

温泉・海の幸・イルミ…この冬いっぱい使える!

関西
中国・四国



じゃらん

関西・中国・四国発! 旬のお出かけ情報満載!

2018年 1月号 定価 490円
毎月1日発売

別冊付録

クエ、フグ、カキ、
伊勢えび、カニ…



海の幸
BOOK

保存版!



読み終わったら
資源回収へ

絶景温泉、デザイナーズ温泉、NEWオープン温泉…
2017年日帰り温泉総まとめ!

話題の温泉、 全部見せ!

絶品! ホテルビュッフェ
SA・PAほめられ土産
サービスエリア パーキングエリア

なばなの里、OSAKA光のルネサンス、
ユニバーサル・スタジオ・ジャパン、
ひろしまドリミネーション…

イルミネーション 完全ナビ

屋内0円&格安スポット
大阪・新世界の遊び方
福井・若狭グルメドライブ

岐阜 冬の奥飛騨・高山へ

京都 おとなデート旅

滋賀 ほっこり温泉TRIP

広島 ニュースな広島・宮島!



ランチも美的ヘルシーに♡

12:30

美容に嬉しいビタミンB群を豊富に含む湯葉を使った和食メニューや、6種の薬味で味わう漢方薬膳粥などで体の中からキレイに。

「御食事処 水蓮」※10時～24時(食事は11時～L023時、ドリンクL023時30分) ※湯葉と挽身のアんかけごはん1296円、漢方薬膳粥1296円



神戸で話題の“特化型”温泉施設

「神戸みなと温泉 蓮」で

1日美的ヘルシー体験♪

神戸港を一望できる絶好のロケーションとともに、温泉やヨガ、プール、美グルメなどで美磨き三昧。



10:00

受付

三宮駅前からは無料シャトルバスで楽チン移動。1階で受付を済ませたら、館内着に着替えていざ活動開始!



10:30

「パーソナルトレーニング」

でカラダを動かす!

専門資格を持ったスタッフがゲスト一人ひとりの身体に合わせてアドバイスしてくれる。ダイエットや健康増進の強い味方に。

※30分3240円、40分3780円、50分4320円、60分4860円

※要予約



11:30

運動後は大浴場でさっぱり

庭園に囲まれた露天風呂では深さの違う棚湯や壺湯などを湯めぐりしてリフレッシュ。湯は芯から温まる塩化物泉で湯上がりがばかばか。

Trend
5

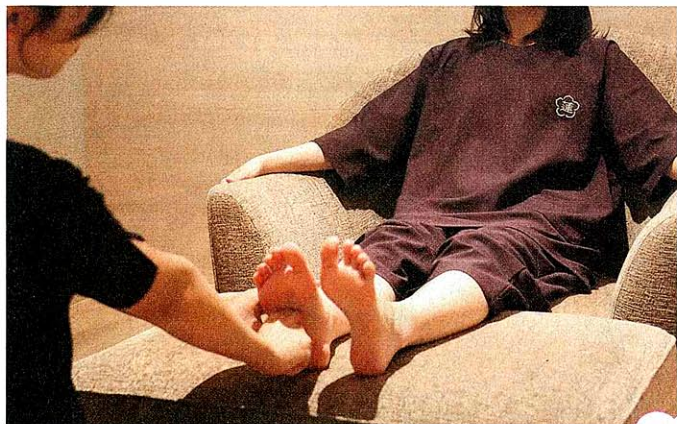
癒しコンセプト。
温泉が人気です。

入浴だけではなく、岩盤浴やリラクゼーション、カフェや体験プログラムなどをプラスして、1日たっぷりトータルにプロデュースしてくれる、癒しコンセプトの温泉施設。忙しい毎日でも、日帰り温泉なら手軽にリフレッシュできるのがうれしいですね。

キーワードは
「キレイ」&「ヘルシー」!

東海じやらん
編集長
西尚子





19:00 チェックアウト。
すっきり！
明日から頑張れそう♪

兵庫県
神戸市



神戸みなと温泉 蓮

2015年12月に誕生したラグジュアリーな温泉施設。厚生労働省が認定する京阪神初の「温泉利用型健康増進施設」で、日帰り利用でも都市湯治が楽しめる。岩盤浴、温水プールを備え、レッスンやパーソナルプログラムも充実。優雅な気分で健康UPを目指して。

☎078-381-7000 阪神戸市中央区
新港町1-1 各線三宮駅より徒歩
20分(専用無料シャトルバスあり、
要問合せ) 阪神高速京橋出口より
1分 P280台(日帰り温泉利用で7
時間まで無料、追加30分300円)

MAP P200 D-4



日帰り入浴DNTA

泉質●塩化泉

●温泉9時～24時 ●なし ●入館料(飲料1杯付)
中学生以上2484円(土日祝2916円)
※別途入湯税75円 ※中学生未満は施設の利用不可

●&●レンタル無料

●S●B●O●

自分へのご褒美に… 18:00
「台湾式足つば」

足裏の反射区やつばを刺激する
台湾伝統のマッサージ。痛みや固
さによって体の不調がわかるので
健康チェックにもおすすめ。

「健康増進施術ルーム 美蓮」
鑑12時～21時、土日祝10時～(最
終受付20時) 台湾式足つば15
分1944円、30分3564円、45分
5184円、60分6696円



湯上りはラウンジで美ドリンク

神戸港を見渡せるラウンジで優雅な
時間を。入館料に含まれるワンドリ
ンクチケットで、アサイーやアロエバ
ラージュなど約13種から選んで。

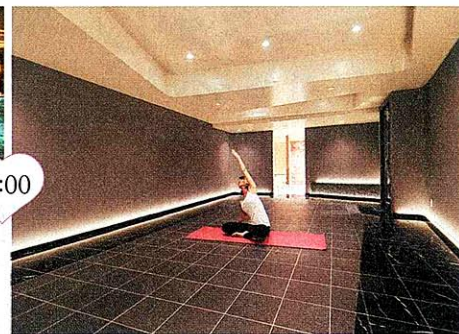
「リラクゼーションラウンジ 空と海」
鑑9時～22時 写真の「フレッシュ
フルーツと野菜のジュース」は1杯810円～



14:00
ヨガレッスンで自分の
カラダと向き合おう

岩盤ホットヨガや、スタジオヨガ、
プールでのSUPヨガなど多彩な
レッスンが充実。初めての人も参
加できるのでお気軽に。

「岩盤浴・溶岩浴・ホットヨガスタ
ジオ 八蓮花」鑑9時～23時 利用
料1080円、岩盤ホットヨガ レッ
スン(利用料含む)2160円※要予約



15:30
屋上温水プールから
神戸港の景色を
眺めてリラックス～

冬でもぬくぬくの温水プールで
リゾート気分を満喫。泡が噴き
出すマッサージベッドや、半身
浴できるアクアシートなどでゆ
るりと過ごして。

「オーシャンズスパ」鑑9時～
22時 2160円(夏期は4320
円)



16:30
2回目の入浴タイム

掛け流し風呂や足裏を刺激する足
湯回廊もぜひ。屋内大浴場にある炭
酸泉や磨風風呂、ドライサウナやナ
ノミストサウナなど全制覇しても。



17:30

