



KOBE MINATO ONSEN
Luxury Ryokan REN

NEWS RELEASE

報道関係者各位

2019年7月30日
株式会社ラスイート

神戸みなと温泉 蓮 更年期女性に向けたゆるやかヨガを開催

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」(総支配人 坂口 淳一 所在地:神戸市中央区新港町1-1)は、2019年10月2日(水)から、長年の看護師経験とその専門知識を生かしてヨガインストラクターとして活躍中の天井 紀代美氏を講師に迎え、「女性の心と体をつなぐヨガ ~更年期のためのゆるやかヨガ~」を開催します。

女性なら誰もが経験し、悩む「更年期」。40歳を過ぎると訪れるこの変化を穏やかにし、ライフステージに合



わせて女性の身体に寄り添い支えるために、指導経験豊富な天井氏がゆっくりと丁寧にサポート。まずは、健康増進サロンにて InBody(体成分分析装置)測定からスタート。一人ひとりが無理のないポーズでゆっくりと体を緩めた後には測定結果をもとにカウンセリングを受け、「今の状態」への気付きを深めます。また、開放感あふれる絶景の展望大浴場(宿泊者限定)を、ご参加の皆様に関り、特別に貸し切りでご利用いただけます。厚生労働省から京阪神で初めて温泉利用型健康増進施設に認定された神戸みなと温泉 蓮で、笑顔で深呼吸することからスタートするヨガと、海と空が優美なハーモニーを奏でる展望大浴場で、心とからだ

が喜ぶ時間をお過ごしいただけます。

【日程】2019年10月2日(水) / 11月6日(水) / 12月4日(水)
2020年1月8日(水) / 2月5日(水) / 3月4日(水)

【内容】10:00~10:10 3階健康増進サロンにて InBody 測定
10:10~11:00 スタジオにて更年期のためのゆるやかヨガ
11:00~11:15 InBody 測定をもとにカウンセリング
11:15~12:15 展望大浴場 (貸し切り利用)

【料金】4,000円

(天然温泉入館料・飲料1杯・InBody測定・カウンセリングを含む)

【定員】10名(先着順)

【後援】大塚製薬株式会社 ニュートラシューティカルズ事業部

【備考】受講の際は動きやすい服装(Tシャツなど)をご用意ください。

レンタルウェアのご用意もあります(有料)。

※開始時間の10分前までに受け付けをお済ませください。※治療中の方は主治医とご相談の上、ご参加ください。

※表示料金に、別途消費税・入湯税を申し受けます。サービス料はいただいておりません。



<展望大浴場>

講師 天井 紀代美

神戸市立医療センター中央市民病院・先端医療センターにて25年勤務、神戸市看護大学非常勤講師
正看護師、兵庫県健康財団講師、日本ヨガ普及協会ヨガインストラクター、シニアヨガインストラクター
乳がんリハビリヨガインストラクター、臨床瞑想法指導者養成講習会(基礎編・上級編修了)
JADPメンタル心理カウンセラー、むくみ専門サロン・ヨガ教室フルージュ オーナー

【関連 URL】<https://ren-onsen.jp/event/menopause2019>

【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。



異国情緒をたえる街並みと、「みなと町神戸」を感じる至福のひとつ。



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。



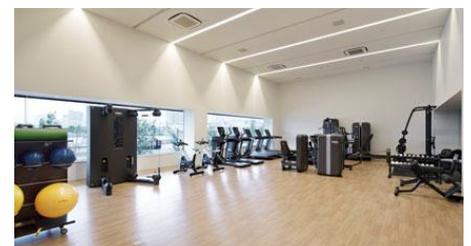
室内大浴場は、季節を感じることができる暦風呂や、炭酸泉のほか、2種類のサウナも楽しむことができる。



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ーンを完備。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。