

駿河健康ランド 湯くたいむ 8月号

YukkuraTime
2008年8月1日発行(2,000部)

駿河イベント情報

イベント日程

8月	9日(土)	第78回カラオケ大会 14:00~12階イベント会場
	21日(木)	健康ランドの日 「駿河健康ランド検定」
	24日(日)	こどもイベントの日 「館内冒険スタンプラリー」
9月	13日(土)	第79回カラオケ大会
	28日(日)	こどもイベントの日
10月	11日(土)	第80回カラオケ大会
	21日(火)	健康ランドの日
	26日(日)	こどもイベントの日
	31日(金)	ハロウィンイベント

8/21(木)健康ランドの日 『駿河健康ランド検定』

何問解ける!?

あなたの駿河健康ランド
マニア度をチェックしよう!!

8:00~18:00
ご入館の方対象
大人の方、お子様
ご参加いただけます

8/24(日)こどもイベントの日 『館内冒険スタンプラリー』

館内のスタンプを集めて
賞品をゲットしよう。

8:00~20:00
ご入館のお子様対象

さらに
6月のスタンプラリーの用紙と今回の用紙を
一緒にフロントへお持ち頂くと...
ステキなプレゼント!!!

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

7/1~7 七夕



カラオケ大会

7/12(土) 第77回
優勝者 **本田 福美様**
優勝曲: 愛に背かれて
/ 泉 昇太

7/6 愛まち子歌謡ショー



コメント
初めての受賞でとてもビックリしています。様々なカラオケ大会に出場しているが、賞を頂いたことは初めてだったので今後の励みになります。

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					3	4
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						

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				

館内情報

リニューアルしました!!

炭風呂
薬草風呂
ミルキー風呂

が天然温泉・駿河太古の湯に!!!

炭風呂 炭洞泉

無色で溶存成分が濃い温泉! 身体に浸透しやすくとっても温まる温泉です。少し熱めにしてあります。



薬草風呂 黄鉄泉

源泉に鉄分が入っていて、鉄分不足の女性にもってこいの温泉です。貧血気味な男性にも是非おすすめです。



ミルキー風呂 美白泉

女性の素顔・美肌に役立つ「美人の湯」です。「白色」で超微細気泡によるミルキー効果や優しい温泉効果があります。



露天風呂 海気泉

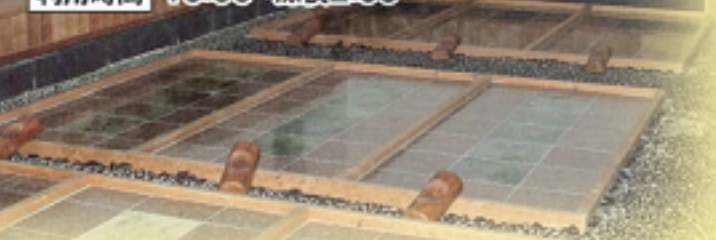
この露天風呂は超古代海水です。駿河湾の浜風による「海気浴」と「塩湯」を味わうことができます。



7月4日(金) 岩盤浴OPEN

入館料のみでご利用いただけます。

利用時間 10:00~深夜2:00



女性限定となります!!



オムツの取れていないお子様はベビーバスまたは親子風呂のご利用をお願いしております。

12階イベントホール



12:00から21:00まで
カラオケが出来ます。

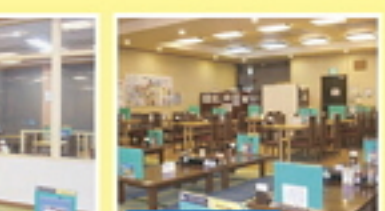
*イベント開催時はご利用頂けません。

1曲:100円

*現金のみのご利用となります。

大広間

さらにご利用
頂きやすくなりました。



館内情報

スルガレンジャー

と一緒にプルタブと
ボトルキャップを
集めよう!!!

集めたプルタブで車イス、ボトルキャップでワクチンを贈ります。

夏の宴会

お風呂でリフレッシュして 家族、仲間、友人と

夏だ!! 宴会で盛り上がる!!

事前予約制となりますので、詳しくは1階フロントまでお気軽にお申し付け下さいませ。

和食 しょうげつ 【営業時間】朝食6:00~9:00 / 10:00~20:00 (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。

しょうげつ 夏の宴会特選献立

お一人様 **3,150円**コース(税込)

前 菜/旬の盛り合わせ三点盛
刺 身/海まかせ波まかせ二点盛
焼 物/蟹とほたて貝のグラタン甲羅盛
揚 物/海老フライ
酢の物/目板かれいの南蛮漬け
煮 物/金目鯛・里芋他
食 事/白飯
止 碗/なめこ汁
香 物/おしんこ
甘 味/くずもち、わらびもち



和食

- 特典1** 4名様から個室で承ります。(要予約)
- 特典2** 日帰り宴会の場合、ご入館料がお一人様なんと**1,050円**(税込)
- 特典3** ご宴会場は**3時間**ご利用頂けます。
- 特典4** 飲み放題も**2時間2,100円**(税込)で承ります。

中国料理 樹林 【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。

樹林 夏の宴会特選献立

お一人様 **3,150円**コース(税込)

- ◆前菜2種盛り合わせ
- ◆あさりの姿蒸し夏風味
- ◆豚肉とニガウリの沖縄炒め
- ◆鶏肉と野菜の黒コショウ炒め
- ◆イカダンゴと春雨のサラダ風
- ◆しいたけと豆腐のスープ
- ◆ミニ海老とレタスの炒飯
- ◆デザート



中華

※写真は8人前、イメージです。

宴会メニューは和食・中華とも **2,600円、3,150円、3,650円、4,200円、5,250円**のコースがございます。お気軽にお問い合わせ下さいませ。

※仕入れの都合により多少献立が変更になる場合がございます。

健康情報

野菜を食べて、暑い夏を乗り切ろう!

夏バテ対策に 夏野菜

食欲まで奪ってしまう夏バテですが、夏バテ解消、防止にはバランスの良い食事と規則正しい生活が大切です。汗をかくと、ビタミンやミネラルが消耗し、ソーメンなどだけでは十分にそれを補給できません。新鮮な野菜・果物などで失われたビタミン・ミネラルを補給でき、夏バテに効果抜群の夏野菜をご紹介します!

トマト

特 徴 「トマトが赤くなれば医者が青くなる」との格言があるほど!!
栄養分 ビタミンCを100g中20mg含有、野菜の中でも飛び抜けて栄養価が高いといわれています。
効 果 血圧を下げ、ストレスへの抵抗力を増します。胃もたれ改善、頭がシャキッとします。

キュウリ

特 徴 水分が全体の96%を占める!!
栄養分 栄養的にはそこまで高くはないです。
効 果 体内に生じた余分な熱を冷まし、調整します。熱を通過して食べると、利尿効果を発揮しやすいです。(スープに入れたり炒めたり)

枝豆

特 徴 大豆の赤ちゃん!!
栄養分 タンパク質、カルシウムのほか、大豆にはないビタミンCやAも含まれます。
効 果 過剰な熱エネルギーを冷まし、体内にたまった余分な水分を排泄する作用があります。

頭のストレッチ

よ〜く考えよう!!

バスル検定 3級問題
下の表の①〜⑥に整数を入れ、縦にたしても横にたしても斜めにたしてもそれぞれの3つの数の和が同じになるようにしてください。(制限時間3分)

①	②	7
10	③	④
⑤	4	12

答えは右下にあるよ!!

お出かけ情報

駿河周辺情報 SURUGA surrounding information 8月

第61回 清水みなと祭り 8月1日(金)~8月3日(日)

大きくわけると、「総踊り」と「海上花火大会」によって構成されています。「総踊り」は、清水区を中心に位置する「さつき通り」2kmに3万人が踊る市民総おどりです。

花火情報 夏季熱海海上花火大会

8月 5日(火)、8日(金)、17日(日)、21日(木)、24日(日) / 約5,000発

清水みなと祭り海上花火大会

8月 3日(日) / 約10,000発

全国花火名人選抜競技大会

ふくろい遠州の花火2008

8月 9日(土) / 約30,000発

石和・信州 周辺おすすめスポット

しもくろこませきさんざい

下黒駒石尊祭

8月23日(土)

石尊さんの大元は、神奈川県中部の阿夫利神社にあり、水防、水揚げの神で、石を尊び、また疫病よけの神とされています。天神社境内の堀に、禰(ふんどし)をしめただけの若者たちが一斉に飛び込み、互いに水をあげあう「御垢離取り」は、迫力満点であり、この祭りのヤマ場です。【場所】笛吹市御坂町下黒駒天神社

おさかだこうえんのうりょうはなびたいかい

小坂田公園納涼花火大会

8月17日(日)

小坂田池の水上で花開く水中スターマインをはじめ、約1,000発打ち上げられます。目の前で繰り広げられる打ち上げ花火は、体の芯まで響く音も大きな魅力の一つとなっております。迫力の音と1,000発の花火の競演をお楽しみください。【場所】塩尻市小坂田公園及び小坂田池周辺

お客様の声Q&A

Q. 館内に漫画喫茶が書店があると嬉しいです。

A. ご意見ありがとうございます。当館の3階休憩室内に漫画本や週刊誌等を取り揃えておりますので、是非ご利用下さい。

お褒めのお言葉

ありがとうございます。

●いつも楽しく過ごさせて頂きありがとうございます。静岡にこんな素晴らしい温泉健康ランドがある事を県外の人達にも知ってほしいと思います。

通信カラオケ DAMと、お店の音楽放送は、

清水有線株式会社

本 社：静岡市清水区春日1-5-16 (清水有線緑線南幹線沿すかいらーくとなり)
TEL 054-351-1215 FAX 054-351-0818

鮮魚・塩蔵・冷凍品・貝類

いろいろ取り揃えてます。



水産物のご注文は

静岡市中央卸売市場内

松友水産(株)

TEL 054-263-3375 FAX 054-263-3378
静岡市美区流通センター1番1号

石和健康ランドイベント日程

8月	8/2(土)	8/3(日)	8/10(日)	8/17(日)	8/24(日)	8/26(火)	8/31(日)
石和健康ランド子どもの日(毎月第1土曜日・お子様のみの入館料半額)	夏祭り!!	13:00~ ゲームコーナーイベント 15:00~ 無料ビンゴ大会	13:00~ ゲームコーナーイベント 15:00~ 無料ビンゴ大会	13:00~ ゲームコーナーイベント 15:00~ 無料ビンゴ大会	13:00~ ゲームコーナーイベント 15:00~ 無料ビンゴ大会	13:00~ ゲームコーナーイベント 15:00~ 無料ビンゴ大会	13:00~ ゲームコーナーイベント 15:00~ 無料ビンゴ大会
9月	9/6(土)	9/7(日)	9/14(日)	9/21(日)	9/26(金)	9/28(日)	
石和健康ランド子どもの日(毎月第1土曜日・お子様のみの入館料半額)	13:00~ ゲームコーナーイベント 15:00~ 無料ビンゴ大会	13:00~ ゲームコーナーイベント 15:00~ 無料ビンゴ大会	13:00~ ゲームコーナーイベント 15:00~ 無料ビンゴ大会	13:00~ ゲームコーナーイベント 15:00~ 無料ビンゴ大会	13:00~ ゲームコーナーイベント 15:00~ 無料ビンゴ大会	13:00~ ゲームコーナーイベント 15:00~ 無料ビンゴ大会	13:00~ ゲームコーナーイベント 15:00~ 無料ビンゴ大会

毎週木曜19:30~と、毎週土曜14:00~は無料の「ホットヨガ教室」を開催!!

各回先着15名様のご予約制

※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、お早めにご予約ください。※日程・時間が変更になる場合がございます。ご了承下さい。

★毎月第2日曜日は、「信州健康ランドの日」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!!

8月	8/3(日)	8/10(日)	8/17(日)	8/24(日)	8/31(日)
14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日
9月	9/7(日)	9/14(日)	9/21(日)	9/28(日)	
14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日
10月	10/5(日)	10/12(日)	10/19(日)	10/26(日)	10/28(火)
14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日	14:00~ 大人ビンゴ大会 信州健康ランドの日

※予告なしに、日時、場所等が変更となる場合がございます。ご了承下さい。

魚博士

3階 魚エステルームにて

ドイツからやってきたかわいい魚達が足場にて元気にバクバクと古い角質を食べてくれます。

今なら420円で記念写真も撮れます

営業時間 13時から22時まで(月~土) 10時から22時まで(日)

体験頂きました小学生までのお子様には体験証明書をプレゼント

お客さまへのお願い

★当館では、食品衛生上により飲食物の持ち込みは、全てご遠慮頂いております。
★イブニング・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、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

▶当湯くらくたいむに對するご投稿および、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・杉山・竹島・中村

お客様に安心を届けたいです

AED 救命機器(AED)設置店