

駿河健康ランド 湯くらたいむ

4月号

YukkuraTime
2008年4月1日発行(2,000部)

駿河イベント情報

イベント日程

4月	12日(土)	第75回 カラオケ大会 14:00~1階大広間
	21日(月)・22日(火)	6周年イベント
5月	5日(月)	こどもの日
	10日(土)	第76回 カラオケ大会 14:00~1階大広間
	11日(日)	母の日
	25日(日)	こどもイベントの日「ライオンとあっち向いてホイ!」
6月	14日(土)	第6回 グランドチャンピオン大会 14:00~1階大広間
	15日(日)	父の日
	20日(金)	健康ランドの日
	22日(日)	こどもイベントの日

毎偶数月の21日は イベント開催中! 健康ランドの日

2002年4月21日のオープンを記念して、偶数月の21日にイベントを開催しております。毎回様々なイベントを開催しておりますので、ぜひ皆様どうぞ!!
(ご入館されたお客様なら無料で参加できます。)
※21日が土・日の場合、日付を変更する場合がございます。

毎月第4日曜日は こどもイベントの日

毎月楽しいイベント盛りだくさん!!
みんなで遊んで思い出たくさん!!
ぜひ遊びに来てね。
(ご入館されたお子様なら無料で参加できます。)
※こどもイベントの日は5月より開催します。

駿河健康ランド湯くらたいむ 定期発送申し込み受付中!

駿河健康ランド湯くらたいむを無料にてお送りいたします。
ご希望のお客様はフロント又はお電話にてお申し込みください。

イベント内容は、予告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。

駿河イベントレポート

2/21 健康ランドの日 「ラッキーチャンス」
2/24 こどもイベントの日 「するがでジャンケンポン!」



6周年

2008年4月21日(月)で 感謝の気持ちを込めて
駿河健康ランドは 6周年!!

4月21日(月)・22日(火)

21日(月)朝9:00~22日(火)夜24:00の間に

ご入館の 大人の方...「感謝の心」券
お子様...お菓子 プレゼント!!

※AOコーナー会員の方は1日1回のプレゼントとなります。

21日(月) 大広間歌謡ショー 14:00~ 「光川 幸一」
22日(火) 大広間歌謡ショー 14:00~ 「司 純」

館内情報

春の新会員募集!! 会員カードポイントの使い方
健康ランド会員になって、ポイントが貯まると、お一人様無料で入館できます。
健康ランドのポイントは3種類に分かれます。
— お申し込みは、フロント、またはホームページにて受付けております。 —

- ①ランドポイント**
ご入館1名様につき1ポイントずつ加算されます。
10ポイント貯まると、お一人様無料で入館できます。
- ②ホテルポイント**
ご宿泊1名様につき1ポイントずつ加算されます。
10ポイント貯まると、お一人様分のご宿泊代が無料となります。
または、館内利用券5,000円分との引き換えができます。
- ③サービスポイント**
館内でお買い物や飲食、施術をされた場合100円(消費税は含まれません)毎に1ポイントずつ加算されます。
ポイントが300、500、1000、2500、5000ポイントに到達すると、到達ポイントに応じ、様々な招待券や割引券などと引き換えることができます。

駿河健康ランド ホームページ リニューアル!!

ホームページがより見やすく、分かりやすくなりました。ぜひご覧ください。
また、ご不明な点やご質問がございましたらお気軽にお問い合わせください。

1階 カラオケルーム

お風呂のあとに...
お食事のあとに...
ご宴会の2次会に...
思いっきり歌って楽しもう!!

1時間/1,050円~

フロントにてタン/リボン/マラカスのお貸し出しもしております。

カラオケルームご利用方法のお知らせ

青少年保護育成のための環境浄化に関する条例により、午後11時から午前4時までの間は保護者同伴の場合であっても18歳未満の方の立ち入りをお断りします。お客様のご理解・ご協力をお願いいたします。

お知らせ

富士方面送迎バス変更

午前		
ランド(発)	8:00	10:40
新富士駅北口(発)	8:30	11:05
吉原本町(発)木の元公園前	8:45	11:15
富士駅北口(発)	9:00	11:35
富士川駅(発)	9:15	11:50
新蒲原駅旧国1(発)	9:20	11:55
蒲原駅(発)	9:25	12:00
由比駅(発)	9:35	12:05
ランド(着)	10:00	12:30
午後		
ランド(発)	14:40	17:00
由比駅(発)	14:50	17:10
蒲原駅(発)	14:55	17:20
新蒲原駅旧国1(発)	15:00	17:25
富士川駅(発)	15:05	17:30
富士駅北口(発)	15:25	17:50
吉原本町(発)木の元公園前	15:40	18:05
新富士駅北口(発)	15:55	18:20
ランド(着)	16:30	19:00

4月1日(火)より赤字の運行時刻に変更となりました。

回数券

会員カードと一緒にお得な
大人用 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?
ラッピング無料で承ります。

★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!!
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。

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

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

ビューティフルボディケア 雅 **2階**
営業時間 11:00~24:00 (最終受付 23:30)

エステティックサロンが
ビューティフルボディケア 雅に
生まれ変わりました!!

新メニューが追加されました。
現在行われているバリ式に加え、台湾、英国、インドと世界の癒しを体験する事ができます。是非一度体験してみてください。

第一弾	2/25より	台湾式エステ	30分 60分 90分
第二弾	3/3より	英国式リフレクソロジー	30分 45分 60分
第三弾	4/1より	インド式アーユルベダ	30分 45分 60分

オープニングキャンペーンも
行っております。
ビューティフルボディケア雅受付にて
お気軽にお問い合わせ下さい。



お客様の声 Q&A

Q. 掛け布団のシーツを、かぶせるタイプのものに変更してほしい。
A. ご要望ありがとうございます。多くのお客様のお声をいただきまして、かぶせるタイプのものに変更させていただきました。

Q. 更衣室の中がタバコ臭い。
A. ご迷惑をお掛けいたしました。申し訳ございませんでした。臭いが充満している際には消臭剤にて、少しでも快適にご利用いただけるように取り組んで参ります。また、喫煙コーナーから離れたロッカーもご用意いたしますので、フロントにお気軽にお申し付けくださいませ。

Q. 健康ランド近郊の観光案内があるとよいのだが…。
A. ご要望ありがとうございます。フロントの横のカウンターにて観光案内や観光パンフレット等取り揃えております。また、フロントへお問い合わせいただければご案内いたします。お気軽にお問い合わせくださいませ。

お喜びのお言葉 **ありがとうございます。**

- お誕生日のお葉書で宿泊代がかなり割引になるんだね。すごく嬉しいです!
- 売店の対応はいつも良くて気持ちがいいです。
- いつも石和を利用させてもらっています。久々に駿河に来ました。温泉・景色・居酒屋がとても良いです。また来たいと思います。

健康情報

食事からも予防しよう! 紫外線対策

食事による予防対策として、ビタミンC、E、B₂やコラーゲンを摂ることがよいとされています。

ビタミンC 肌が黒くなる原因であるメラニンの生成を抑え、また、できてしまったメラニンを薄くするといわれています。さらにコラーゲン繊維の修復にも効果があるといわれています。 多く含む食品 レモン、イチゴ、オレンジ、カキなどの果実、ホウレンソウ、ピーマン、ブロッコリー、イモ類など。	ビタミンE、ビタミンB₂ メラニン色素の沈着に関係している過酸化脂質を低下させる働きがあります。 多く含む食品 ビタミンE…落花生、大豆油、アノコウ、タラコなど。 ビタミンB ₂ …乳製品、牛・豚レバー、カツオ、海藻、大豆など。	コラーゲン 皮膚の真皮を構成する重要な要素であり、減少すると肌にシワができる原因となります。 多く含む食品 豚足、手羽、レバーなど。
--	--	---

ちょっと豆知識

紫外線
紫外線対策は今から!?

地球に降り注ぐ紫外線の量は、一日の中で変化しています。午前10時~午後2時頃までの間に1日の紫外線量の半分以上が降り注ぎます。紫外線は年中降り注いでいますが、時期により強さに違いがあります。それは太陽と地球の間の距離と太陽高度が年間を通じて変化したり、紫外線を吸収するオゾン層の量が時期により異なるためです。一般的には地球が太陽に近くなり、太陽高度が次第に高くなり始める4月頃から紫外線は強くなります。6月頃が最も強いですが、この時期多くの地域で梅雨入りするため、地表に到達する紫外線量は減少します。したがって梅雨入り前の5月頃が紫外線量が最も多くなります。

皆様の健康法 募集!! 日頃、自分で行っている健康法をぜひ紹介してみませんか? ※ご紹介頂ける方は湯づからたいむ担当者までお問い合わせください。

頭のストレッチ

よ〜く考えよう!!

□に漢字を入れて、四字熟語を完成させよう!!

問1 新 ① 代 ②
新しいものが古いものにとって代わること

問2 ③ 言 ④ 行
文句や理屈を言わずに黙って実行すること。

問3 ⑤ 天 ⑥ 地
多くの人々をひどく驚かすこと。
世間を大いに驚かすこと。

答えは左下にあるよ!!

お出かけ情報

普段お仕事でなかなか行けない…そんな方!!
石和・信州・駿河 3区間無料送迎バス
土・日も運行中!!

ご家族・お友達と一緒に、ぜひご利用くださいませ。
石和・信州・駿河 全店舗を制覇!

3区間無料 大好評運行中!!
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。

石和健康ランド TEL.055-263-7111
信州健康ランド TEL.0263-57-8111
駿河健康ランド TEL.054-369-6111

※ゴールデンウィーク中5日~6日は運休となります。
※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。

送迎バス運行時間 (毎日1本ずつ運行)

区間	出発	所要時間
石和 健康ランド	13:00	1.5~2時間
信州健康ランド	10:30	1.5~2時間
駿河健康ランド	16:00	2.5~3時間

桜情報

御殿山
【期間】3月下旬~4月上旬
約600本のソメイヨシノと約200本のオシマザクラが山を覆うように咲き誇る桜の名所。
駐車場なし
3月29日(土)~4月6日(日) 10:00~21:00
かんぱろ御殿山さくらまつり開催
期間中ライトアップ 18:00~21:00

庵原川堤
【期間】3月下旬~4月上旬
約50本の桜があります。4月6日の花見祭には、カラフルな提灯で飾られ、多くの花見客が繰り出します。

船越堤公園
【期間】3月下旬~4月上旬
ソメイヨシノを中心に約1,000本の桜。桜の時期に合わせてライトアップも実施。
駐車場: 普通車90台

駿府公園
【期間】3月下旬~4月上旬
約700本のソメイヨシノが植えられています。4月4日から6日は第52回静岡まつりが開催。多くの人出で賑わいます。

駿河周辺情報 SURUGA surrounding information **4月**

第52回静岡まつり

静岡市に春の訪れを告げる静岡まつり。4月4日の前夜祭から始まり、4月5日~6日の大御所花見行列では、大御所・徳川家康公役俳優の沢村一樹さん(4日前夜祭、5日出演)、萩原流行さん(6日出演)を招きます。また2008しずおかクイーンが御台所と上膳役を務め、桜花爛漫の下、総勢400名の大御所花見行列が華やかに開催されます。また市民総踊りの「夜桜乱舞」(5日、6日)が行われ、このほか駿府登城行列が、また、駿府公園内では江戸時代調の出店、ステージでは各種の芸能が披露され、祭りを盛り上げます。

【開催期間】4月4日(金)~4月6日(日)
【場 所】駿河公園及びJR静岡駅前繁華街一帯

石和健康ランドイベント日程

日	時間	内容
4/3(木)	19:30~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
4/4(金)	14:00~	石和健康ランド子どもの日(毎月第1土曜日・お子様のみ入館半額)
4/6(日)	13:00~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
4/10(木)	14:00~	ゲームコーナーイベント
4/12(土)	15:00~	「ももこサロン」読み聞かせ会・子育て相談会【(1日4回開催)】
4/13(日)	19:30~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
4/17(木)	14:00~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
4/19(土)	15:00~	無料ビンゴ大会
4/20(日)	19:30~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
4/24(木)	14:00~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
4/26(土)	15:00~	無料ビンゴ大会
4/27(日)	14:00~	月例カラオケ大会【出場は予約制】
5/1(木)	19:30~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
5/3(土)	14:00~	石和健康ランド子どもの日(毎月第1土曜日・お子様のみ入館半額)
5/8(木)	19:30~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
5/10(土)	14:00~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
5/11(日)	13:00~	ゲームコーナーイベント
5/15(木)	19:30~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
5/17(土)	14:00~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
5/18(日)	15:00~	無料ビンゴ大会
5/22(木)	19:30~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
5/24(土)	14:00~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
5/25(日)	14:00~	月例カラオケ大会【出場は予約制】
5/26(月)	19:30~	無料ホットヨガ教室【先着20名様・予約制】
5/29(木)	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けます。
※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がございます。ご了承ください。

信州健康ランドイベント日程

日	時間	内容
4/6(日)	14:00~	大人ビンゴ大会
4/13(日)	14:00~	信州健康ランドの日
4/20(日)	14:00~	月例カラオケ大会
4/22(火)	19:00~	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」
4/27(日)	14:00~	子供ビンゴ大会
5/4(日)	14:00~	大人ビンゴ大会
5/11(日)	14:00~	信州健康ランドの日
5/18(日)	14:00~	月例カラオケ大会
5/25(日)	14:00~	子供ビンゴ大会
5/27(火)	19:00~	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」
6/1(日)	14:00~	大人ビンゴ大会
6/8(日)	14:00~	信州健康ランドの日
6/15(日)	14:00~	月例カラオケ大会
6/19(木)	14:00~	シルバーカラオケ大会
6/22(日)	14:00~	子供ビンゴ大会
6/24(火)	19:00~	無料の「ストレッチ&ヨガ教室」

※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。

★毎月第2日曜日は、「信州健康ランドの日」★
★毎月第4火曜日は、「無料の「ストレッチ&ヨガ教室」を開催!!★

全国から旬をお届けしております

地元で取れる野菜・果物などはじめ
国内・海外より調達しております

野菜・青果専門卸
株式会社 いちふじ青果
静岡市流通センター1番1号 054-263-3161

アイデアが欲しい
メニューを
店舗のデザイン
ポスター作り
そんな時には

なんでも解決
イワサキ・ビー・アイ
0263-39-0501

お客様へのお願い ※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ております。
★オムツが取れておらず、便意が言葉で伝えられないお子様は、ベビーバスをご利用頂きます。
恐れ入りますが、ご理解ご協力をお願い申し上げます。

クア・アンド・ホテル駿河
駿河健康ランド

▶当湯つらくたいむ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

担当者 海老岡・小関・野村

お客様に安心を
お届け致します

救命機器 (AED) 設置店