



営業時間 10:00~24:00 電話番号 026-222-1126

▼ まめじま湯のたり苑の毎月開催イベント

熱波の日

男サウナにて熱波師やぎさんによるロウリュイベント開催
開催時間は店内にてお知らせしています

あかすりの日

30分以上のフットサル大会で30分延長サービス
全員の参加者全員に抽選補助券をプレゼント

今月はお休み

ヨガ教室の日

週2回(月・金)の19時より1時間のレッスン
定員7名まで 予約フォームよりご予約下さい

ブルカ3倍の日

ブルーカードポイントが通常7ptのところ
3倍の21pt付与されてお得です!

※内容は都合により変更となる場合がございます。ご了承下さい。

ラクリーネより

エステ脱毛始めました

そのムダ毛、温泉ついでにスッキリと!

「ちょっと気になる」をその場で気軽にケア
温泉・サウナで トノイ ついでにムダ毛も
整えます

やさしい光照射で初めての方も安心です

※お問い合わせは、ラクススタッフまでご連絡下さい

熱波イベント開催日!

6日(金)、12日(木)、19日(木)

22日(日)、26日(木)

上記の日程で高温サウナにて

イベントを開催します

ヨガ教室よりお知らせ

30日(月)のヨガ教室は
お休みとさせていただきます
ご予約の際はご注意ください

※ご予約は専用フォームにて受付ております

6 June イベントカレンダー 2025

SUN

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

1	2 ヨガ教室の日	3 休苑日	4 休苑日	5 抽選補助券 プレゼント!	6 ヨガ教室の日 熱波の日	7
8	9 ヨガ教室の日 ラクスア 体験バ`ト	10	11 ブルカ3倍の日	12 熱波の日	13 ヨガ教室の日	14
15	16 ヨガ教室の日	17 ブルカ3倍の日	18	19 熱波の日	20 ヨガ教室の日	21
22 熱波の日	23 ヨガ教室の日 ラクスア 体験バ`ト	24	25	26 熱波の日 風呂の日	27 ヨガ教室の日	28
29	30	※施設内点検のため、 6/3(火)・6/4(水)は 休苑日とさせていただきます				



営業時間 10:00~24:00 電話番号 026-222-1126

▼まめじま湯のたり苑の毎月開催イベント

熱波の日

男サウナにて熱波師やぎさんによるロウリュイベント開催
開催時間は店内にてお知らせしています

あかすりの日

30分以上の滞在で、
金銭に限りなく抽選補助券をプレゼント

今月はお休み

ヨガ教室の日

週2回(月・金)の19時より1時間のレッスン
定員7名まで 予約フォームよりご予約下さい

ブルカ3倍の日

ブルーカードポイントが通常7ptのところ
3倍の21pt付与されてお得です!

※内容は都合により変更となる場合がございます。ご了承下さい。

お食事処より

サッパリ冷たい麺類登場
お風呂上りにピッタリ!

冷やし中華 850円(税込)

ざるラーメン 830円(税込)



熱波イベント開催日!

3日(木)、10日(木)、12日(土)
17日(木)、24日(木)、31日(木)

上記の日程で高温サウナにて
イベントを開催します

ヨガ教室よりお知らせ

21日(月)のヨガ教室は
お休みとさせていただきます
ご予約の際はご注意ください

※ご予約は専用フォームにて受付ております

7 July イベントカレンダー 2025

SUN

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

		1 ラムネ	2 ブルカ3倍の日	3 熱波の日	4 ヨガ教室の日	5
6	7 ヨガ教室の日	8 抽選補助券 プレゼント!	9	10 熱波の日	11 ヨガ教室の日	12 熱波の日
13	14 ヨガ教室の日 ラクリスケア 体験イベント	15 ブルカ3倍の日	16	17 熱波の日	18 ヨガ教室の日	19
20	21 海の日	22 冷やし中華	23	24 熱波の日	25 ヨガ教室の日	26 風呂の日
27	28 ヨガ教室の日 ラクリスケア 体験イベント	29	30	31 熱波の日		



食浴セット お食事＋入浴＝1,400円「税込」

SHOKUYOKU SET

各曜日限定2種＋から揚げカレーの中から好きなメニューをお選びください

月 Mon



かき揚げ丼
(みそ汁・漬物・小鉢付)

火 Tue



てりマヨ丼
(スース付)

水 Wed



黒酢あん鶏唐揚げ定食
(ご飯・みそ汁・漬物・小鉢付)

木 Thu



和風おろしハンバーグ定食
(ご飯・みそ汁・漬物・小鉢付)

金 Fri



豆腐と野菜のハンバーグ定食
(ご飯・みそ汁・漬物・小鉢付)

or



しょうゆラーメン＋
ミニチャーシュー丼

or



天重
(みそ汁・漬物・小鉢付)

or



あじフライ定食
(ご飯・みそ汁・漬物・小鉢付)

or



ささみチーズフライ定食
(ご飯・みそ汁・漬物・小鉢付)

or



まぐろカツ定食
(ご飯・みそ汁・漬物・小鉢付)

or

※券売機にてチケットをお求めください。
※土日祝を除く平日限定。
※食事内容は変更できません。
※当施設では冷麺・うどん類・そば類は
同じ釜で茹でております。

から揚げカレー



月～金曜まで
毎日選べる！



当苑では国産米を
使用しています。

天然温泉に炭酸ガスを溶け込ませた 天然温泉 + 高濃度炭酸泉

ドイツでは古くから「心臓の湯」と知られ、国内でも人工的に再現した「高濃度人工炭酸泉」は多くの医療機関で重度の血流障害の治療に役立っています。

当店では天然温泉に含ませており、より多くの効果が期待出来ます。

成分・おすすめ

- 成分…遊離炭酸濃度 1000mg / ℓ 以上
- おすすめ…
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、冷え性、
切り傷、やけど、糖尿病、高血圧、アトピー
- 血行促進効果はさら湯の約 4 倍と言われ、
またポア効果による代謝促進が期待できます。

- お肌すべすべ -

炭酸泉はお肌にやさしい弱酸性
アストリンジェント効果でお肌引き締め
女性にうれしい贅沢なお風呂です

おすすめの入浴方法

- 入浴の際は、お湯をかき回さずに静かに
お入りください。
- 10～15 分ほどご入浴ください。
体が赤くなっていませんか？
- 他のお風呂を楽しんで、体を洗ってから
また 10～15 分ほどご入浴ください。
じわ～と体の中が熱くなってきませんか？
- 2 回程度ご入浴いただくと効果的です。

適度な休憩と
水分補給を忘れずに！

よくある質問

Q1 体が赤くならない！

- A1 普段から血行が良い方はあまり赤くなりません。
個人差もあります。最初は赤くならない方も、しばらく続けると
効果が出るようです。
炭酸泉風呂の効果は血行促進だけではなくて続けてみてください。

Q2 体につく泡が少ない！

- A2 …実は、目に見える泡は体の中に浸透していきません！
体につく泡の量は、わずかな温度の差でかなり変わります。湯温の
ちょっとした変化でも濃度は変わってしまいます。しかし効果的な
濃度は十分保っています。

Q3 入浴してはいけないときは？

- A3 ドクターから入浴を禁止されている方と、以下のような方は
入浴を控えてください。

急性疾患（特に熱のある場合）、過度の高血圧症、動脈硬化症
重い心臓病、呼吸不全、腎不全、出血性の疾患、高度の貧血
その他一般的に病勢進行中の疾患、妊娠中（特に初期と後期）

炭酸濃度を維持するため、温度はぬるめに保っています。