

# 多彩なメニューと くつろぎのひととき



①



②



③



④

①シャトルバスと歩行湯がある大浴場 ②自慢の露天風呂  
③百十畳の大広間 ④くつろぎの交流話室

入浴・休憩  
和み集い

地域の健康・活力・笑顔がここにありま

## 専用個室のご案内

- 各種会合 集う場所には「笑顔」が溢れる
- 町内会
- 会議・研修会 15畳 2部屋
- ご家族・ご親戚で 18畳 2部屋
- 各種クラブ活動 など…



・専用和室(全4室)



### 研修室

最大 {  
イス・机有り 50～60名  
イスのみ 100名  
(プロジェクター・DVDデッキ・音響設備の無料貸出有)

注：営利を目的とする借用は、お断りさせていただく場合がございます。

## 味処(あじどころ)

- 自慢の味と多彩なメニューでお待ちしております。
- 各種ご宴会料理も承っております。
- 個室専用「健康の駅弁当」は人気の一品です。
- アルコール類も取り扱っております。

特製！健康の駅弁当！



※ お弁当は、貸室利用時の専用メニューとなります。



- 【営業時間】 午前9時～午後5時まで(夜間利用時は午後9時まで営業)
- 【入浴時間】 午前10時30分～午後3時30分まで
- 【休館日】 毎週水曜日(年末年始は別途定めます)
- 【カラオケ】 毎週火・木・土曜日

### ●入館料一覧表

1日利用料金		高齢者 (65歳以上)	一般	高校生	中学生 小学生	障害者 介助者
1人1日又は 1回につき	個人	200	350	300	200	200
	団体	160	280	240	160	160
回数券	5枚	900				
	15枚	2,700				
	25枚	4,500				

貸室利用料金	午前	午後	夜間
	午前9時から 正午まで	午後1時から 午後5時まで	午後6時から 午後9時まで
和室1部屋につき一律	1,400	1,800	1,800
和室2室(30・36畳)	2,800	3,600	3,600
研修室	1,400	1,800	1,800
交流話室			3,600
大広間			10,900

### ～各種行事・学習教室～



多彩な行事を開催しております。また、学習講座として誰でも楽しく参加いただけるクラブ活動を開講しております。ご興味のある方は、お気軽にスタッフまでお申し付けください。

※行事・クラブ内容によっては、変更される場合がございますので予めご了承ください。

## しなの健康倶楽部 ～ 中高年のための健康増進教室 ～ 随時会員募集中！

- ① 3ヶ月で、4.7歳の若返り！！  
(しなの健康倶楽部2期生の体力年齢の平均)
- ② 筑波大学の研究成果に基づいた中高年を対象とした健康増進・寝たきりにならないための運動教室です。
- ③ 個別メニューによる筋カトレニングとエアロバイク・ウォーキングで無理なく楽しく体力づくりができます。

〔料金〕

月4,000円	1ヶ月目～3ヶ月目
月3,000円	4ヶ月目～

※月会費は、3ヶ月ごとの納入になります。  
※別途、入会諸費用が必要になります。

●しなの健康倶楽部へのお問合せは、(0258-35-3277)まで、お気軽にお電話ください。



【E-mail shinano-kenkoh@kobushien.com】