



信州健康ランド情報

SHINSYU KENKO LAND INFORMATION

2008
10月号
October



Event Information

2008.10~12

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

- 10/5(日) 大人ビンゴ大会 14:00~/1階大広間
- 10/8(水) 無料の「フラダンス教室」 19:00~
- 10/11(土) 子供イベント(クイズ冒険王)
- 10/12(日) 信州健康ランドの日 14:00~
- 10/19(日) 月例カラオケ大会 14:00~/1階大広間
- 10/25(土)・26(日) ハロウィンイベント
- 10/26(日) 子供ビンゴ大会 14:00~/1階大広間
- 10/28(火) 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」 19:00~

- 11/2(日) 大人ビンゴ大会 14:00~/1階大広間
- 11/8(土) 子供イベント(クイズ冒険王)
- 11/9(日) 信州健康ランドの日 14:00~
- 11/12(水) 無料の「フラダンス教室」 19:00~
- 11/16(日) 月例カラオケ大会 14:00~/1階大広間
- 11/23(日) 子供ビンゴ大会 14:00~/1階大広間
- 11/25(火) 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」 19:00~
- 12/7(日) 大人ビンゴ大会 14:00~/1階大広間
- 12/10(水) 無料の「フラダンス教室」 19:00~
- 12/13(土) 子供イベント(クイズ冒険王)
- 12/14(日) 信州健康ランドの日 14:00~
- 12/18(水) シルバーカラオケ大会 14:00~/1階大広間
- 12/21(日) 月例カラオケ大会 14:00~/1階大広間
- 12/23(火) 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」 19:00~
- 12/28(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

- 10/4(土) 石和健康ランド 子どもの日 お子様のみ入館料半額
- 10/5(日) ゲームコーナーイベント 13:00~
- 10/12(日) 無料ビンゴ大会 15:00~/1階大広間 楽楽
- 10/19(日) プールで宝探し 15:00~/湯道館3歳~小学生のお子様対象
- 風呂の日 (1日限りの特別風呂!)
- 10/26(日) 月例カラオケ大会 14:00~(出場は予約制)
- 10/31(金) ハロウィンイベント(お子様にお菓子のプレゼント!)
- 11/1(土) 石和健康ランド 子どもの日 お子様のみ入館料半額
- 11/2(日) ゲームコーナーイベント 13:00~
- 11/9(日) 無料ビンゴ大会 15:00~/1階大広間 楽楽
- 11/16(日) プールで宝探し 15:00~/湯道館3歳~小学生のお子様対象
- 11/23(日) 月例カラオケ大会 14:00~(出場は予約制)
- 11/26(水) 風呂の日 (1日限りの特別風呂!)

★毎週水曜日19:30~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早めにお申し込みください。

駿河健康ランド ☎054-369-6111

- 10/11(土) 第80回 カラオケ大会 14:00~/12階イベント会場
- 10/21(火) 健康ランドの日「駿河健康ランド検定」
- 10/22(水) 大感謝バザー 14:00~/3階イベント会場
- 10/26(日) こどもイベントの日「館内冒険スタンプラリー」
- 10/31(金) ハロウィンイベント
- 11/8(土) 第81回 カラオケ大会
- 11/23(日) こどもイベントの日
- 11/26(水) いい風呂の日
- 12/13(土) 第82回 カラオケ大会
- 12/19(金) 健康ランドの日
- 12/23(火)・25(木) クリスマスイベント

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**

インターネット予約限定
平日も、土日、全て
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。
※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。

健康ランドのHPのみとなります。
<http://www.kur-hotel.co.jp>

お知らせ

タオルのご利用は、お一人様につき、
バスタオル.....1枚
フェイスタオル...2枚
をお願い致します。
ご理解ご協力をお願い申し上げます。
※なお、タオルが追加が必要な方は、従業員にお申し付け下さい。



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
10月19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

10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。



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。

※バスの乗降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

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

秋の感謝企画!

旬のデザート 55%引き

秋の感謝企画
クリーム栗あんみつ
680円▶290円

クリームあんみつ50%引き580→290円

※1階和食処あずさでご利用になれます。 ※有効期限 平成20年10月31日まで。

秋の感謝企画
マロンパフェ
680円▶290円

※1階和食処あずさでご利用になれます。 ※有効期限 平成20年10月31日まで。

ゲームコーナー イルカのしっぽ

CRルパン三世
ルピナスターのダイヤを狙え
本機は、「光るスピーカー」を筐体の上部センターと上部左右に、演出を華やかに彩る「フルカラーイルミネーション」、インバクトある光と音を放ちながら高速回転することで演出に迫力をプラスする「スピンフラッシュ」、臨場感溢れる4つの可動役モノなどを搭載。また、大当たり時のモードなどの条件によって、ラウンド中に流れるムービーとテーマ曲が変わるなど、ルパンファン必見の仕上がりとなっています。



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!!

さかなエステ
料金 10分 525円
営業 11:00~23:00
手専用もご用意
1階 中央階段横にて好評営業中!

癒やされたい 貴方のために 岩盤浴

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

シフォンケーキ

大人気商品です!!

売り出してわずかですが、
皆様より支持頂いております。
無添加にこだわり、からだに
優しいから「美味しい!!」
おやつに是非、
ご賞味下さい。

●1カット...150円
●1ホール...880円

他にクッキー、マドレーヌも
ございます。

ハロウィンお菓子セットもご利用下さい。



Relax&Relaxation クレール

個室あかすり OPEN!!

貴女だけの空間で気持ちも体もリフレッシュ!!!

Aコース あかすり 35分
4,200円▶3,885円

Bコース あかすり 30分 + パック 20分
7,350円▶6,885円

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

Dコース スペシャル 90分
14,175円▶13,041円
(あかすり30分+パック30分+ハンド10分+ミニフェイシャル20分)

Eコース あかすり 35分 + ヒートパック 30分
11,025円▶9,975円

9月の お客さまアンケート Q&A

Q 毎年バイクツーリングの拠点として楽しみに利用させて頂いてます。ロッカー等の配慮は良いですが、駐輪場の整備を一考して頂ければ幸いです。防犯面も含め、施設に近く、できれば屋根付きであれば尚OKです。現状の設備ではいささか不安と不満は否めません。勝手とは存じますが、よろしくお願いします。(千葉県 S・M様)

A 玄関向かって右手にバイク置き場をご用意しております。屋根付きではございませんが施設に一番近い駐輪場となっております。また、立体駐車場の下部分に何台かまとめて停めて頂く事も可能ですのでどうぞご利用ください。駐車場内には防犯カメラの設置もごさいます。安心してご利用ください。

Q ベビーベッドの位置がわかりにくい。目につくところにある小さなベビーベッドはキャストがついていて危ない。奥のベビーベッドに気が付かない場合もあるので、せめて表示しておいてほしい。小さいベッドのキャストは動かないように固定してください。(諏訪郡 K・S様)

A 申し訳ございませんでした。ベビーベッドの位置にしましては表示を致します。また、小さいベッドはストッパーがついておりますので、いつも停止状態になっているように係の者が管理致します。

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カ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 大広間は昨年の同時期に利用しましたが、そのときは全面禁煙。しかし今回は時代の流れに逆らうかのように喫煙席ができており、また、そのお陰で以前より狭く感じ、入るまで大変待たされた。混んでいる時間帯は全面禁煙にする等してほしい。(無記名)

A 喫煙のお客様からの要望が多く、改装時に仕切らせて頂きました。喫煙席からは煙が流れ出ないようにしておりますのでご安心ください。また、改装により以前よりも8席増えております。ご了承ください。

Q ヨガに参加したかったが、入館時にフロントからの説明がなく、後で行ったら満員でだめでした。声を掛けてもらえると親切です。(N・A様)

A 申し訳ございませんでした。全てのお客様にお声を掛けることは難しいため、定員で締め切った場合は貼り紙でお知らせするように致します。ストレッチ&ヨガ教室は毎月第四火曜日に開催しておりますので、またのご参加お待ちしております。

前回のアンケートに対し、一言一言の回答付きで返信されたことに感謝しております。これからも楽しみに健康ランドに来たいと思います。お客様を大事にする誠意を感じることができました。これからも客の声を少しでも反映してもらえることを期待しております。(松本市 S・T様)

毎月・第4火曜日は大人気!!

ストレッチ&ヨガ教室

今月は、10月28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。

10月 イベント風呂・カレンダー 10月 寝風呂・カレンダー

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

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。

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

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。
●その他、衛生管理上、臨時に清掃を行う場合がございます。ご遠慮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 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。

効能

紅茶
脳の神経に作用し自律神経を保とうとするため、気分を落ち着かせ、回復させてくれます。

しょうが
発汗作用があり、胃液の分泌をよくすることで消化をよくするといった効能があります。

