

西武健保の

保養所だより

No.015



◎保存版：ココロとカラダのコリを癒す旅案内

西武健保ホームページからもご覧になれます。http://www.seibu-kenpo.or.jp 西武健康保険組合

あったか〜い、伊豆半島で満足旅

いち早く春が訪れる暖かな地、伊豆半島。日本有数の温泉地や幕末の歴史を感じる街、おしゃれな観光施設が並ぶ街など、エリアによって趣の異なる見どころ盛りだくさんのリゾートエリアです。今回は伊豆を代表する温泉地や多彩な観光エリアが集中する、東伊豆をピックアップしてご紹介いたします。海あり山ありの温泉リゾートへ、ひとあし早く春を感じに行きましょう！

伊豆の東の玄関口 徳川一族も愛した 熱海

海鮮料理・ひもの



熱海駅周辺や徒歩圏内の熱海銀座には、近くでとれた海鮮料理やひものを食べられるお店がたくさん。飲食店周辺には土産物屋も多いので、ぶらぶらと歩いてみるのもおすすめです。

森の緑に朱色の本殿が映える、美しい伊豆山神社。源頼朝と北条政子が愛を育んだ場所であることから、縁結びの神様として有名です。ご神木の榊(ナギ)の木の葉が破れにくいことにあやかかって、北条政子はその葉を守りとして持っていたとされています。高台にある境内からは伊豆の海が一望できます。

伊豆山神社



熱海港からフェリーで約25分の初島には、島をテーマにしたリゾートエリア「初島アイランドリゾート」があります。亜熱帯の植物が生い茂る園内には静かでゆったりとした島の風が流れていて、トロピカルジュースを飲みながらハンモックに揺られれば、気分はすっかり南国でのバカンス。他にもミネラル豊富な海泉浴のできる「島の湯」や、おとも楽しめる本格アスレチック施設「初島アドベンチャーSARUTOBI」などがあり、日常を忘れて南国リゾート気分を満喫できます。

初島 アイランドリゾート



※島の湯は現在建て替え工事中
工事完了は4/10を予定

河津町まで
ちょっと足を延ばして

今年の開催は2/10(火)~3/10(火)に決定!

河津桜まつり

ひとあし早い春を告げる河津桜。約4kmの桜並木を中心に、毎年見ごろを迎える約1か月間、「河津桜まつり」が開催されます。期間中は屋台が並ぶほか、B級ご当地グルメが味わえるイベントなども開催予定。川沿いには無料の足湯処があり、身体をあたためながらのんびりと桜を観賞できます。気持ちが華やぐ濃い桃色の桜のトンネルは、夜にはライトアップされ、日中とは違った幻想的な夜桜になります。

懐かしい温泉風情と緑多き街 伊東・伊豆高原

カピバラの露天風呂が大人気！園内を自由に歩き回るクジャクやリスザルなど、たくさんの動物たちがお出迎えしてくれます。大きな温室には世界各地のサボテンや多肉植物が約1500種類も展示されていて、中にはとても珍しい種類も。

伊豆シャボテン公園



城ヶ崎海岸



4000年程前の大室山噴火により、全長約9kmの美しい断崖絶壁となった城ヶ崎海岸。海岸沿いに作られた遊歩道を歩いて、高さが23mもある門脇の吊り橋を渡ったり、四季折々の花が咲く公園を散歩したりして大自然を堪能しましょう。

道の駅 伊東マリンタウン



時を超えて愛されるクラシックリゾートホテル

川奈ホテル

昭和11年開業の川奈ホテルは、優雅で重厚な装飾が施されたクラシックホテルです。エントランスホールを抜けてメインロビーに立つと、ホテルの紡いできた歴史を肌で感じることができます。伊豆の旅を楽しんだ後はゆったりとホテルでの滞在を楽しみましょう。



美しいロケーションが魅力

一年を通して温暖な気候に恵まれている川奈。見渡せば富士山と伊豆大島を望め、眼下には波の穏やかな海が広がる、自然豊かな地にホテルは建っています。5Fの展望台から見えるのは、相模湾やゴルフ場などが一望できる最高の景色。天気の良い秋や冬の夜に見える、月が海面に一筋の道を作り出すムーンロードは、とても神秘的で美しいの一言。

個性あるレストラン・ラウンジで伝統の味を

ロイヤルブルーの絨毯に大きなアンティークのシャンデリアが輝くメインダイニングルームでは、本格的なフランス料理が味わえます。開業時にはオーケストラによる生演奏をBGMに食事をしていただかれ、その名残としてフロアの上部にはオーケストラボックスと呼ばれる部屋が今も残されています。ラウンジ サルーンは大きな窓からまばゆい光が差し込みとても開放的な雰囲気。相模湾に張り出した造りのこちらは、ホテルで一番のパノラマが楽しめる場所です。与謝野晶子が訪れた際にその景色に感動をして詩を詠んだと言われています。



海風を感じる温浴施設 BRISA MARINA

宿泊者専用の温浴施設 BRISA MARINA (ブリサマリナ)。眺望にこだわって建てられており、雄大な自然を温泉の中からも堪能できます。露天風呂と内湯のほか、男性用ドライサウナ、女性用スチームサウナがあり、日ごろの疲れをリフレッシュできます。家族での利用もふまえて用意されたプライベートバスには、ソファ付のリビングもあり、家族水入らずゆっくりと入浴が楽しめます。

ホテルを彩る四季折々の草花

川奈ホテルには敷地内に約30種類もの桜があり、その数はおよそ9000本！1月の中旬に開花する寒桜に始まり、5月の中旬まで咲く八重桜と、次々に目を楽しませてくれます。そのほかにもあじさいやランタナ、水仙などが1年を通して咲いており、四季折々の趣を感じます。



ホテルがサポート！週末断食2泊3日プラン

栄養指導のプロの管理栄養士と、ホスピタリティのプロのプリンスホテルがコラボレーションして行われる「週末断食プラン」。川奈ホテルでは健康とアンチエイジングをテーマに2/21(土)に開催予定。自然豊かでラグジュアリーな川奈ホテルで行えば、ストレスフリーな断食体験が出来るはず。ウォーキング指導や管理栄養士によるセミナーなどのプログラムのほか、フリータイムには温浴施設でゆっくりしたり、エステを受けたり、ゴルフの練習体験をしたり内容は盛りだくさん！週明けの身体の違いにびっくりして、日頃的生活習慣を見直すきっかけになることでしょう。プランの詳細はホテルのホームページをチェック！！

プリンスホテル宿泊施設利用券を利用すると西武健保から補助が受けられます！詳細は保養所ガイドをご覧ください。