



まだまだあります、幸せ寿命の伸ばし方

温泉を使った健康プログラムで健康増進



44 中伊豆地区 船原館

ワッツと天城流湯治法
深く(120cm位)、ぬるい(36℃位)温泉療法専用浴槽で受ける、新しく不思議な「ワッツ」と天城流湯治法。生まれ変わるかも。(有料、要予約)
●宿ホームページアドレス <http://www.funabarakan.com>



45 中伊豆地区 ホテル ラフォーレ修善寺

天城流湯治法を体験
湯温36度のぶーろで温泉ストレッチ、ヨガ、指圧を。大切なのは呼吸法! 体をほぐすコツを覚え、滞りを解消します。普段、自分でできる腰痛・膝痛等の解消法が学べます。
●宿ホームページアドレス <http://www.laforet.co.jp/lfhotels/szj>



とうりゅう 長逗留するなら 自炊滞在がオススメ

37 中伊豆地区 貸切・温泉古民家 彩里

昭和時間の囲炉裏
ゆっくり流れる「昭和的時間」を楽しむなら、1週間連泊が格安。築65年の古民家を1棟貸切ですので、我が家の故郷としてのんびり「田舎暮らし体験」をお楽しみ下さい。
●宿ホームページアドレス <http://www.e47.jp/n/r>



11 熱海・伊東地区 鈴傳荘

日本の朝のお手本メニュー
伊東でも希少な天日干しのヒモノとシラス、朝食の定番、納豆、卵、のり。野菜は自家製。バランスのとれた朝食で体の調子を整えましょう。



20 東伊豆地区 旅館はまべ荘

生活習慣病、予防食
これだけ食べても600キロカロリー。海鮮素材を吟味して入念に献立を作成し調理まで責任を持って行っています。是非一度、ご興味頂ければ幸いです。
●宿ホームページアドレス <http://www.izu-hamabe.jp>

地元の滋養を体に取り込む



15 東伊豆地区 ゲストハウスつくし館

体に優しい養生料理
「樹齢850年」の天然杉テーブルで、四季折々のお料理を。自家農園や地元の食材等を使い、その人に合った体に優しい養生料理を提供します。
●宿ホームページアドレス <http://www4.tokai.or.jp/omenkan>



36 中伊豆地区 湯治場21 大見山荘

山荘の無農薬野菜
無農薬で栽培している野菜と臼とキネで作った自家製味噌、駿河湾の新鮮な海の幸が主役の安心安全な家庭料理をお出ししております。
●宿ホームページアドレス <http://www.omisansou.com>

[凡例]

- 食** 健康に配慮した食事
- 健** 温泉を使った健康プログラム
- 料** リーズナブルな価格設定
- 癒** さまざまな癒やしの提供

▼ 熱海・伊東地区

1 月の栖(すみか) 〒413-0011 熱海市田原本町2-19
熱海聚楽ホテル 0557-81-5181

- 食** 食品アレルギーに対応
- 癒** 周辺に運動施設があります
- 料** 14,700円～ お部屋タイプはお任せとなります
- 癒** エステルームがあります

2 旅館 芳泉閣 〒413-0034 熱海市西山町16-6
0557-81-7624

- 食** 低カロリー食を提供します
- 癒** 森林浴散策が楽しめます
- 料** 9,450円 年末年始を除く

3 旅館 立花 〒413-0022 熱海市昭和町5-13
0557-81-3564

- 食** 持病・食品アレルギーに対応
- 癒** 名所、旧跡、海岸の散策が楽しめます
- 料** 13,650円～ 繁忙期を除く 連泊割引あり

4 大成館 〒413-0102 熱海市下多賀141
0557-68-2221

- 食** 食品アレルギーに対応
- 癒** 趣の異なる6つのお風呂が楽しめます
- 料** 17,850円～ 休前日、繁忙期を除く

5 伊豆網代温泉 松風苑 〒413-0102 熱海市下多賀660
0557-68-3151

- 食** 食品アレルギーに対応
- 癒** 4千坪の庭園で季節の花が楽しめます
- 料** 13,000円～ 休前日、繁忙期を除く
- 癒** 屋外プールがご利用いただけます(夏季限定)

6 熱海後楽園ホテル 〒413-8626 熱海市和田浜町10-1
0557-82-0121

- 食** 持病・食品アレルギーに対応
- 癒** 4種の選べるリラクゼーションで癒やしのひととき
- 料** 22,491円～ 休前日、繁忙期を除く

7 リゾートホテル ラフォーレ伊東 〒414-0004 伊東市猪戸2-3-1
0557-37-3133

- 食** 持病・食品アレルギーに対応
- 癒** 日本ウォーキング協会公認のウォーキングコースが楽しめます
- 料** 13,200円～ 休前日、繁忙期を除く

8 音無の森 緑風園 〒414-0032 伊東市音無町3-1
0557-37-1885

- 食** 持病・食品アレルギーに対応
- 癒** 散策コースがあります
- 料** 10,290円～ 休前日、繁忙期を除く

9 陽気館 〒414-0015 伊東市末広町2-24
0557-37-3101

- 食** 持病・食品アレルギーに対応
- 癒** 温泉入浴指導員による入浴指導が受けられます
- 料** 14,700円～ 休前日、繁忙期を除く
- 癒** 周辺に文学散歩コースがあります

10 山喜旅館 〒414-0022 伊東市東松原町4-7
0557-37-4123

- 食** 持病・食品アレルギーに対応
- 癒** 十坪ジム、健康体操真向法の体験ができます
- 料** 10,500円～ 休前日、繁忙期を除く
- 癒** パルエスタジオ(ヨガ、太極拳利用可) 海岸散歩コースがあります

11 鈴傳荘 〒414-1138 伊東市広野4-1-3
0557-37-3910

- 食** 魚介類及び季節の野菜中心の朝食メニューを個室で楽しめます
- 癒** 孟宗竹による露天風呂と、足湯付き和風庭園が楽しめます
- 料** 5,950円～ 連泊割引あり

12 青山やまと 〒414-0055 伊東市岡203
0557-37-3108

- 食** 低カロリー献立を用心
- 癒** 一部を除き全館バリアフリー対応です
- 料** 27,300円～ 休前日、繁忙期を除く

13 サザンクロス リゾート&スパ 〒414-0051 伊東市吉田1006
0557-45-1234

- 食** 食品アレルギーに対応
- 癒** ヨガやプールでのワッツ、アクアセラピーが受けられます(要予約)
- 料** 10,500円～ 連泊割引あり
- 癒** アロマセラピー、タイ古式マッサージ、東洋整体があります

14 玉翠館 〒413-0302 賀茂郡東伊豆町奈良本971-1
0557-23-2170

- 食** 持病・食品アレルギーに対応
- 癒** 砂風呂、ハーブサウナがあります
- 料** 14,700円～ 休前日、繁忙期を除く
- 癒** かりつけ湯プランあり

15 ゲストハウス つくし館 〒413-0302 賀茂郡東伊豆町奈良本981
0557-23-0222

- 食** 持病・食品アレルギーに対応
- 癒** 持病にあわせた効果的な入浴指導が受けられます
- 料** 8,500円～ 休前日、繁忙期を除く
- 癒** ギャラリーや農園体験が楽しめます

16 懐かしの自然湯 熱川温泉一柳閣 〒413-0302 賀茂郡東伊豆町奈良本987-1
0557-23-1133

- 食** 持病・食品アレルギーに対応
- 癒** アロマセラピーや温泉入浴のアドバイスができます
- 料** 13,650円～ 連泊割引あり
- 癒** 源泉かけ流し風呂付客室を新設しました

17 ホテルカターラ 福島屋 〒413-0302 賀茂郡東伊豆町奈良本992-1
0557-23-2222

- 食** アラカルトでお好きなものをお召し上がりいただけます
- 癒** 温泉入浴指導員の指導等が受けられます
- 料** 15,750円～ 繁忙期を除く
- 癒** 周辺に散歩コースがあります

※記載料金は、平日 大人2名様、1室1泊2食付のお一人様分の標準料金(税・料別)です。平成22年3月末日現在の料金ですので、ご予約時にご確認ください。

ご予約・お問い合わせは、各施設へ直接お電話ください。