しおりの豆知識

寒い季節は、乾燥する時期でもあります。大切なお肌を守るお風呂での対策方法とは？

お肌の潤いを保って、肌のバリア機能を高めましょう。

私たちの肌は、肌表面にある0.02mmほどの角質層が「バリア機能」として正常に働くことで、紫外線やウイルスから守ってくれています。そんな大切な角質層を保っているのが、脂質や水分などの潤い成分。この肌の潤い成分は皮膚の新陳代謝（肌のターンオーバー）の過程で作られます。皮膚の新陳代謝を整えるためには、肌を乾燥させないことが大切です。しおりの「ナノ水」はお肌によく浸透し、入浴後は化粧水をつけたあとのような肌触りに。お気に入りのお風呂やサウナで、お肌に潤いを持たせて、冬の季節を乗り切りましょう。

お風呂で出来る乾燥対策



保湿成分の高いしおりの「ナノ水」は、特に「高濃度炭酸泉」との相性が抜群です。細かい分子の炭酸ガスが含まれたお湯が、お肌への浸透率を高めてくれます。



体を洗うときは強い力で擦り過ぎないように、綿などの柔らかいタオルで肌をなでるように優しく洗います。**タオルを使わず、**良く泡立てて手でなでるように洗ってもOK!

普段の生活習慣で出来る乾燥対策



汗をかかない生活を続けていると、皮膚のバリア機能が低下して乾燥肌になりやすくなります。入浴やサウナ、適度な運動などで汗をかく習慣を身につけることが重要です。



食事から摂る栄養も、肌の状態に大きな影響を及ぼします。膳処 花の木では様々なお料理をご用意しています。多種の食材をバランスよく食べて、身体の中から乾燥対策を!

癒し処 Pick up content



カットサロン 髪工芸

カット、お顔そり、ヘアカラーやヘッドスパなど必要なメニューのみをお選びいただける分割料金システムです。中でも「女性のお顔そり」はお化粧ののりがあきらかに変わる人気メニューです。土日限定「親子カット」もおすすめです。お風呂の前後にお気軽にお声掛けください！



Q 理容室って男性のイメージ…女性が行っていいのかしら?

半個室もあるので女性のシェービングエステも安心!

A 男女問わず、どなたでもお気軽にご利用いただけます。女性にこそ体験していただきたいビューティーメニューもありますので、エステに行く感覚で、ぜひお試しください!





大人カット 1,850円（約30分）

お任せください♪



カットのみいたします。
美容室に行くような感覚でお越しください。

体験レポート お風呂に入るし、「シャンプーやブローは不要かな…」と思っていたら、カットのみを締めるということで、初めて利用してみました。理容室は行ったことがなく、髪型の伝え方が不安でしたが、美容室のように写真で伝えたら、満足の仕上がりでした！ 女性スタッフがたくさんいますし、他に女性のお客様もいたので、居心地が良かったです。

炭酸泉頭皮クレンジング 2,300円（約30分）



炭酸ガスを多く含むシャワーで汚れを取り、キューティクルを引き締めつつ頭皮の血行を促します。

体験レポート 炭酸泉を使った頭皮クレンジングは、マッサージによるもみほぐしがとても気持ち良く、だんだん血の巡りが改善されているのが実感できました。また、トリートメント無しなのに、ブロー後はさらさら・つやつやの仕上がり！炭酸泉はキューティクルを引き締めるので、トリートメントしたような効果が期待できるそうです。肩こりが解消されたみたいに頭がスッキリしました！頭皮の汚れも取れますよ！

季節のお顔そり 2,850円（約30分）

30日に1回がおすすめ

シーズンごとに変化するお肌へのダメージに合わせたお顔そりです。

体験レポート 温かい泡で優しい剃り心地…。乾燥対策で保湿効果の高いパックをしてくれました。角質とりも体験、ザラザラの肌がゆで卵みたいにツルツル！つっぱらないし、顔色も明るくなり、リフトアップ効果も感じました。

スペシャルシェービングエステ（60分）

顔と背中とデコルテを剃りました。ゴッソリ取れてびっくり…。背中開きの服やアップの髪型を楽しみたいときにとても良いです！一人用の空間でポンチョに着替えて受けるので、周りを気にせず安心ですよ！

癒し処の通常メニュー＆季節限定メニューはHPでチェック！ 詳細は右記QRコードからご覧ください

癒し処メニュー

ほぐし處 共通TEL 053-476-1131

■ マッサージ・鍼・お灸 ■ 中国式 フットケア
■ ボディケア ■ 体幹ストレッチ

平　日 AM10:00～AM0:00（最終受付PM11:30）
土日祝 AM9:00（受付開始AM8:30）～AM0:00（最終受付PM11:30）



■ バリニーズオイルセラピー ■ 筋膜リリースセラピー
■ タイ古式セラピー

平　日 AM10:00～AM0:00（最終受付PM11:00）
土日祝 AM9:00（受付開始AM8:30）～AM0:00（最終受付PM11:00）



あかすりエステ TEL 053-525-7788

全日 AM10:00～PM11:00（最終受付PM11:00）



エステ MAX SLIM TEL 053-525-7788

全日 AM10:00～PM10:00（最終受付PM9:00）



カットサロン 髪工芸 TEL 053-476-2110

平日 AM10:00～PM9:00 ／土日祝 AM 9:00～PM9:00
（最終受付PM8:40 ※パーマ・カラーPM7:30）
※チケットご購入前に髪工芸の受付にてご予約ください。（ご予約優先）



※施術のみのご利用もできます。（入浴・食事など館内のご利用は別途入館料が必要です）あかすりエステは入館料が必要となります。 ※施術の効果には個人差がございますのでご了承ください。

しおり・ロイヤルセット 平日と土曜日がとってもお得!!

詳しくはQRコードよりHPをご覧ください→

月曜日～金曜日〈10～14時受付〉／土曜〈8～14時受付〉

ほし ¥6,500 入館料、お食事・デザート・レンタルタオルセット・リラクゼーションメニューなどがセットになったとってもお得なセットです!

こもれび ¥4,500 **はな ¥3,500**

月曜日～金曜日〈10～21時受付〉／土曜〈8～14時受付〉

カジュアルセット ¥1,800 タオル等が付かないシンプルな人気プラン!

しおりdeお結び会 4人以上でご利用可能 **¥1,800**

1日お2人様限定のラグジュアリーなプラン

プレミアムプラン ¥12,500

月曜日～金曜日〈10～14時受付〉
土曜日〈8～14時受付〉



- 特別室をプライベート空間としてご利用できます。（時間制限無し）
- 特別室のアメニティは、お好きなだけお使いいただけます。
- レンタルタオル、レンタル館内着は何枚でもお使いいただけます。



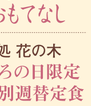
《嬉しい》をプレゼント! しおりのギフト

- 回数券、ご招待券をはじめ、癒し処ギフト券各種やロイヤルセットをご用意しています。
- 大切なあの人に贈ってみませんか?

※膳処 花の木、癒し処の季節メニュー、指名料は除外となります。また、オプション等、一部除外のメニューがあります。
※日・祝日（GW、お盆、年末年始　等）は全てのロイヤルセットがお休みとなります。
※ご予約は出来ません。ご利用のお客様は直接、受付にお越しください。
※途中でのコース変更およびキャンセルはできません。
※チケットは全て当日のみ有効となります。
※各セットの詳細、その他のセットは館内案内、HP、パンフレットをご覧ください。

毎月25日 26日 “ふろの日”のおもてなし

10回券を7,000円で販売! 有効期限なし



膳処 花の木 ふろの日限定 特別週替定食

遠赤外線サウナ/アロマロウリュ
高濃度炭酸泉/木酢液
女湯限定 ぬる湯/ハーブボール
浴室/こめかアロエオシオ



より詳しい情報は、WEBサイトをご覧ください。
www.yufukeishiori.com

緑のなか、ぬくもる 湯風景しおり

［入館料］ 大人（中学生～）800円
全ての お客様に 入館料が必要となります。 小人（3才～小学6年生まで）400円
幼児（0～2才まで） 100円

・館内のご利用は全て現金のみとなっております。
・あかすり以外の癒し処は入館料なしでもご利用いただけます。
・お食事のみのご利用も入館料が必要となります。
・レンタルタオルセット・レンタル館内着（有料）もご用意しております。
・シャンプー、リンス、ボディソープのみ備え付けもご用意しております。

［営業時間］ 年中無休
平日 AM10:00−AM0:00
土・日・祝日 AM8:00−AM0:00
入館最終受付 PM11:00

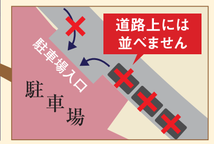
設備点検のため、年間数日お休みさせていただく事がございます。

浜松市中央区高林1-13-13 TEL 053−478−2626
表示価格は全て税込みとなっております。



駐車場のご利用について

土日祝日は駐車場の混雑が予想されます。満車時は並んでお待ちいただくことが出来ません。また、住吉バイパス（坂上からの右折）からの入場はご遠慮いただいております。尚、第2駐車場の出入口は閉鎖しております。第1駐車場のスロープからご利用ください。



バスのご案内 浜松駅北側バスターミナル「13番のりば」「14番のりば」より「常楽寺」バス停下車、徒歩約5分。バス停より北側に渡り左折し坂道を上がって最初の角を右折してください。

SNSで旬な情報をお届けします! LINE Instagram

FreeWi-Fi 詳しくは館内ポスターをご覧ください。

! 暴力団関係者、刺青・タトゥー・タトゥーシール・ボディペイントの入っている方、泥酔の方、伝染病や感染の恐れのある皮膚病疾患にかかっている方、他のお客様にご迷惑になる行為をされた場合や、不快な印象を与えると判断した場合、入館はお断りいたします。／日常的におむつをされている方、生理中の方のご入浴はご遠慮いただいております。／飲食物のお持ち込みは、保健所の指導により一切ご遠慮いただいております。／全館禁煙となっておりますので、喫煙は所定の喫煙所をご利用ください。／当館での盗難及び事故等は、一切責任を負いかねますので予めご了承ください。／小学生以上、または身長120cm以上のお子様の混浴はお断りいたします。／館内でのカメラ等による写真撮影はご遠慮ください。

緑のなか、ぬくもる 湯風景しおり

thanks 19th





19周年の感謝を込めて

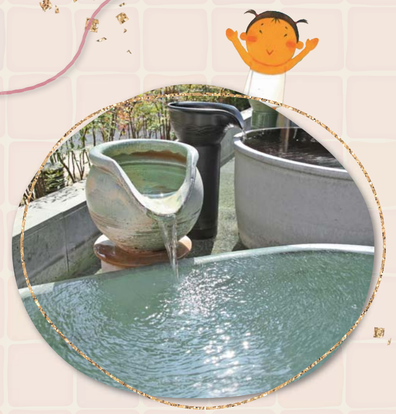








しおりは開湯から19周年を迎えました。
これからも気持ちのいいお風呂と
様々なイベントで皆様をお迎えします。



湯風景しおりは、来年20周年を迎えます。

SNSで旬な情報をお届けします!

しおり公式 LINE

しおり公式 Instagram

ほぐし處公式 LINE

あかすり&エステ公式 LINE

しおりの公式HPにも情報がたくさん! QRコードからアクセス→

www.yufukeishiori.com

2024年 冬・春 瓦版〈第75号〉

お風呂





シュワシュワのお湯で
心も身体も気分爽快！

高濃度炭酸泉

別名「ラムネ湯」とも呼ばれる高濃度炭酸泉は、シュワシュワとしたお湯が特徴で、ドイツなど東欧では、古くから身近な療養や美容の手段として使われてきました。身体の芯から温まり、一般浴より高い血流促進効果が期待できます。基礎代謝が上がることで免疫力がアップし、この時期につらい花粉症や風邪の予防にもつながります。

しおりの高濃度炭酸泉は1200ppm
（水分1リットル中に1,200mgの炭酸ガスが含まれています）



効果・効能｜心臓病／高血圧／動脈硬化／糖尿病／冷え症／関節痛／筋肉痛／肩こり／腰痛／身体の痛み／美肌効果／デトックス効果 等

25日26日は木酢液または生薬入り

【木酢液とは】木炭を作るときに生じる水蒸気を水滴にして採取し、濾過精製したものです。高純度に蒸留精製された木酢液に含まれる酢酸や、有機物には次のような効果・効能があります。

効果・効能｜湯冷めしにくい／お肌ツルツル、しっとり／アロマ作用／殺菌／消臭

檜風呂

おしおり温泉

世界の名湯 オーストリア編　1月16日(火)スタート

バーデン・バイ・ウィーン

ベートーヴェンも愛したと言われているオーストリアの「バーデン・バイ・ウィーン」をイメージしました。古代ローマ時代から「パンノニアの水」として知られた硫黄泉は、オーストリアの三大名湯であり、リウマチなどの治療に効果があるといわれています。



檜の湯船で名湯めぐり
お風呂に入って旅気分

しおり温泉は、人工的に温泉を再現しております。
①季節によって、様々な温泉をお楽しみいただけます。
②温泉成分は一定に保たれています。
③成分は、温泉の分析により開発され、厚生労働省承認の医薬部外品です。
④お湯の衛生管理がしっかりされています。



その他効果・効能
神経痛／筋肉痛／関節痛／五十肩／運動麻痺／うちみ／関節のこわばり／くじき／慢性消化器病／痔疾／冷え症／病後回復期／疲労回復／健康増進



女湯限定

美泡風呂

信楽焼きの特殊な陶板に、大量の酸素を送り込んで生まれる泡を楽しめるお風呂です。毛穴の汚れが落ち、新陳代謝UPで細胞を活性化させます。マイナスイオンが多く発生しているので、副交感神経が優位になりリラックス!



男湯限定

炭酸寝ころび湯

人気の炭酸泉に、寝ころんで入れる贅沢なお風呂です。炭酸泉の本場、ドイツなど東欧では「心臓の湯」と呼ばれ、心臓病や高血圧などの治療にも利用されています。

25日26日は木酢液または生薬入り

自慢のお風呂で湯めぐりを



女湯限定

うたた寝の湯

癒しの「トルマリン」と、ミネラル豊富な「麦飯石」を使用。



替湯

季節に合わせて、様々な色や香りのお湯をお楽しみいただけます。



シルクイン

3ミクロン程度の細泡が毛穴の汚れを吸着。スベスベお肌に！

その他のお風呂はHPからご覧いただけます。

サウナ

しおりは全館極上ナノ水！

ここがスゴイ！ナノ水パワー

身体の芯からぽっかぽか	きめ細やかな水で美肌効果も
お肌への浸透率が高く、	分子の振動によるきめ細やかな水なので、
保温・保湿効果が抜群なため	お肌によく浸透します。入浴後は
芯から身体があたたまります。	化粧水をつけた後のような肌触りに。

- ☑ 肌に浸透美肌効果
- ☑ 保温効果で湯冷めしにくい
- ☑ 保湿効果でお肌しっとり
- ☑ 殺菌・消臭
- ☑ 髪もうるおいサラサラに
- ☑ 料理も美味しく



ナノ水とは、ナノレベルの波長で、水分子が振動した水のこと。（※ナノ＝ミクロよりも小さい、1メートルの10億分の1の世界。）



ロウリュ塩サウナ

オートロウリュ開催時間

体にのせた塩の成分が汗腺から浸透していき、新陳代謝が活発になります。肌荒れ、冷え症、不眠、ストレス解消、アンチエイジング等の効果が期待できます。さらに、オートロウリュでナノ水を含んだ熱風を浴びることで、発汗を一気に促します。



漢方薬草サウナ

軟水×ナノ水

顔を出して入れる、一人専用の箱蒸し風呂もあります。

漢方薬草が溶け込む優しいミストは、花粉症などでつらい鼻や喉の呼吸器系の改善にも効果があると言われています。約45℃の低温で苦しくなく、サウナが苦手な方にもおすすめです。



遠赤外線サウナ

自動ロウリュ開催時間

発汗によって新陳代謝が活性化され、デトックス効果やアンチエイジング効果があると言われています。また、運動後のような適度な疲労感で安眠効果も期待できます。定時開催の自動ロウリュも人気です。

※遠赤外線とは、3～1,000ミクロンの波長の事で、人体にとても有益な波長です。

も～っと!ととのう?! サウナの「サ」法

基本的な入り方や、マナーをご紹介。あくまで目安ですので、くれぐれも無理は禁物です!

❶ 体を洗う
浴槽に入るときと同じように、体と髪を洗います。洗い終わったら体を拭いておきます。

❷ サウナに入る
5～12分程入ります。座る場所にサウナマットを敷くとスマートです。
! サウナストーンに水や塩をかけないでください

❸ シャワー&水風呂に入る
シャワーで汗を流してから水風呂へ。掛け湯をしてゆっくり入ります。（30秒～1分程度）

❹ 外気浴（休憩）をする
ベンチや、野天風呂のととのいスペースで休憩します。水分補給も忘れずに。

慣れてきたら❷～❹を繰り返します。

※効果・効能には個人差がございますのでご了承ください。

お食事



夢の夢ポークと湯葉のみぞれ鍋（うどん入り）¥980
柚子の香る醤油ベースのスープです



タラとカニ団子のピリ辛チーズチゲ鍋（ラーメン入り）¥980
味噌とチーズでコクのあるマイルドな辛さです

辛

あったか鍋&蒸籠



地養鶏鍋 ¥980



地養鶏と旬野菜のせいろ蒸し ¥950

Smoked duck SALAD



合鴨スモークとベリーのサラダ（紅ほっぺ苺とブルーベリードレッシング付き）¥680
地元浜松ガリバーフーズのドレッシングを使ったデザート感覚のサラダです

Truffle SOUP



トリュフ香るしめじと玉ねぎのスープ ¥400
玉ねぎたっぷりのオニオンスープに相性の良い白トリュフオイルで香り付けしました

季節の＼New／メニュー

数量限定 1月16日～4月中旬



辛

鶏と刻みとろろわさび丼 ¥880
鶏肉ととろろ芋に伊豆の刻み茎わさびをトッピングしました



あんかけ中華丼 ¥950



おでん種盛り ¥650

季節のメニュー



ブリ大根 ¥880



ラドラー レモンビール ¥800

檜風呂 しおり温泉 コラボ企画第29弾 しおり流ご当地グルメ オーストリア編

ミートパテと目玉焼きのせ温野菜（ナッツドレッシング付き）¥880
オーストリアの山岳地帯で良く食べられるサラダをイメージしました

ローストポークスパイス仕立て ¥680
柔らかく低温で焼き上げた豚肉にスパイシーなソースを合わせました



広東麺 ¥980



梅とろろうどん・そば（温）各¥850

彩り野菜入りビーフボトフ ¥550
ビーフブイヨンで牛筋を煮込んだスープです



食後のデザートもオーストリアづくし♪

ウインナーコーヒー ¥400
オーストリア発祥と言われているクリームたっぷりのコーヒーです

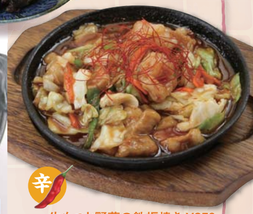


チョコレートケーキ 生クリーム添え ¥480
なめらかな濃厚チョコレートが生クリームとよく合うザッハトルテ風ケーキです

フグの唐揚げ ¥850
旬のフグを唐揚げでどうぞ
フグ：タウリン



豚タン炭焼き ¥730
豚タンを炭火で柔らかく焼き上げました
豚タン：ビタミンB1



牛もつと野菜の鉄板焼き ¥850
牛もつ：ビタミンB1

しおりめし サウナ飯 疲労回復！ととのうメニュー



いわしつみれと菜の花の天ぷら ¥630
生姜を効かせたいわしつみれと旬の菜の花の天ぷらです



夢の夢ポークのサムギョプサル陶板（サンチュ付き）¥780
サンチュで巻いてお好みで辛みそを付けてどうぞ



ササミチーズフライ ¥300

揚げたてあんドーナツ ¥300



浜松餃子コロッケ ¥200

Drink & Delica ＝ドリンク&デリカ＝



ソーセージとチーズポテトのサラダ ¥350



白身フライタルタルサンド ¥500



ふんわりかき氷 各¥400（梅／いちご／ブルーハワイ／みぞれ）

アイス 各¥330（りんご／イチゴソルベ／キャラメルバニラ／ブルーベリーチーズケーキ）



クラフトチューハイ 各¥600（三ヶ日みかん／浜松ルビーグレープフルーツ）



梅酒（ロック・ソーダ割り）各¥430
静岡 花の舞「蔵元純米梅酒」
北海道「銀高譚の梅酒」
和歌山 紀州「緑茶梅酒」



地元森町の次郎柿を使ったすっきりとした甘さのフルーツワイン

次郎柿ワイン（グラスでの提供となります。）¥600

膳処 花の木

平日／AM11:00―PM11:00
土日祝／AM10:00―PM11:00
〈最終受付 全日PM11:00〉

セルフサービス方式となっております。／お食事のみのご利用も入館料が必要となります。／写真は全てイメージです。
飲食物のお持ち込みはご遠慮ください。／予告なく営業時間の変更がある場合があります。

その他のメニューはコチラ！