

駿河健康ランド 湯っくらたいむ

11月号

YukkuraTime
2007年11月1日発行(2,000部)

駿河イベント情報

イベント日程

11月	10日(土)	第70回 カラオケ大会 14:00~1階大広間
	25日(日)	こどもイベントの日 「紙しばい」 15:00~1階イベント広場
	26日(月)	5周年第7弾 いい風呂の日
12月	8日(土)	第71回 カラオケ大会 14:00~1階大広間
	21日(金)	健康ランドの日「アロマ フット セラピー」
	23日(日)~ 25日(火)	クリスマス 期間中ご入館のお子様には 素敵なプレゼント!
	24日(月)	クリスマスイベント 「サンタがやってくる」 14:00~1階大広間
1月	1日(火)~ 6日(日)	お正月イベント
	12日(土)	第72回 カラオケ大会 14:00~1階大広間
	27日(日)	こどもイベントの日

5周年
第7弾

毎年11月26日は

いい風呂の日

特別イベント風呂

11月26日(月)

特別アウフグース 全6種類の香り

男性

1日12回開催 10時、11時、13時、14時、15時、16時、
17時、18時、19時、20時、21時、22時

女性

特別ミルク風呂 パラの香り

お風呂情報展示

11月23日(金) 1階イベント広場にて
世界のお風呂事情・健康法などなど
お風呂にまつわる情報をお届けいたします。

みんなで楽しく クリスマス!!

イベント期間:12月23日(日)~12月25日(火)

期間中ご入館のお子様には素敵なプレゼント!

クリスマスイベント サンタがやってくる!

日時:12月24日(月) 14:00~

14:00~フラダンス

14:40~手品

15:10~クリスマスソング

17:00~声学家・田島様 歌謡ショー



来年も楽しく元気に!! イベント盛りだくさんで皆様をお迎えいたします。

2008 お正月イベント

イベント期間:1月1日(火)~1月6日(日) ※お正月イベントの期間中、1階大広間のカラオケがご利用いただけなくなります。
★お子様イベント...1月5日(土)・6日(日) 開催がいたしますので、ご了承ください。

元旦~3日(木)まで

ご入館の大人の方、1日先着400名様に、干支てぬいプレゼント!!
ご入館のお子様、1日先着150名様に、干支おもちゃプレゼント!!

ちびっこ 毎月第4日曜日 集まれ!! こどもイベント開催中!!

今月11月は「紙しばい」 日時:11月25日(日) 15:00~
みんなで仲よく楽しくお話をきこう♪ 場所:1階イベント広場

ちょっと 方言の豆知識

湯っくらたいむの「ゆっくら」は静岡の方で「ゆっくり」という意味です。

ゆっくらという意味の方言は全国でこんなにいっぱい!!

- 岩手 そろそろど
- 秋田 もっくらもっくら
- 栃木 ゆったら
- 福井 ぼつぼつ
- 佐賀 よおらよ
- 福岡 そろうそ
- 愛知 ゆるっと
- 大阪 ぼちぼち
- 兵庫 そろっと
- 広島 ゆうに
- 愛媛 おっちら
- 沖縄 よんなあ

旅行先でぜひ使ってみよう!

宴会情報

平成
19年度

忘新年

今年の
忘新年宴会は
駿河健康ランドで
決まり!!

今年もいよいよ 11月15日(木)よりスタート!!

平日昼
限定

得々宴会 メニュー

入館とご宴会で
お一人様

2,625円

(税込) ※飲み物は別となります。

平日お昼限定 11時~17時(※スタートは15時まで) 2時間制となります。

中華

海の幸・プリプリ海老のチリソース煮
山の幸・牛肉とピーマンの炒め
里の幸・豆腐のカニあんかけ
揚げ物・かに爪フライ
ご飯・海鮮のおかゆ・漬物

和食

刺身・二点盛り
焼き物・甘鯛の塩焼き
揚げ物・エビフライ
酢の物・えのき昆布のおろし和え
ご飯・白飯・味噌汁・漬物

忘新年宴会特典

★特典① 入館料

大人(中学生以上) 1,050円(税込) こども(3歳~小学生) 525円(税込)

★特典② 宿泊料

1名様につき 500円割引

★特典③ 深夜料金 無料

★特典④ 入館半額券進呈

1名様につき 1枚進呈 ※有効期限は3カ月間 (大人・こどもの料理) 予約数に応じます。

★特典⑤ 無料送迎

15名様以上 (片道1時間以内の送迎に限り) ※ご予約制となります。ご予約数によってお受け出来ない場合がございますので、ご了承ください。

《忘新年会対象期間》 平成19年11月15日(木)~平成20年2月29日(金)

※但し、平成19年12月31日(月)~平成20年1月6日(日)はご宴会をお受け出来ませんので、ご了承くださいませ。

ご宴会はご予約制となります

3階 宴会場

飲み放題
お一人様2,100円
(2時間/4名様以上で)
ご利用頂けます。

和食 しょうげつ

【営業時間】
朝食 6:00~9:00 / 10:00~22:00
(ラストオーダー 21:45)
1階大広間でもお食事にご利用頂けます。

コース3,150円より

3,150円コース(税込)

1. 先付 今日魚河岸
2. 刺身 海まかせ 波まかせ 三点盛
3. 焼き物 サーモンの竹皮包み
4. 揚げ物 目板かれい (春雨、青唐)
5. 紙鍋 鶏の水炊き
6. 酢の物 えのき昆布のおろし和え
7. 食事 白飯
8. 止 味噌汁
9. 香の物 おしんこ
10. 甘味 季節の果物 (以上10品)

その他のコース料理もございます。お気軽にご相談ください。

中国料理 紅林

【営業時間】
10:00~23:00
(ラストオーダー 22:30)
1階大広間でもお食事にご利用頂けます。

コース3,150円より

3,150円コース(税込)

1. 季節の前菜
2. むきえびのチリソース煮
3. モンゴイカ下足と 季節菜のさっぱり炒め
4. しいたけ・手羽先と 筍の煎り煮
5. 変わり春巻きの飲茶
6. 豚肉と玉葱の 細切り炒め
7. 五目野菜入り 中国おかゆ
8. デザート (以上8品)

その他のコース料理もございます。お気軽にご相談ください。

★各コース7名様以上で1本、13名様以上で2本、19名様以上で3本 焼酎(700ml) サービス!!

その他のお店のご宴会、夜遅い時間からのご宴会もご相談ください!!

1階 ★甘味処「あゆ」 ★握り鮓「浜ちゃん」 ★呑喰処「れん」 ★和食「はま風」
★こだわりそば処「来富庵」 ★海鮮焼肉レストラン「海峰」

12階 ★海見える洋食屋「マルシェ」



絶対ダメ! 飲酒運転 飲んだら乗るな!!

●●●●●●●●●● 飲酒運転は、死亡事故等の重大事故につながる危険な運転行為です... ●●●●●●●●●●

駿河イベントレポート

9/17 敬老の日



9/22 こどもイベントの日「わなげ」



10/1~ ハロウィン飾りつけ



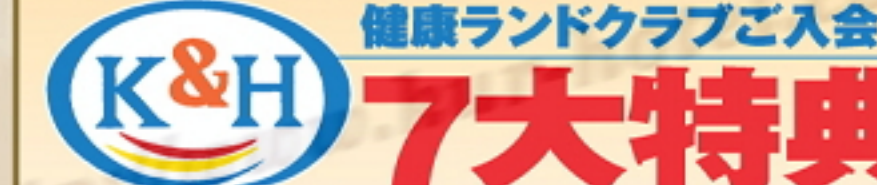
10/13(土) 第69回 カラオケ大会

優勝者 山城 常一様
優勝曲: 都会の子守歌 (山本譲二)



館内情報

健康ランドのお得な会員カード!! ぜひご入会ください。



※入会金、会費等一切必要ございませんので、お気軽にお申し込みください。
※ご入会希望のお客様は必ず、申込書にご記入の上、フロントまでお持ちください。(不明な点はフロントにお問い合わせください)
※再発行の場合は再発行手数料として、500円(税込)頂きます。
※最終利用日より2年経過していない場合は、会員データ及びポイント等の情報を抹消させていただきますのでご了承ください。
※特典2、3につきましては部屋タイプにより差額を頂く場合がございます。
※各特典には有効期限付きのものがございますので、ご利用の際はご注意ください。

1 会員割引
1,995円のところ、次回ご来館時
1,470円で入館できます。
(同時入館者全員1,470円)(料金は税込です)

2 入館・宿泊 無料
入館10回で次回の入館料 **無料**
宿泊10回で次回の宿泊料 **無料**
(同時入館者分も加算されます)
ポイントは入会日より加算されます。

3 ポイントサービス
館内での飲食などのご利用ポイントが、
300、500、1,000、2,500、5,000ポイントに
到達すると、到達ポイントに応じ、
特別ご招待券、売店商品券、特別ご宿泊券
等の商品とお引き換えができます。(100円(税別)で1ポイント)
ポイントは入会日より加算されます。

4 年間ポイント上位者に
豪華商品プレゼント。

5 パーステッププレゼント
お誕生日を迎えるお客様に誕生日プレゼントとして
割引付お葉書を
お送り致します。

6 シルバーステッププレゼント
70歳以上のお客様に敬老日のプレゼントとして
無料入館券付お葉書を
お送り致します。

7 メールアドレスを登録すると
お得な情報を
ただけにいち早く
お知らせ致します。

入湯税のお知らせ
ご宿泊者(13歳以上)から
入湯税150円を
別途頂戴いたします。

お電話でのご予約、インターネットからの
ご予約(他社の予約サイトからのご予約も
含む)※**全てが対象となります。**
ご理解、ご協力の程宜しくお願いいたします。
※お食事付きパック、釣り船パックも対象となります。

11月イベント要項

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						

12月イベント要項

12月イベント要項

12月イベント要項

12月イベント要項

12月イベント要項

12月イベント要項

12月イベント要項

12月イベント要項

12月イベント要項

お客様の声Q&A

Q. 宿泊する人の為に、飲食店舗の営業時間を一覧にして部屋に置いてほしい。
A. ご要望ありがとうございます。客室内インフォメーションにて飲食店舗の営業時間の案内を表示しておりますので、そちらをご覧くださいませ。

Q. 赤ちゃんの哺乳瓶を殺菌できるように電子レンジを貸し出して欲しい。
A. お客様からの貴重なご意見ありがとうございます。フロントにお問い合わせ頂ければ対応させていただきますので、お気軽にお申し付けくださいませ。

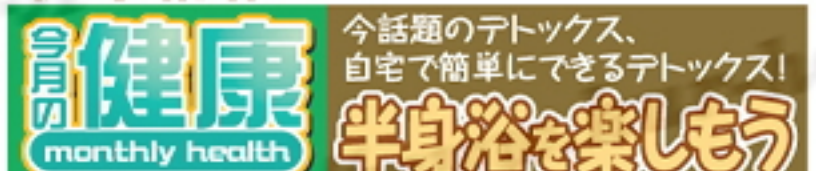
Q. 利用にあたって、途中の利用代金が手軽に分かるシステムがあると大変嬉しい。
A. ご要望ありがとうございます。フロントにお問い合わせ頂ければ利用代金が明記されたレシートを出して対応しています。お気軽にお申し付けくださいませ。

Q. 利用にあたって、途中の利用代金が手軽に分かるシステムがあると大変嬉しい。
A. ご要望ありがとうございます。フロントにお問い合わせ頂ければ利用代金が明記されたレシートを出して対応しています。お気軽にお申し付けくださいませ。

お褒めのお言葉

- 前回希望を出した冷蔵庫が入って助かりました。嬉しかったです。
- ハロウィンの飾りが可愛いです。
- 生け花がいつもきれいに生けてあり、花の名前が書かれていることで細やかな心遣いを感じられます。ありがとうございます。

健康情報



今話題のデトックス、
自宅で簡単にできるデトックス!
半身浴を楽しもう

半身浴では、さらさらの汗とともに、体の中の毒が排出され、代謝が活発になるデトックス効果や、毛穴が開き、皮膚の古い角質層が浮き上がりやすくなるなど、美容効果が期待できます。

1. 体温よりも少し高い程度の、37〜38℃のお湯を入れます。
● ぬるま湯で長時間入浴することにより、体を内側から温め、温冷めしにくくします。
● お湯の温度が高すぎると、体が芯から温まる前にベタベタの汗が出てしまいます。ベタベタの汗は、有害な金属の毒とともに、本身体に有害なミネラルまで出てしまうため、代謝アップ作用も低く、デトックス効果も低くなってしまいます。

2. 胸から下だけをお湯につかり、20〜40分間、ゆっくりと入ります。
● 入浴中は汗をかきますので、必要に応じて、ミネラルウォーターやスポーツドリンクなどで水分補給をしましょう。
● 本を読む、音楽を聴くなど、リラックスした時間を過ごしましょう。
● 上半身が寒く感じる場合は、浴室内にシャワーでお湯をかけるなどして室温を高めにしましょう。

効果的な半身浴方法

よ〜く考えよう!!
頭のストレッチ

同じ読みだけど...
何て漢字を書けるかな??
答えは左下にあるよ!!

問1 ①人の「カンシン」を買う。
②政治に「カンシン」を持つ。

問2 ③国語「ジテン」をひく。
④漢字「ジテン」で勉強をする。
⑤百科「ジテン」で調べる。

「もっと便利に・快適に」お住まいのリフォームを思い立ったら、オカベリフォームサービスにぜひ、お電話ください。
創業28年の信頼と実績でお客様の満足にお応えします。
ご相談、お見積もりは、もちろん無料、日曜・祝日・夜間でもお客様宅へ伺います。

住まいと暮らしをトータルコーディネート。
企画から施工まで、親切・丁寧をモットーにあなたの計画どおりに仕立てます。

一般建築業・内装仕上工事業/静岡県知事許可(般-9)第29247号
054-352-7799
創業28年の信頼と実績 (株)オカベリフォームサービス
静岡県清水区木の下町317-2 054-352-7799

お出かけ情報

石和健康ランド 休館日のお知らせ

11月28日(水)まで 改装工事のため、休館とさせていただきます。ご迷惑をお掛け致します。

11月29日(木) AM10:00 リニューアルオープン!!

信州健康ランドイベント日程

11月	11/4(日)	14:00~	大人ビンゴ大会
11月	11/11(日)	14:00~	信州健康ランドの日
11月	11/18(日)	14:00~	月例カラオケ大会
11月	11/25(日)	14:00~	子供ビンゴ大会
11月	11/27(火)	19:00~	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」
12月	12/2(日)	14:00~	大人ビンゴ大会
12月	12/9(日)	14:00~	信州健康ランドの日
12月	12/16(日)	14:00~	カラオケグランチャンピオン大会
12月	12/23(日)	14:00~	子供ビンゴ大会
12月	12/25(火)	19:00~	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」
1月	1/6(日)	14:00~	大人ビンゴ大会
1月	1/13(日)	14:00~	信州健康ランドの日
1月	1/20(日)	14:00~	カラオケグランチャンピオン大会
1月	1/22(火)	19:00~	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」
1月	1/27(日)	14:00~	子供ビンゴ大会

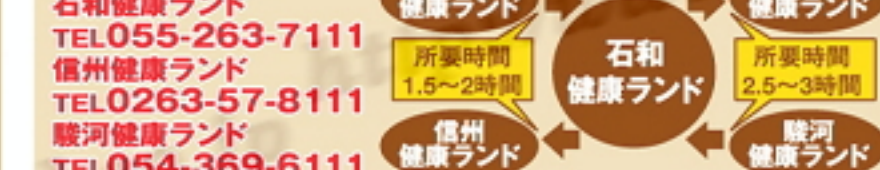
※予告なしに、日時、場所等が変更となる場合がございます。ご了承ください。

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。(月〜金のみのみ)
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(毎日1本ずつ運行)



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

※年末年始(12/29~1/6)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事もございますのでご了承ください。
※石和・健康ランド・休館中も石和・健康ランドへ経由いたします。尚、お昼休憩は他の場所となります。

送迎バス時刻表

※道路状況により、到着が遅れる場合がございます。予めご了承ください。

【富士方面】						
ランド(発)	8:00	10:30	ランド(発)	14:30	17:00	
新富士駅(北口)	8:30	11:00	由比駅	14:40	17:10	
吉原本町(木の元公園前)	8:45	11:15	蒲原駅	14:45	17:20	
富士駅(北口)	9:00	11:35	新蒲原駅(旧国道1号)	14:50	17:25	
富士川駅	9:15	11:50	富士川駅	14:55	17:30	
新蒲原駅(旧国道1号)	9:20	11:55	富士駅(北口)	15:15	17:50	
蒲原駅	9:25	12:00	吉原本町(木の元公園前)	15:30	18:10	
由比駅	9:35	12:05	新富士駅(北口)	15:45	18:20	

●清水駅(発) 8:00~23:00 毎時00分発車 ●ランド(発) 7:30~22:30 毎時30分発車

●興津駅(発) 8:20~23:20 毎時20分発車

【清水方面】

●清水駅(発) 8:00~23:00 毎時00分発車 ●ランド(発) 7:30~22:30 毎時30分発車

●興津駅(発) 8:20~23:20 毎時20分発車