

BEST3

ベスト3 第3弾

1階大広間でも注文できる
来富庵・海峰の
オススメBEST3特集!!
[大広間の営業時間] AM10:00~PM10:00(ラストオーダー PM9:45)

来富庵

[営業時間]
AM10:00~PM11:00
(ラストオーダー PM10:30)

① **桜えび かき揚げせいろ**
サクサク大きな「桜えびのかき揚げ」とこだわりの「せいろそば」のベストコンビです。
.....1,260円

② **ビーフカレーうどん**...800円
じっくり煮込んだビーフとスパイスの効いたカレーは絶品です。

③ **富士天おろし**...1,050円
プリプリのえびがおそばの上で踊っています。

海峰

[営業時間]
AM10:00~AM2:00
(ラストオーダー AM1:30)

① **石焼ビビンバ**
幅広い年代の方から大人気!!
.....940円

② **レバ刺し**.....840円
数量限定!!ご注文はお早め。

③ **豚カルビ丼**.....840円
自慢の自家製ダレを使用しています。

皆様、ご賞味あれ!!!

今回は、来富庵・海峰のオススメメニューを紹介しました。
お食事の際は、是非参考にして下さい★

引き続き、様々な健康ランド内の何でもBEST3を取り
上げていきます。皆様のご意見お聞かせください。
お客様アンケートへのご記入をよろしくお願い致します。

お食事の後は、ゲームコーナーへ **Let's Go!!!** ゲームコーナー **いるかのしっぽ** 24時間営業

3/5 ▶ 3/11 パチンコキャンペーン 対象「アバンギャルド」、 機種「冬のソナタ2」、「必殺仕事人」	3/12 ▶ 3/18 スイートランド キャンペーン 通常100円1回→2回	3/12 ▶ 3/18 スロットキャンペーン 対象「カイジ」、「俺の空」、 機種「大花火」	3/19 ▶ 3/25 パチンコキャンペーン 対象「エヴァンゲリオン」、 機種「創聖のアクエリオン」	3/26 ▶ 4/1 スロットキャンペーン 対象「吉宗」、「北斗の拳」
---	---	---	--	--

ボディケアで癒されて...

癒し処
IYASHI OKORO

新メニュー導入!!
「足圧健康法」

力を加減しながら足の「面」と「点」
でお体をほぐしていきます。新しい
スッキリ感を体験して下さい。

30分 **3,150円**~

BEAUTIFUL BODY CARE
MIYABI 雅

今話題の
「エンダモロジー」
endamorogy

フランスで開発された
このボディケアマシン
は脂肪組織にはたらき
かけ、リンパの流れ、新
陳代謝を改善します。

ただ今体験
キャンペーン中!

初回お試し価格
4,200円

みなさんは大丈夫??

花粉症

もずもず
はくしょん!!
あー!!
イライラする...

そもそも花粉症とは...

簡単に言えば花粉に対してアレルギー反応を出してしまい、鼻水・くしゃみ・目のかゆみ・鼻づまりなどの症状が起こることを言います。花粉といってもアレルギーとなる花粉の種類は多く、日本で花粉症の原因となる主な花粉はスギ花粉で、花粉症と言えはスギ花粉症の事を表す事が多いようです。花粉症の原因となるのはスギの他、ヒノキ、ブタクサ、ヨモギ、マツ、イネ、シラカバなどで、スギ花粉の人はヒノキ花粉にも反応しやすいです。人によってアレルギー反応が起こる植物の種類が変わり、人によってはそれぞれの花粉が発生する時期に花粉症の症状が起こり、時には春から秋まで症状が続く人もいます。アレルギーを起こす要因はアレルギーの抗体が体内で増えてしまったからです。花粉症では花粉の抗体、アトピーや喘息ではダニやホコリなどがアレルギー抗体となってしまふ事があります。

花粉症でイライラしているあなた!
お風呂に入ってリラックスしましょ★

かわづ

一足早い春の訪れ

河津桜が満開!!

今年も駿河健康ランドの河津桜が満開となりました。

駿河健康ランド周辺情報 3月

● **美濃輪稲荷神社例祭** 14日(土)~16日(月)
美濃輪稲荷神社は、古くから続く市内でも有数の伝統と格式ある神社。14日には前夜祭、15日には例祭、16日には講社大祭が行われます。
[場所] 静岡市清水区 美濃輪稲荷神社

● **静峰園椿の里** 3月31日(火)まで
広大な園内に咲き乱れる様々なツバキ。野鳥のさえずりとともに、ひとときの安らぎが満喫できます。遠くに富士山・南アルプス、眼下には静岡の街が一望できる景勝の地です。
[場所] 静岡市駿河区 静峰園椿の里

● **桜** 3月下旬~4月上旬
清水の船越堤公園内には、ソメイヨシノを中心に約1,000本の桜が植栽されていて、シーズン中は市内外からたくさんの花見客が集います。毎年桜の見頃の、3月下旬から4月上旬の時期に合わせ、花見客に夜桜を楽しんでいただくため、夜のライトアップ等を実施しています。
[場所] 静岡市清水区 船越堤公園

● **福寿草祭り** 7日(土)~28日(土)
松本市四賀地区赤怒田の群生地は約1.5haの斜面に約50万株の福寿草が自生する、長野県内最大級の福寿草群生地です。期間中は福寿草の鉢植えや地元の特産品を販売するほか、特定日(土曜日・日曜日・祝日)にはミニコンサート等イベントも実施します。
[場所] 松本市四賀地区赤怒田

● **甲州市塩山桃源郷 ひな飾りと桃の花まつり** 2月7日(土)~4月19日(日)
主会場となる甘草屋敷では、江戸・明治・大正・昭和時代の「ひな人形」、祭りや行事の中で伝承されてきた品々、甲州市らしさをイメージしたつるし飾りなどが、展示されます。また、市内各所でイベントや祭りが行われ、サクラ・モモ・スモモなど一面の花で彩られた中で花見が楽しめます。
[場所] 山梨県甲州市 重要文化財旧高野家住宅「甘草屋敷」

3月	3/1 (日)	13:00~	ゲームコーナーイベント
	3/3 (火)	15:00~	ひなまつりイベント
	3/7 (土)	15:00~	石和健康ランド子どもの日(毎月第1土曜日・お子様のみ入館料半額)
	3/8 (日)	15:00~	無料ビンゴ大会
	3/14 (土)	15:00~	ホワイトデーイベント(女性のお客様に素敵なプレゼント!)
	3/15 (日)	15:00~	プールで宝探し(3歳~小学生のお子様対象)
	3/22 (日)	14:00~	月例カラオケ大会【出場は予約制】
	3/26 (木)	14:00~	風呂の日(1日限りの特別風呂!「みかん」)
4月	4/4 (土)	13:00~	石和健康ランド子どもの日(毎月第1土曜日・お子様のみ入館料半額)
	4/5 (日)	13:00~	ゲームコーナーイベント
	4/12 (日)	15:00~	無料ビンゴ大会
	4/19 (日)	15:00~	プールで宝探し(3歳~小学生のお子様対象)
	4/26 (日)	14:00~	月例カラオケ大会【出場は予約制】
		14:00~	風呂の日(1日限りの特別風呂!「コーヒ」)
5月	5/2 (土)	13:00~	石和健康ランド子どもの日(毎月第1土曜日・お子様のみ入館料半額)
	5/5 (火)	13:00~	子どもの日イベント(3歳~小学生のお子様にお菓子のプレゼント!)
	5/10 (日)	13:00~	ゲームコーナーイベント
	5/17 (日)	15:00~	無料ビンゴ大会
	5/24 (日)	14:00~	月例カラオケ大会【出場は予約制】
	5/26 (火)	14:00~	風呂の日(1日限りの特別風呂!「葛湯」)
	5/31 (日)	15:00~	プールで宝探し(3歳~小学生のお子様対象)

※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もございます。ご了承下さい。

★毎月第2日曜日は、

「信州健康ランドの日」

★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!!

3/ 1 (日)	14:00～ 大人ビンゴ大会
3/ 8 (日)	14:00～ 信州健康ランドの日
3/11 (水)	19:00～ フラダンス教室
3/14 (土)	ホワイトデーイベント
	子供イベント「クイズ冒険王」
3/15 (日)	14:00～ 月例カラオケ大会
3/22 (日)	14:00～ 子供ビンゴ大会
3/24 (火)	19:00～ 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」
4/ 5 (日)	14:00～ 大人ビンゴ大会
4/ 8 (水)	19:00～ フラダンス教室
4/11 (土)	子供イベント「クイズ冒険王」
4/12 (日)	14:00～ 信州健康ランドの日
4/19 (日)	14:00～ 月例カラオケ大会
4/26 (日)	14:00～ 子供ビンゴ大会
4/28 (火)	19:00～ 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」
5/ 3 (日)	14:00～ 大人ビンゴ大会
5/ 9 (土)	子供イベント「クイズ冒険王」
5/10 (日)	14:00～ 信州健康ランドの日
5/13 (水)	19:00～ フラダンス教室
5/17 (日)	14:00～ 月例カラオケ大会
5/24 (日)	14:00～ 子供ビンゴ大会
5/26 (火)	19:00～ 無料の「ストレッチ&ヨガ教室」

3月

4月

5月

信州健康ランドイベント日程

※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。

西宮丸から
シラスを直送

主な取扱商品
・生シラス・煮詰シラス
・ちりめんほし
・ちりめんさんしよ
・他水産加工品

自社製造許可番号 第37390695号 ご注文TELまたはFAXでお問い合わせ下さい。
ミネラル豊富な駿河湾深層水50%以上を使って煮詰めた
興津産の新鮮なシラスを漁師から直接お届けします。

*添加物等は使用していませんのでお早めにお召し上がり下さい。
*すぐに召し上げられない場合は早めの冷凍をお勧めします。
*冷凍保存したものは1カ月以内に召し上げて下さい。
*解凍は冷蔵庫内で自然解凍して下さい。(8時間~5日)

直売所
興津第2埠頭
交差点
TEL-FAX
054-369-5310

〒424-0212 静岡市清水区八木間町594-8
TEL-FAX
054-369-4715
西宮丸 薩川一義
URL <http://www4.tokai.or.jp/nisimiyamaru>

創業以来250有余年。駿河城への米穀御用商人からスタートした濱村屋は、多くの食材卸先と食品メーカー・大手商社を結ぶ「味の演出家」として15,000アイテム以上の食材・食品を扱っています。調味料、乾物、冷凍食品などをはじめとし、業務用、家庭用食材などすべての領域で濱村屋は、お客様のあらゆるニーズにお応えします。

酒類・冷凍食品・業務用食材卸

株式会社 **濱村屋**

本社 〒420-0922 静岡市葵区通達センター5番8号
TEL (054)263-2241(代) FAX (054)263-2245

浜松営業所 〒435-0006 浜松市東区下石田町1042-1
TEL (053)421-0130(代) FAX (053)423-0017

沼津営業所 〒410-0872 沼津市小坂町42-1
TEL (055)922-3360(代) FAX (055)922-3757

吉田営業所 〒421-0304 静岡市吉田町神戸681-1
TEL (0548)32-8500(代) FAX (0548)32-8503

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のお持ち込みは、
全てご遠慮頂いております。

★エレベータ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、更衣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

▶当湯つくり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・杉山・竹島・中村

お客様に安心を
お届け致します

AED 設置店