

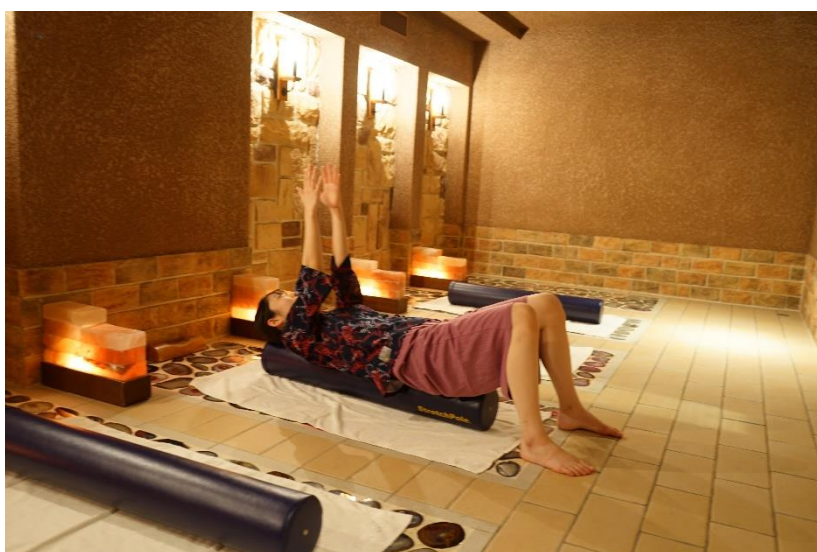
2023年12月22日

各 位

 株式会社ミツウロコスポーツ

横浜市内初!! 「横浜天然温泉 SPA EAS」厚生労働省認定 温泉を利用した健康増進プログラムスタート!

当社が運営するリラクゼーション施設「横浜天然温泉 SPA EAS」は、2023年11月29日、厚生労働省により「温泉利用プログラム型健康増進施設」に認定されました。医師監修のもと、温泉入浴と独自の運動プログラムによる健康増進をご提案いたします。当該認定は、横浜市内で初となります。



横浜天然温泉SPA EASでは、温泉入浴に、(a)岩盤浴で行うストレッチポールや、(b)ボウリングといった独自の運動プログラムを掛け合わせた健康づくりを提案しています。レッスンは安全かつ誰でも運動ができる内容となっています。

また、温泉入浴では、横浜天然温泉SPA EASの温泉入浴指導員がお悩みに合わせた効果的な入浴方法などをサポートしています。

これらの取り組みにより、この度厚生労働省より「温泉利用プログラム型健康増進施設」として認定されました。

日々の疲労回復やリフレッシュだけではなく、健康増進を目的とした施設としてぜひご利用ください。

■プログラムメニュー

料金：3,700円（消費税・入湯税込み）

館内着・タオルなどすべて料金に含まれます。ボウリングを選択の場合、貸し靴代も含まれます。

事前予約制（日程はHPに掲載いたします）

(a)岩盤浴ストレッチポールプログラム（約30分）

内容：岩盤浴ストレッチポールレッスン、入浴（温泉、炭酸泉、アトラクションバス）、サウナ、外気浴など約40度の岩盤浴内で、ゆるやかに体のゆがみを整えリセットし、腰痛・首コリ・膝痛を緩和・

予防することを目的とした人気の高いストレッチです。

※「ストレッチポール」とは細長い円形状の健康器具。

上に寝てエクササイズやストレッチを行うことで、関節を緩め、全身の緊張がほぐれますので、初めての方も安心してご参加いただけます。

(b)ボウリングプログラム（2ゲーム。標準プレー時間約30分 ※1レーン1名での目安）

内容：ボウリングカリキュラム（準備体操、ボウリング 2 ゲーム）※同ビル8階にある「ハマボール」にて実施、入浴（温泉、炭酸泉、アトラクションバス）、サウナ、外気浴等

心臓への負担が少なく、有酸素運動であるボウリングは、身体だけではなく心にも良い効果をもたらしてくれます。

ピンが倒れる音を聞く、全身運動における投げる動作、スコアを競い合うことは脳神経にとっても良い刺激になるそうです。

■温泉利用プログラム型健康増進施設とは

厚生労働省では、国民の健康づくりを推進する上で適切な内容の施設を認定しその普及を図るため「健康増進施設認定規程」を策定し、大臣認定を行っています。

その中で、温泉利用を中心とした健康増進のための温泉利用プログラムを有し、安全かつ適切に行うことのできる施設を「温泉利用プログラム型健康増進施設」として認定しています。横浜市内では横浜天然温泉SPA EASが初めての認定施設となります。

ミツウロコグループは、これからも「豊かなくらしのにないて」として、地域の皆様の健康増進の一助として貢献してまいります。

【予約方法】

お電話にてご予約承っております。

045-290-2080

【横浜天然温泉SPA EASホームページ】



<https://spa-eas.com/>

【館内混雑状況確認ページ】

ご来館前にぜひ混雑状況をご確認ください。

<https://onsen.nifty.com/yokohama-onsen/onsen008577/#congestionInfo>

【本件に関するお問合せ】

TEL：045-290-2080

担当：菊池、原

※掲載内容は予告なく変更となる場合がございます。予めご了承ください。

以上

お問合せ先

株式会社ミツウロコスポーツ

担当者：菊池、原

電話 045-290-2080