

膳処 花の木 季節のNewメニュー

数量限定 1月14日～4月中旬

2種のソースで食べる タイスキ鍋 (ラーメン入り) ¥980
 スイートチリとグリーンカレー 2種のソースで味わう

追いつくチー ¥100

グリルチキンと 春雨のタイ風サラダ (完熟トマトドレッシング付き) ¥780

本格スープの トムヤムクン ¥580

野菜たっぷり ガバオライス ¥1,000
 日本でも人気の ガバオライスを 野菜たっぷりに 仕上げました

鍋物 しょうり温泉 コラボ企画第33弾 しょうり流ご当地グルメ タイ編
 ※タイコラボ商品は全品パウチ抜きも出来ます。

こだわりの静岡県 地産地消

夢の夢ポークとフグの 柚子塩鍋(うどん入り) ¥980
 夢の夢ポークと 旬のフグを柚子を 効かせたスープで

地養鶏鍋 ¥980 **地養鶏と旬野菜の せいろ蒸し ¥980**

貝だくさん!

ゴロっと海鮮サラダ (レモン&ハニードレッシング付き) ¥980
 地元ガリハーブの レモン&ハニードレッシングを 使いました

地養鶏とコボウの クリームスープ ¥550
 自慢の地養鶏をコボウと 合わせてみました

広島県産カキと うなぎ芋焼き芋の天ぷら ¥980
 浜松産うなぎ芋を 1度焼き芋にして 甘味を引き立てました

鶏と彩り野菜の黒酢あんかけ ¥1,000

ホタテとじゃが芋の明太チーズ焼き陶板 ¥980

ポップコーンシュリンプと オニオンリングフライ ¥880

八丁味噌ハタラーメン ¥980
 三河カクキューの八丁味噌のスープです

鴨南蛮そば ¥1,000

サンラータン麺 ¥980

サバの味噌煮 ¥650

おでん7種盛り ¥650

カキフライ 定食 ¥1,250 単品 ¥1,050

牛もつと野菜の 鉄板焼き ¥850

クラフトチューハイ 各¥600 (ミケ日みかん 浜松ルビー グレープフルーツ)

ヴァリアリア ノンアルコール レモンビール ¥500

梅酒(ロック/ソーダ割り)

Drink & Delica

揚げたてあんどうナッツ ¥300

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 (イチゴショートケーキ/チョコミント/黒ゴマ/キウイフルーツ/柑橘ミックス)

ササミチーズフライ ¥300

浜松餃子 コロケ ¥200

白玉おしるこ ¥300

コロッとフランクと ポテトのサラダ ¥350

プリプリ海老カツ サンド ¥500

カキフライ 定食 ¥1,250 単品 ¥1,050

牛もつと野菜の 鉄板焼き ¥850

クラフトチューハイ 各¥600 (ミケ日みかん 浜松ルビー グレープフルーツ)

ヴァリアリア ノンアルコール レモンビール ¥500

梅酒(ロック/ソーダ割り)

静岡 花の舞「蔵元純米梅酒」¥480
静岡 浜松「みかん梅酒」¥650
和歌山 紀州「緑茶梅酒」¥480

セルフサービス方式となっております。お食事のみ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。/ 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!

緑のなか、ぬくもる 湯風景しおり

20th Anniversary

これからも愛される湯処として、お客様と共に —

湯風景しおりは、今年20周年を迎えることができました。
 これもひとえに、ご来館いただきました
 皆様の支えがあったからこそと、深く感謝しております。
 これからも「本に挟むしおり」のように、ほっと一息つける癒しの湯処として、
 お客様をお迎えしていきます。



毎月 25日 26日 “ふろの日”のおもてなし

10回券を 8,000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

ぬる湯/ハーブボール 浴室/ごぬかアロエシオ

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～)900円
 全ての入館料は、入館料のみです。/ 幼児(0～2才まで) 100円

・あかすり以外の施設は入館料でもご利用いただけます。
 ・お食事のみ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をご用意しております。

【営業時間】 年中無休
 平日 AM10:00～AM0:00 設備点検のため、年間数日お休みさせていただきます。
 土・日・祝日 AM8:00～AM0:00 入館最終受付 PM11:00

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。

周辺拡大図

少林禅寺入口 第1駐車場入口 駐車場 鎌倉バスター

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」バス下車、徒歩約5分。バス停より北側に渡り左折し坂道を上って最初の角を右折してください。

道路上には 並べません

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。

SNSで旬な情報をお届けします!

しおり公式 LINE Instagram

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

自慢のお風呂で、心も身体もゆったり温まる。

特徴の違う3種のサウナは、ととのい方も多種多様。



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。身体の内から温まり、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によって免疫力がアップし、この時期に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葉入り
【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
湯冷めにくい/
お肌ツルツル、しっとりアロマ作用/
殺菌/消臭

きつと見つかる、お気に入りのお風呂



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むお風呂です。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葉入り

しおりは全館極上ナノ水!
ここがスゴイ! ナノ水パワー
身体の内からぽかぽか
お肌への浸透率が高く、保温・保湿効果が抜群なため芯から身体があたまります。

※効果・効能には個人差がございますのでご了承ください。



世界の名湯 タイ編
クロントム温泉 1月15日(水)スタート
(塩化物硫酸泉)

タイ南部にある秘境のリゾート地「クラビ」。神秘的な熱帯ジャングルを背景に、温泉が川として流れ、石灰岩でできた棚田のような窪みが湯船として楽しめる地元でも人気のヒーリングスポットです。ほかに香る硫黄とお肌なじみ湯質をイメージしました。



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た、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

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

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

シルクイン
3ミクロン程度の細胞が毛穴の汚れを吸着。スベスベお肌に!



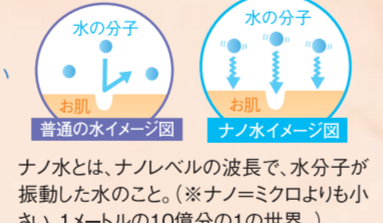
つぼ湯

つぼ湯
信楽焼きと常滑焼き(男性のみ)の大きなつぼを一人占めできる贅沢なお風呂です。

他にもたくさんのお風呂をご用意しています。HPからご覧ください。

きめ細やかな水で美肌効果も
分子の振動によるきめ細やかな水なので、お肌によく浸透します。入浴後は化粧水をつけた後のような肌触りに。

- ✓ 肌に浸透美肌効果
- ✓ 保温効果が湯冷めにくい
- ✓ 保湿効果もお肌しっとり
- ✓ 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

アンチエイジング効果 デトックス効果 美肌効果

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

デトックス効果 花粉症対策 発汗・美肌効果

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されています。約45℃の低温で苦しなく、サウナが苦手な方にもおすすめです。



遠赤外線サウナ

代謝UP 疲労回復 老廃物排出

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されています。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。定時開催のオートロリュも人気です。※遠赤外線は、3~1,000ミクロンの波長の事で、人体にとっても有益な波長です。

も〜っと!とどのう? サウナのサ法

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

- 1 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。
- 2 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。
⑦ サウナストーンに水や塩をかけないでください
- 3 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)
- 4 外気浴(休憩)をする
ベンチや、野天風呂のとのいスペースで休憩します。水分補給も忘れずに。

しおりの知識
冬の気になる乾燥と冷え症。お風呂での対策とは?

冬の2大トラブル対策は、お風呂とサウナで一石二鳥!
寒い冬になると、ついつい暖房やこたつにあたりっぱなしに…。でも実はこれが乾燥の原因のひとつ。お肌からどんどん水分が失われていきます。さらに、寒いからといって動かさない、基礎代謝が落ちて冷え症にもつながります。しおりのお風呂とサウナなら、体を温めながら乾燥対策もできちゃいます。しおりで冬のトラブル対策を始めてみてはいかがでしょうか?

お風呂で出来る乾燥と冷え症対策
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、乾燥対策につながります。
40℃前後のお湯に10~15分間浸かることで体の中まで温まり、血液やリンパの流れが良くなることで代謝が上がります。冷え症の緩和に繋がります。

mini column
自律神経を整えて花粉症予防!
2025年春のスキ花粉は、東海地方では2月上旬頃から飛散開始となる見込みです。(日本気象協会HP・2024年12月5日発表記事より)
花粉症を緩和させるには自律神経のバランスを整えることが重要です。お風呂やサウナでリラックスすることで、副交感神経を優位にし自律神経を整えましょう。

しおり・ロイヤルセット 平日と土曜日がとってもお得!!
月曜日~金曜日(10~14時受付)/土曜(8~14時受付)
ほし ¥7,000
こもれば ¥5,000 はな ¥4,000
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 ¥2,000
しおりdeお結び会 4人以上でご利用可能 ¥2,000

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 ¥13,000
月曜日~金曜日(10~14時受付)/土曜日(8~14時受付)

《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
各種ロイヤルセットをご用意しています。
大切なあなた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。

癒し処 Pick up content

タイ古式セラピーという「痛いんじゃない?」なんてイメージをお持ちの方もいらっしゃるかと思います。無理のない範囲でストレッチするので、施術が進むにつれてリラックスできますよ。

タイ古式セラピー
タイで発祥してから2500年の歴史をもつ、世界で一番気持ちいいと言われるリラクゼーション

Q.タイ古式セラピーの特徴?
A.【二人で行うヨガ】とも形容される様々な形のストレッチは、他のマッサージにはない特徴的な手法です。エネルギーラインである「セン(チャクラともいいます)」を刺激して血行を促し、筋肉の柔軟性を高め心身のバランスを整えます。また、指や手のひらだけではなく、足、ひじ、膝など身体のあらゆる部分を駆使した技法があり、ゆったりとしたリズムで心身を究極のリラックス状態へ導きます。

Q.どんな人にオススメ?
A.お客様の呼吸にあわせ、全身にストレッチと圧迫をスローペースで行っていきます。世界で一番気持ちいいリラクゼーション方法と言われており、心身のバランスを整えます。自律神経の疲れ、体の疲れ、冷えなどで全身がかたくなっている方、運動不足の方などにもオススメです。

体験レポート
タイ古式セラピー 45分 5,100円
※ほかにもたくさんのお客様のご用意しております。
圧迫をされるたび、フカフカのマットにゆっくり身体が沈み込んでいくので、他のマッサージとは一味違う感覚でした。呼吸を合わせたストレッチで、上体を反らしたり、身体をねじったり、固まった筋肉が、ぐ〜っと伸ばされて気持ちよかったです。揉み返しもなく、施術後はぐっすり眠れました。

自律神経の疲れ
女性特有の悩み
冷え症
不眠症

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!
ほぐし処 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)
■ パリニーズオイルセラピー ■ 筋力リリースセラピー
■ 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)
※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)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。

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~PM7:00 / 土日祝 AM 9:00~PM7:00
(最終受付PM7:00 ※バーマ・カラーPM5:30)
※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)