

しおりの知識

真に気をつけたい熱中症、予防の力はお風呂にあり？！

熱中症予防には、こまめな水分補給と普段からしっかり汗をかくことが重要です。

梅雨時期から夏にかけて陥りやすい「熱中症」。こまめに水分補給をすると、かなりの確率で防ぐことができます。また、暑いからといってエアコンの室温を下げ過ぎると、身体の表面の血管や汗腺が収縮して汗が出ず熱がこもってしまう危険があります。汗には皮膚から熱を逃し体温の上昇を抑える働きがあるので、しっかりと汗をかくことが熱中症予防の第一歩と言えます。涼しい室内ばかりではなく、適度な運動やお風呂にゆっくりと浸かることで上手に汗をかく工夫が大事ですね。

お風呂に浸かってしっかり発汗！

夏は暑いからシャワーだけ！と言わずに、ゆっくりと湯船に浸かって汗をかきやすい体に！

湯上がりには水分補給を

お風呂の後は、水分補給も忘れずに！花の木のドリンクでほっと一息しませんか？

Pick up content

こんな方におすすめ！

- 心身ともに疲れている
- ストレスがたまっている
- むくみや冷えが気になる
- 深くリラックスしたい
- 精油の香りで癒されたい

【バリニーズオイルセラピー】

バリ島の王族が受けたとされる伝統的なオイルマッサージで、オイルを使用し血液やリンパの流れにそって全身をほぐすことで、リラックス効果や疲労回復に効果があります。

POINT 1 ゆっくりとした深い圧

バリニーズ最大の特徴である「圧」を用い、その力強さとソフトタッチの絶妙なバランスで筋肉とリンパを刺激し、体の深部のコリ、疲れを和らげます。

POINT 2 エッセンシャルオイルで癒される

いいなと感じる香りは、その時身体にとって1番必要な香りであるといわれます。自分自身を癒すように、香りを選んではいかがですか？

特別室での施術

プライベート空間が保たれた特別室での施術となるので、よりリラックスして施術を受けることができます。

■ バリニーズオイルセラピー 30分 4,550円
■ バリニーズオイルセラピー 60分 7,450円
■ バリニーズオイルセラピー 90分 10,700円

※このほかにもたくさんコースをご用意しております

エッセンシャルオイル

植物から抽出される高濃度の天然香り成分。植物が持つ生命力や特性が凝縮されています。

オイルセラピーでリゾート気分♪

よくある質問

Q. バリニーズオイルセラピーを受ける際は着替えが必要ですか？

A. 必要ありません。こちらで用意した服に着替えて施術を行います。

Q. 男性でもバリニーズオイルセラピーを受けられますか？

A. 男性も受けることができます。血流が良くなり、リラックスできます。ぜひご利用ください。

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

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 AM 9:00 (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)

※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) あかすリ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。

あかすリエステ 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 ※パーマ・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)

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 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 タオル等が付かないシンプル人気プラン!

しおりdeお結び会 ￥2,000 4人以上でご利用可能

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)

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、お好きに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。

特別室「水晶」

《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。

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

しおり

【入館料】 大人 (中学生～) 900円 / 小学生 600円 / 幼児 (0～2才まで) 100円

※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!

※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・レンタル館内着 (有料) もご利用いただけます。

※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 / 土日祝 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きます。ご了承ください。

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

少林禅寺記 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って最初の角を右折してください。

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、住吉ハイバス (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。

道路上には並べません

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。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以上のお客様の混浴はご遠慮いたします。館内でのカメラ等による写真撮影はご遠慮ください。防犯上の理由により、駐車場での車中泊はお断りしています。

SNSにて旬な情報をお届け!

しおり公式 LINE

しおり公式 Instagram

ほぐし処 公式 LINE

あかすり & エステ 公式 LINE

FreeWi-Fi 詳細は館内ポスターをご覧ください。

緑のなか、ぬくもる

湯風景しおり

Renewal 10th

心地よく過ごせる癒しの空間へ

湯風景しおりは、今夏リニューアルから10周年を迎えました。

新緑が薫る野天風呂や、ゆったりとお過ごしいただける休憩スペースなど、心地よい癒しの空間づくりを大切にまいりました。

涼やかな風とともに、日常を忘れるやすらぎの時間をお楽しみください。

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

ほぐし処 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

2025年 夏・秋 瓦版<第81号>

9/30(火)まで
期間限定
開催!

毎年大人気の不感温度風呂は、
身体に負担の少ない優しい温度のお風呂です。

A cartoon illustration of a young boy with dark hair and a wide smile, floating in a pool of yellow water. He is wearing a red swimsuit. The water is depicted with concentric circles around him, suggesting movement. In the background, there are some blue and white shapes that look like bubbles or water splashes.

クスフライ(定食¥1,200・単品¥1,000)に変更