

NEWS RELEASE

報道関係者各位

2020年2月26日
株式会社ラスイート

神戸みなと温泉 蓮

「女性の健康週間」は30種類のレッスンを無料！女性の健やかな生活を応援します

京阪神初の厚生労働省認定健康増進施設「神戸みなと温泉 蓮」(総支配人：坂口淳一 所在地：神戸市中央区)は、厚生労働省が定める「女性の健康週間」である2020年3月1日(日)から3月8日(日)までの間、この取り組みに賛同し、女性限定でレッスンプログラムを無料でご案内します。

無料対象のプログラムは、ヨガやスタジオレッスン、プールレッスン、岩盤エクササイズなど多種多様。楽しく運動を行った後は、天然温泉にゆっくりと浸かってリラックスした時間をお過ごしいただけます。

同施設では、理化学研究所が中枢機関として推進する「健康“生き活き”羅針盤リサーチコンプレックス」への参画や、健康をテーマに旅をする「ヘルスツーリズム認証プログラム」に「乳がんリハビリヨガ」などの4プログラムが認証されるなど、温泉や運動で健康増進を後押しする取り組みも強化しています。また、2019年11月1日から、「健康寿命をのばしましょう。」をスローガンにした厚生労働省の国民運動であるスマート・ライフ・プロジェクト(Smart Life Project)にも登録。今後も皆さまの更なる健康増進をサポートしてまいります。



対象レッスンプログラム

エクササイズ概念を覆す新感覚のプログラムや、「温泉利用指導者」「健康運動指導士」をはじめ専門資格を持ったスタッフが、「テクノジム」ブランドの最新鋭マシンを使用して行うレッスンなど、豊富なラインアップをご用意しております。

◆ヨガレッスン

ボディーメイクを中心としたメニューを提案する「スタジオヨガ」、心身ともにリラックスできる「岩盤ホットヨガ」、関西初となるプールでの「SUP(サップ)ヨガ」や水中で行う「アクアヨガ」など、豊富なラインアップをご用意。シェイプアップや美しい姿勢づくり、心身のメンテナンスによるストレス解消に効果が期待できます。

◆スタジオレッスン

姿勢の歪みの改善や、音楽に合わせて様々な動作を行う有酸素運動プログラム「ステップエクササイズ」、筋肉量の向上を目的としたレッスンプログラム「ARKE(アルケ)アクティブサーキット」など多彩なレッスンプログラムをご用意しております。

◆プールレッスン

体力向上やシェイプアップなどに効果があり、初めての方から慣れた方まで、幅広くお楽しみいただける、「アクアビクス」や「アクアウォーク」を開講。浮力、水圧、抵抗などの水の特性を利用し膝や腰に負担をかけずに安心して運動できるのが特徴です。

【3月1日～8日は女性の健康週間】レッスンプログラムを無料でご案内！

対象期間：2020年3月1日(日)～2020年3月8日(日)

対象レッスン：蓮ヨガ（岩盤ホットヨガ、スタジオヨガ、SUPヨガ、アクアヨガ、UMIヨガ）
スタジオレッスン、プールレッスン、岩盤エクササイズ

料 金：無料(女性限定)

※別途入館料・入湯税を申し受けます。 ※「更年期のためのゆるやかヨガ」、「パーソナルヨガ」は対象外です。



女性の健康週間とは

厚生労働省が毎年3月1日～8日を「女性の健康週間」と定め、展開している国民運動。女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすためには、生活の場(家庭、地域、職域、学校)を通じて、女性の様々な健康問題を社会全体で総合的に支援することが重要とし、取り組んでいます。

スマート・ライフ・プロジェクトとは

「健康寿命をのばしましょう。」をスローガンに、国民全体が人生の最後まで元気に健康で楽しく毎日が送れることを目標とした厚生労働省の国民運動です。更なる健康寿命の延伸を目指し、プロジェクトに参画する企業・団体・自治体と協力・連携しながら推進しています。神戸みなと温泉 蓮は、2019年11月1日に本プロジェクトに登録されました。

厚生労働省認定 温泉利用型健康増進施設 神戸みなと温泉 蓮



2015年12月開業。地下1,150mから湧き出る自家源泉を持つ天然温泉旅館。客室は全室50平米以上&テラス付オーシャンビュー。日帰りでも、露天・屋内大浴場をはじめ、岩盤浴・溶岩浴、屋外温水プール・屋内フィットネスプール、毎朝丁寧にとる“だし”が自慢の和食をメニュー豊富に揃える御食事処など多彩な施設を利用可能。

2016年6月には、厚生労働大臣から全国でも数少ない京阪神初の「温泉利用型健康増進施設」として認定され、理化学研究所が推進する「健康“生き活き”羅針盤リサーチコンプレックス」へも参画しています。2019年には、「ランニングクリニック」を含む4種類のプログラムが、経済産業省「健康寿命延伸産業創出推進事業」の一環であり、旅のサービス品質を保証する「ヘルスツーリズム認証」を取得。また同年、ランニングプログラムが、内閣官房東京オリンピック

競技大会・東京パラリンピック競技大会推進本部事務局が実施する「beyond2020マイベストプログラム」に選出されるなど、温泉を通じて、健康増進を後押しする取り組みも強化しています。

【関連 URL】 <https://ren-onsen.jp/event/healthweek/>
https://ren-onsen.jp/data/yoga_lesson_program/book/

【お客様のお問い合わせ先】 神戸みなと温泉 蓮 TEL：078-381-7000（代表）

《本件に関するお問い合わせ》
株式会社ラスイート 企画広報営業部 畑・中川・呉
TEL：078-381-9384 FAX：078-381-7426
E-mail：press.release@l-s.jp

【神戸みなと温泉 蓮 概要】

施設名 : 「神戸みなと温泉 蓮」

所在地 : 神戸市中央区新港町 1-1 (鉄骨造地上 10 階建、高さ 42.3 メートル)

- ・ 1 階～ 3 階 : レストラン、ラウンジ、健康増進施設
- ・ 4 階～10 階 : 客室 (90 室)、展望大浴場、展望ラウンジ
- ・ 駐車場 : 280 台 (屋外)

敷地面積 : 約 27,479 平方メートル

開 業 : 平成 27 年 12 月 17 日



神戸の都心・ウォーターフロント 新港第一突堤用地において、神戸市の公募「新港第一突堤用地 借受人」(平成 24 年 6 月)により、平成 24 年 11 月に株式会社ラスイート(代表取締役社長:関 寛之)が事業者を選定され、「ラスイート神戸新港第一突堤プロジェクト」として開発を進め、平成 27 年 12 月 17 日(木)に宿泊棟「神戸みなと温泉 蓮」及び、コンベンション棟「ラ・スイート神戸オーシャンズガーデン」として開業いたしました。



神戸市の中心地、三宮からほど近く、都会とは思えない日本庭園や日本文化のしつらえが美しい館内。



全 90 室の客室は、全室オーシャンビューテラスを備えた 60㎡以上の広さを誇る。



異国情緒をたたえる街並みと、「みなと町神戸」を感じる至福のひとつとき。



宿泊者に限り体感できる絶景の展望大浴場は、雄大な眺望と開放感あふれるフロア。



露天大浴場は、「神戸みなと温泉」源泉かけ流しのお風呂のほか、足湯回廊や壺湯、棚湯がある。



室内大浴場は、季節を感じることができる暦風呂や、炭酸泉のほか、2種類のサウナも楽しむことができる。



旬の厳選食材や兵庫の地産地消にこだわった新鮮食材を目の前で調理提供する宿泊者専用ライブ割烹 万連(まんれん)。



ジェットバスやマッサージベッドがある屋外プールと、アクアビクスプログラムが楽しめる屋内プールがある。



オーシャンビューのスタジオで最新鋭のフィットネスマシンを完備。マシントレーニングのほか、様々なレッスンプログラムも用意。



ヨガやスタジオのレッスンは、美と健康増進を中心に多数のプログラムを用意。



日帰り温泉の利用も可能であることから、女性に喜ばれるアメニティーが充実している。



最新鋭の体成分分析装置「In・Body」を設置。専門スタッフによるカウンセリングを行い温泉利用と合わせた健康増進プログラムを提案。