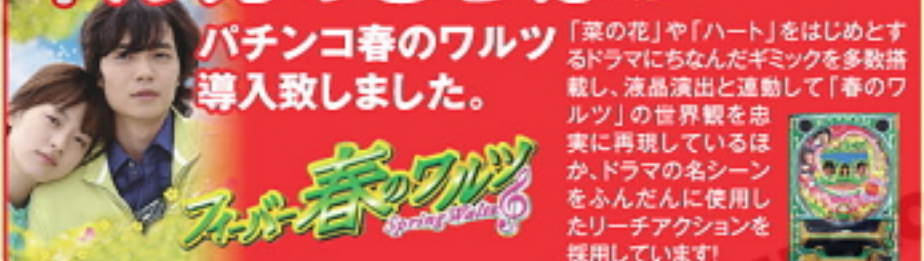
旬の焼魚 750円より

本日のお刺身 980円

本日のお魚膳 1,570円



ゲームコーナー
イルカのしっぽ 新台導入!!



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!!



癒やされたい 貴方のために 岩盤浴

平日限定 1日使い放題 735円

通常 1回50分 525円

※ご予約はフロントまたは岩盤浴受付(内線261)まで

売店

揚げ味噌煎餅
よく売れております。

- 1位 ねぎみそ 4位 辛子みそ
- 2位 くるみみそ 5位 えびみそ
- 3位 ざらめみそ 6位 えびせん辛子みそ

国内産米100%使用。
こだわりの合わせ味噌
を生かした一度食べ
たら忘れられない真心
な味。リピーターの多
い商品です。



ご贈答・お中元用のギフトセットも承ります。

Relax&Relaxation クレール

美容室 再開しました。
~改装して綺麗になりました!!~

あかすり個室OPEN!!

個室 あかすりAコース あかすり35分
4,200円 → 3,885円

個室 あかすりCコース あかすり30分+オイル40分
11,550円 → 10,290円

あかすりにヒートパック新登場
夏を目前にお腹と太もものもみだしはいかが?

ヒートパック 20分 4,200円 → 3,465円

6月の お客さま アンケート Q&A

- Q 地元の農家の人に場所を提供して、朝市的なものやってみたらどうですか。(岐阜県I・K様)
- A ご意見ありがとうございます。朝取り新鮮野菜の販売を、不定期ではございますが始めました。なるべく多くの商品販売できるように致しますので、是非ご利用ください。
- Q 売店におやき・パン類のみならず、おにぎり等のご飯もの・カップ麺など販売していただけたら助かります。(東京都S・Y様)
- A ご案内不足で申し訳ございませんでした。1階ほっとコーナーオアシスにカップ麺やおにぎり等の軽食用販売機がございますので、どうぞご利用ください。
- Q ロッカーに眼鏡を置く場所が無く、いつも困っております。扉の内側にポケット的なものを設置して頂ければ助かります。
- A 申し訳ございませんでした。小物入れを設置してあるロッカーがいくつかございます。眼鏡をお掛けのお客様には、なるべくそちらをお出しするよう致します。

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か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 岩盤浴が大変気に入っていて、毎回利用させて頂いてもらっていますが、休憩所にうわ、もしくは扇子を用意してもらえるとありがたいです。(群馬県T・M様)
- A ご意見ありがとうございます。うちわをご用意致しました。また、コップを置いて頂ける様テーブルも設置致しましたのでご利用ください。
- Q 前回までは炭のボディシャンプー・シャンプー・リンスがありました。今回来たらなくなっていました。以前のように置いていただけないでしょうか。(岡谷市N・A様)
- A 炭シャンプーに関しては、洗い場ではなく入口の棚に設置致しました。今後は槽シャンプーに切り替えておりますので、そちらも是非お試しください。

いつもお世話になり、ありがとうございます。毎月までは来れませんが、何回か利用させて頂いております。来る度に何かどうかよくなっているのが楽しみです。

お客様にお知らせ

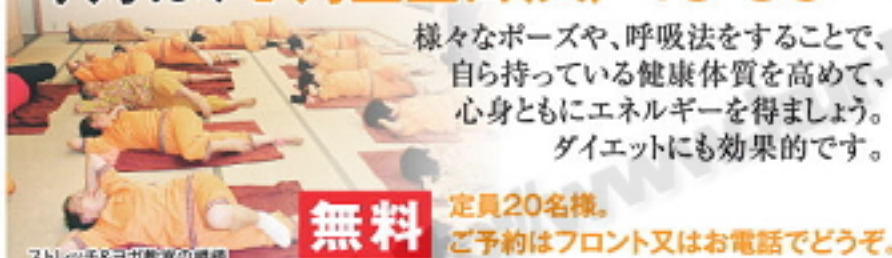
スリムバランスが以前よりご利用しやすくなりました!!

5分...100円 10分...200円 是非ご利用ください。

毎月・第4火曜日は大人気!!

ストレッチ&ヨガ教室

今月は、7月22日(火) 19:00~

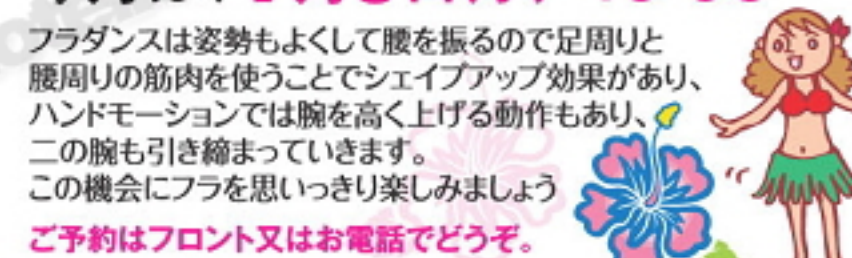


無料 定員20名様。ご予約はフロント又はお電話でどうぞ。

毎月第2水曜日は

フラダンス教室

今月は、7月9日(水) 19:00~



ご予約はフロント又はお電話でどうぞ。

7月 イベント風呂・カレンダー 7月 寝風呂・カレンダー

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

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

効能

お茶
カテキン殺菌作用に優れているお茶は皮膚のトラブルを予防し改善する働きがあります。

とうがらし
血流を活性化させることで体温が上昇し、発汗を促進し、脂肪を燃焼させます。

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。

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 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

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。入湯をされている方のお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。