

駿河健康ランド かわら版

2007年7月1日発行
＜2,000部＞



7
月号

Suruga イベント日程

- 7月**
- 1日(日)～8日(日)**
七夕 フロント横 らせん階段が七夕色に!!
みんなでお祈り事をしよう。
- 14日(土)**
第66回カラオケ大会
14:00～1階大広間
- 28日(土)・29日(日)**
5周年 第4弾 夏祭り
- 8月**
- 4日(土)** 第67回カラオケ大会
14:00～1階大広間
- 21日(火)** 健康ランドの日「ヨガ教室」
15:00～3階特設会場
- 26日(日)** こどもイベントの日
「じゃんけん大会」
15:00～
- 9月**
- 8日(土)** 第68回カラオケ大会
14:00～1階大広間
- 17日(月)** 敬老の日
- 23日(日)** こどもイベントの日

第4日曜日
こどもイベント開催中!!
毎月、楽しいイベント盛りだくさん。★
お友達、ご家族みんなで遊ぼう! ★★

イベント内容は、告知なしで急遽変更する事もございますので、ご了承くださいませ。

夏祭り 開催!!

駿河健康ランドに
あつ～い夏がやってくる!
みんなで楽しく大騒ぎ!!

7月 28日(土) 12:00～20:00
29日(日) 11:00～18:00

2日間で
ご入館のお子様
先着800名様に **花火プレゼント!**
大人の方には
先着1,000名様に **特製うちわプレゼント!**

★ドカ～ンと
ステージ
生バンド「テリーズ」が
やってくる!!
その他、フラダンス・銭太鼓など...

★みんなで
ゲーム遊びの広場
ヨーヨーつり・マスコット
すくい・ダーツなど...
ご入館のお子様に「遊びの広場」でご利用
頂けるゲームチケットをプレゼント致します。

★するが屋台村 ★するが市
生ビール・焼きそば・
フランクフルトなど... 季節のくだもの・
家庭用品・雑貨など...

イベント内容は急遽変更することがございますので、ご了承ください。

Suruga イベントレポート

5/27 (日) こどもイベントの日
「宝あてゲーム」



何が出来るかな??
会員カードと一緒に使えば
もっとお得な回数券
入館ポイントも貯まるよ!

大人用 1回あたりの
入館料1,250円
8枚つづり... **10,000円(税込)**
こども用 7枚つづり... **5,000円(税込)**
※有効期限あり

お誕生日プレゼントに、
回数券はいかがですか?
★当日購入で当日利用可能!!
★切り離しても使える!
★お友達みんなで使おう!!
★ラッピング無料で承ります。
フロントにて販売しております。お問い合わせは1階フロントまで。

6/17 (日) 父の日



お父さんいつも
ありがとう!!
Father's Day!

6/21 (木) 健康ランドの日
「タイプ別ダイエット」
自分の太り方タイプが分かったかな



夏に向けて
体質改善!!

6/9 (土) 第5回 **グランドチャンピオン**
カラオケ大会

優勝者 **西田 文子様**
曲: 赤い波止場 / 井上由美子
大きな賞を励みに、
頑張りたいと思い
ます。

準優勝者 **ホベルト カザノバ様**
のれん
曲: 暖簾 / 五木ひろし
応援してくださる方がたくさんいて楽
しく歌うことが出来ました。応援して
くださった皆様ありがとうございました。

今年は何を
お願いする??
七夕 7/1日～8日
1階フロント横 階段が
天の川に大変身!!
みんなで彦星と織姫に
お願い事をしよう!
(短冊をご用意しております。)

7月イベント寝風呂

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

8月イベント寝風呂

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

お知らせ **12階 ジョージ**
オーシャンビュー

ジョージオーシャンビューは
平成19年6月24日(日)をもちまして
閉店とさせて頂く事となりました。

オープンより5年間ご愛顧を賜りまして
誠にありがとうございました。

ダスキンの新 空気清浄機
クリーン空間

特長1 7方向から効率よく吸収し清浄!

特長2 浮遊塵の約90%を除去!

特長3 イヤな臭いを約80%脱臭!

4週間レンタル料金 **¥5,880**

お問い合わせは **ダスキン千代田支店** 吉田まで
TEL (054) 208-2787

お客さまへのお願い
※ご理解・ご協力をお願い致します。

★当館では、食品衛生上により飲食物のお持ち込みは、全てご遠慮頂いております。
★イレズミ・タトゥー又は類似シールをされている方の入館を固くお断り致します。
★オムツが取れておらず、言葉で伝えられないお子様はベビーバスをご利用して頂く事になりました。
恐れ入りますが、ご理解ご協力お願い申し上げます。

K&H
ケア・アンド・ホテル駿河
駿河健康ランド

▶当かわら版に対するご投稿および、ご感想をお待ちしております!!
〒424-0203 静岡県静岡市清水区興津東町1234
Tel:054-369-6111 Fax:054-360-0111
http://www.kur-hotel.co.jp

お客様に安心をお届け致します
救命機器 (AED) 設置店
担当 海老岡・小関・野村

1階大広間 **全面禁煙**のお知らせ
 平成19年4月1日(日)より 1階大広間を**全面禁煙**とさせていただきます。
 ご理解、ご協力をお願い致します。

12階 展望レストラン マルシェ
 営業時間/11:30~24:00(ラストオーダー23:30)

ASIAN SWEETS FAIR
アジア スウィーツ フェア

①マンゴープリン450円(税込)
 ②亀ゼリー(かめゼリー)450円(税込)
 ③愛玉子(オーヨーティー)450円(税込)
 ④マンゴーアイス450円(税込)
 ⑤マンゴーパンケーキ800円(税込)
 ⑥マンゴーパフェ800円(税込)

① ② ③ ④ ⑤ ⑥

医食同源豆知識

●マンゴー ビタミンA・B6・Cなどを多く含み、免疫力アップなどに役立つといわれています。

●クコ ビタミンやミネラルを豊富に含み、疲労回復、滋養強壮、腸胃改善などに役立つといわれています。

●愛玉子 腎臓にもやさしいといわれています。

●亀ゼリー 亀のコラーゲンと5種の薬草を配合し、体力増進、解熱、消炎、利尿、血行不良などに役立つといわれています。

1階 甘味処 あゆ
 営業時間/10:00~4:30(ラストオーダー4:00)

ちが旬! 期間限定!

興津川 天然 あゆの塩焼き
 新鮮で美味! “あゆ”で“鮎”をぜひご賞味ください!
800円(税込)
 あゆの唐揚げ(700円税込)もごさいます。

送迎バス時刻表

【富士方面】			
ランド(発)	8:00	10:30	ランド(発)
新富士駅(北口)	8:30	11:00	由比駅
吉原本町(木の元公園前)	8:45	11:15	蒲原駅
富士駅(北口)	9:00	11:35	新蒲原駅(旧国道1号)
富士川駅	9:15	11:50	富士川駅
新蒲原駅(旧国道1号)	9:20	11:55	富士駅(北口)
蒲原駅	9:25	12:00	吉原本町(木の元公園前)
由比駅	9:35	12:05	新富士駅(北口)
ランド(着)	10:00	12:30	ランド(着)

【清水方面】			
清水駅(発)	8:00~23:00	毎時00分発車	ランド(発)
興津駅(発)	8:20~23:20	毎時20分発車	ランド(発)

健康 夏野菜 夏バテ予防だけじゃない
 夏野菜で脂肪肝を予防しよう!

意外と知らない! 夏野菜と肝臓の関係
 自覚症状がなく、肝臓に脂肪が溜まってしまいう脂肪肝。そのままにしておくと、慢性肝炎や肝硬変になってしまうこともあります。旬の夏野菜には、脂肪肝を防ぐ栄養素がたくさん含まれています。

沖縄野菜のオクラ、ゴーヤ、モロヘイヤを豆類と一緒に食べれば、コレステロールを減らして、肝機能を高める効果があります。

豆野菜の枝豆、さやいんげんには、脂肪肝を予防してくれるベータカロチン、ビタミンB群、ビタミンC、食物繊維が含まれています。

ナス科の野菜、ナス、ピーマン、トマトに含まれているカロチノイドは、肝臓に蓄えられて細胞の機能が正常に働くのを助ける効果があります。

さっそく 今夜のおかずに夏野菜を!!

お客様アンケート Q&A

Q. ロッカーの上に物を置いたらホコリが落ちてきた。
 A. ご不快な思いをさせてしまいまして、申し訳ございませんでした。ロッカー清掃時や見回り時に清掃をするよう再度徹底いたします。

Q. 浴室に爪切りを置いてほしい。
 A. ご要望ありがとうございます。更衣室内のパウダールームにご用意しております。

Q. フロント前のFAX機が全然つかえない。何とかしてほしい。
 A. ご迷惑をお掛けいたしまして、大変申し訳ございませんでした。フロント前に新しくFAX機を設置いたしました。

suruga 周辺情報

清水七夕祭り
 商店街に約130本の竹飾りが飾られ、古来からの風習を伝える美しさと、毎年工夫を凝らした竹飾りを楽しむことができます。
 【開催日】7月5日(木)~7月8日(日)
 【場所】清水駅前銀座商店街~清水銀座商店街

巴川灯ろう祭り
 巴川の静かな川面を、灯ろうのほのかな明かりが流れていきます。
 【開催日】7月16日(月) 【場所】巴川(稚児橋~羽衣橋)

第26回日本平まつり
 打ち上げ間隔が短く、臨場感溢れる花火は日本平まつりしか味わうことのできない大迫力です。
 【開催日】7月25日(水) 【場所】日本平山頂

宗像神社例祭
 【開催日】7月31日(火) 【場所】興津中町 宗像神社

石和・信州 周辺おすすめスポット
 山梨・長野の旬の おすすめスポットをご紹介します!

石和 第49回 笛吹川県下納涼花火大会
 梅雨明けと同時に、山梨県下トップを切って花火大会が開催されます。5号玉の早打ちやスターマインを中心に3,000発の光と音と色の競演が夏の到来を告げます。
 (開催日) 7月28日(土)
 (場所) 山梨市万力公園

信州 阿禮神社例大祭
 別名「塩尻祭り」とも呼ばれています。七地区から構成されており、8日の本祭りは16:00~23:00にかけ舞台(山車)が結集しボルテージは最高潮に達します。地域、祭りを愛する人達が一つになり、また見物人を含めた一体感は一見の価値があります。
 (開催日) 7月7日(土)・8日(日)
 (場所) 塩尻東小学校近く・阿禮神社

観光後は各健康ランドで じっくりとおくつろぎくださいませ。

大好評運行中!! 3区間無料送迎バス
 石和・信州・駿河の3つの健康ランドを結ぶ無料送迎バス運行中。

※完全予約制とさせていただきます。
 お問い合わせ・ご予約はフロント・お電話にて承ります。

送迎バス運行時間(月~金のみ 毎日1本ずつ運行)

区間	所要時間
信州健康ランド ↔ 石和健康ランド	1.5~2時間
石和健康ランド ↔ 駿河健康ランド	2.5~3時間

石和健康ランド TEL055-263-7111
 信州健康ランド TEL0263-57-8111
 駿河健康ランド TEL054-369-6111

土・日曜、ゴールデンウィーク(5/3~5/7)、連休(8/13~8/16)、年末年始(12/29~1/5)は、運休となります。

クイズ どっちが正しい日本語??
 正しい日本語の使い方を選んでみよう!!
 どっちが正しいかなあ。

問1 A. 口答で報告します。 B. 口頭で報告します。
 問2 A. この特許申請は独創技術である。 B. この特許申請は独想技術である。
 問3 A. これは適正な価格ではない。 B. これは適性な価格ではない。
 問4 A. 的確なアドバイスをいただく。 B. 適確なアドバイスをいただく。
 問5 A. 金融庁検査の対称になる。 B. 金融庁検査の対象になる。

答え合わせは、駿河健康ランド館内インフォメーションにて!!

石和・信州 イベント案内

石和健康ランド

7月

7/1 (日)	13:00~ ゲームコーナーイベント
7/7 (土)	健康ランド子供の日(毎月第1土曜日・お子様のみ入館料半額となります)
7/8 (日)	12:15~ 無料ヨガ教室(先着20名様・予約制)
7/14 (土)	15:00~ 無料ビンゴ大会
7/15 (日)	12:15~ 無料ヨガ教室(先着20名様・予約制)
7/16 (月)	15:00~ プールで宝つり(3歳~小学生のお子様対象)
7/21 (土)	12:15~ 無料ヨガ教室(先着20名様・予約制)
7/22 (日)	19:00~ 歌謡ショー 中澤孝次
7/26 (木)	14:00~ 月例カラオケ大会(出場は予約制)
7/28 (土)	風呂の日特別イベント(1日限りの特別風呂「どくだみ」)
	12:15~ 無料ヨガ教室(先着20名様・予約制)

8月

8/3 (金)	夏祭り!
8/5 (日)	健康ランド子供の日(毎月第1土曜日・お子様のみ入館料半額となります)
8/4 (土)	12:15~ 無料ヨガ教室(先着20名様・予約制)
8/5 (日)	13:00~ ゲームコーナーイベント
8/18 (土)	12:15~ 無料ヨガ教室(先着20名様・予約制)
8/19 (日)	15:00~ 無料ビンゴ大会
	19:00~ 歌謡ショー 御勅使かつ美
8/25 (土)	12:15~ 無料ヨガ教室(先着20名様・予約制)
8/26 (日)	風呂の日特別イベント(1日限りの特別風呂「レモン」)
	14:00~ 月例カラオケ大会(出場は予約制)

9月

9/1 (土)	健康ランド子供の日(毎月第1土曜日・お子様のみ入館料半額となります)
9/2 (日)	12:15~ 無料ヨガ教室(先着20名様・予約制)
	12:30~ ゲームコーナーイベント
9/8 (土)	14:00~ シルバーカラオケ大会(出場は予約制)
9/9 (日)	12:15~ 無料ヨガ教室(先着20名様・予約制)
	15:00~ 無料ビンゴ大会
	19:00~ 歌謡ショー 中澤孝次
9/15 (土)	12:15~ 無料ヨガ教室(先着20名様・予約制)
9/16 (日)	15:00~ プールで宝つり(3歳~小学生のお子様対象)
	19:00~ 歌謡ショー 米山むつ美
9/22 (土)	12:15~ 無料ヨガ教室(先着20名様・予約制)
9/23 (日)	14:00~ 月例カラオケ大会(出場は予約制)

※全て入館料のみでご利用頂きます。

※予約制のイベントもございますので恐れ入りますが、お早めにフロント又はお電話にて承ります。

※日程・時間が変更になる場合もございます。ご了承ください。

信州健康ランド

7月

7/1 (日)	14:00~ 大人ビンゴ大会
7/7 (土)	セタイイベント
7/8 (日)	信州健康ランドの日
	14:00~ 「メタボリックシンドロームを防ぐ食事法」
7/15 (日)	14:00~ 月例カラオケ大会
7/22 (日)	14:00~ 子供ビンゴ大会
7/24 (火)	18:30~ 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」

8月

8/4 (土)	夏祭り!
8/5 (日)	14:00~ 大人ビンゴ大会
8/12 (日)	信州健康ランドの日
8/19 (日)	14:00~ 月例カラオケ大会
8/26 (日)	14:00~ 子供ビンゴ大会
8/28 (火)	18:30~ 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」

9月

9/2 (日)	14:00~ 大人ビンゴ大会
9/9 (日)	信州健康ランドの日
9/16 (日)	14:00~ 月例カラオケ大会
9/20 (木)	14:00~ シルバーカラオケ大会
9/23 (日)	14:00~ 子供ビンゴ大会
9/25 (火)	18:30~ 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」

「信州健康ランドの日」

各種教室を開催!!

無料の「ストレッチ&ヨガ教室」を開催!!

クボタ油業株式会社
 静岡市清水区入江1-10-5
 TEL 054-365-1133 FAX 054-365-5143

当社は清水区入江町の巴川稚児橋(かっぱ橋)側に位置し、業務用食材及び雑貨を取り扱う、卸問屋です。

創業明治35年より、清水、静岡を中心に地域密着型の問屋として、皆様のご支援を頂いています。色々な商材を取り揃えておりますので、会社にも是非一度お立ち寄り下さい。社員一同お待ちしております。