



さあ、思う存分幸せ寿命を伸ばしてください。

# 和と洋の出会いが生み出す 癒やしと健康



日本建築の粋を集めた伝統的な造りの玄関を一步入ると、漆喰の装飾がほどこされたつり天井に目が行きます。和のしつらいに、シャンデリアやビロード張りのソファなど洋のエッセンスが絶妙にマッチした、癒やしの空間が広がります。

川の流れをイメージしたトンネル状の廊下を抜けると、そこにはクアハウスが。クアハウスとは、ドイツで300年の歴史を誇る「多目的温泉保養館」のこと。打たせ湯や箱湯など10種類の浴槽の使い分けにより、肩こりや腰痛などを緩和します。宿泊のお客さまだけでなく、地元の方にも温泉の恵みを味わってほしいと、20年前、当時珍しかった立ち寄り湯として導入。以来、多くの人でにぎわっています。

## ●南伊豆地区 クアハウス石橋旅館

宿ホームページアドレス <http://www.kur-ishibashi.com/>



「温泉は成分や温浴効果だけでなく、肌ざわり、お湯の流れる音、湯気、そして味まで、五感を刺激する究極の癒やし。お湯につかって全てを忘れる、ニュートラルになれるところが大きな魅力です」と女将の石橋良子さん。



## ●熱海・伊東地区 サザンクロスリゾート&スパ

宿ホームページアドレス <http://www.southerncross.co.jp>



「ワッツは体のコリだけでなく、心の奥底にある“コリ”を水に流す効果があります。受けた後は皆さん、さっぱりしたいいい顔になりますよ。ゆっくり体験するには一泊した翌朝がおすすめ」とスパセラピストの大胡亜紀さん。



# ワッツ体験で

# 心のコリをほぐしましょう

「おかえりなさい」-サザンクロスでは、お客さまをそうお迎えます。枕の高さの調整や読みたい新聞のリクエストなどに柔軟に対応できる、ホテルの快適さと旅館のおもてなしを併せ持ったリゾートです。

目の前には、伊東の太陽をさんさんに浴びて広がるゴルフ場。でも、サザンクロスの楽しみはそれだけではありません。リゾート感いっぱいのプールで「ワッツ」による究極のリラクゼーションを体験してみませんか？ワッツは水に浮かび、スパセラピストに体をストレッチしてもらう新しい健康増進法。水に体を預け目を閉じていると、まるで全てを包み込む母の胎内にいるような、癒やしの感覚が味わえます。



# 人間の 自然治癒力を高める湯治本来の姿

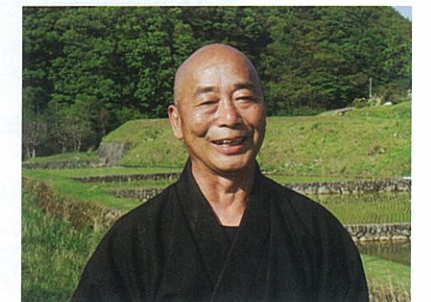


昔なつかしい里山の風景が広がり、ホテルが息をする清流沿いにござんの湯は建っています。敷地内にある源泉より引き入れるお湯は、加水一切なしのかけ流し。入ると、皮膚から温泉の成分がしみ込んでくるのが感じられるほど。

おすすめは一週間の「健康リセット自活プログラム」。野菜を中心とした一汁三菜の食事に、午前中は農作業で汗を流し、午後はゆったりと里山ウォークなどをお楽しみください。澄んだ空気の中、日本人が古来より受け継いだ生活様式を今一度見直すことが、心とからだの「リセット」につながります。

## ●中伊豆地区 ござんの湯

宿ホームページアドレス <http://www.gozen.co.jp>



「食の欧米化と、運動不足、そして過食などが現代病のトリガー。昔ながらの食事と暮らしを学び、ものの本質を見極めるこそ長生きの秘訣」。僧侶の資格をもつ亭主・杉本佳則さんの法話も魅力。