

～自然癒しのコテージ「太陽の家」宿泊体験会 お申込みのお客様へ～

この度は、「太陽の家」宿泊体験会お申込みをいただきまして誠にありがとうございます。スタッフ一同いまから当日が楽しみでとてもワクワクしています。

下記、当日の詳細についてご案内致します。

ご確認いただけますよう、どうぞよろしくお願い致します。

チェックIN 9月23日(土) 13:00

チェックOUT 24日(日) 15:00

*上記時間帯を前後される場合には、ご一報ください。

*連泊をご希望される場合も、ご相談ください。(一泊一名 2500円 で賜ります。)

両日、下記の催しを予定しております。参加ご希望の方はお申込み下さい。

また観光へお出かけや、太陽の家でゆっくり過ごされても、ご自由にお過ごしください。

(事前にご連絡いただければと思いますが、当日でも大丈夫です。)

一日目 23日(土)

- ① よもぎ蒸し体験 13:00～() 14:00～() 15:00～() 各1名様ずつ
- ② リンパケア 13:10～() 14:10～() 15:10～() 各1名様ずつ
- ③ 旗鉾村内めぐり 14:00～15:00

旗鉾村の名所をご案内しながら散策します。《雨天中止》

16時から、入浴タイム (ユニットバス、桧露天風呂有り。 順番にご利用ください。)

近くの温泉に行かれる方は、早めに出発なさると良いかとおもいます。

一番近くの温泉は車で10分くらい。

その他、少し車で走りますが、食事ができる温泉場もあります。

当日ご案内いたします。

17時から、BBQ準備をいたします。(館内囲炉裏にて。)

ご参加いただける場合、大人1名 1000円 子供300円(実費にて)

お願いします。アルコールも少し準備いたします。持ち込み歓迎～☆

出来ましたら準備お手伝いいただけると幸いです。

～歓談と自由時間～ お子様たち向けに、映画上映できるかも～☆

二日目 24日(日)

- ① 早朝、曾手集落へ向けて朝散歩 6時出発
- ② お寺にて座禅体験 8時半～
- ③ 旗鉾/丹生川村内めぐり 10:00～
旗鉾・丹生川村の名所をご案内しながら散策します。

7時半から朝食 (発芽発酵玄米、味噌汁等 ご用意いたします。)

昼食ご希望の方はお弁当をご用意いたします。

ご希望の方はお申込み下さい。1000円/個

15時チェックアウト

<お申込み> FAX (045-303-1435) 又はメールにてご連絡をお願いします。

- 貸し布団 _____組 (一組 1500円)
- 23日夜 BBQ 大人 _____人 子供 _____人 (大人 1000円・子供 300円)
- 24日昼 お弁当 _____個 (一個 1000円)

□23日

リンパケア 13:00～() 14:00～() 15:00～() 各1名様 3000円
よもぎ蒸し 13:00～() 14:00～() 15:00～() 各1名様 3000円

1) さとう式リンパケアについて

耳(顎関節)から口腔から身体全体を緩めリンパを流れやすくすることで循環機能を高めます。肩こり・頭痛などの様々な症状を改善するだけでなく、小顔・リフトアップなど、すぐれた美容効果もある、次世代型健康・美容法です。

詳しくは <http://www.lymphcare.org/index.html>

2) よもぎ蒸しについて

黄土よもぎ蒸しとは 粘膜や経皮吸収による内臓や身体を温めることで ①基礎体温上昇 ②基礎代謝量増加 ③免疫力アップ ④自然治癒力 ⑤予防医学 などにつながります。特に人間のエネルギーを作る源である会陰というツボ(女性は膣の入り口、男性は肛門と男性性器の間)を温めることで身体のエネルギーが充満になります。

<注意事項>

現地は国道沿いではありますが、標高1000mの山間部になります。
朝晩と日中の気温差がありますので、長そでなど防寒対策をお勧めします。

お食事に関して。

1日目：夜 2日目：昼 のお食事をご希望の方は、1P目をご確認の上お申込みください。

入浴は、館内にユニットバスと桧露天風呂とがありますので、ご利用いただけます。
石鹸、タオル、バスタオル等はお持ちください。
トイレ（汲み取りですが、水洗）洗面台もあります。

～近くの温泉～

「すくなの湯」こちらは18時閉店です。

（ナトリウム炭酸水素塩温泉）

<http://www.norikoku.com/joyful/sukuna/>

太陽の家から、10分くらい。

「平湯温泉 ひらゆの森」こちらは21時閉店（受付20時半）です。

（カルシウム・ナトリウム・マグネシウム・炭酸水素塩・塩化物泉）

<http://www.hirayunomori.co.jp/>

太陽の家から20分くらい。

「荒城温泉恵比寿の湯」こちらは21時閉店です。

（二酸化炭素1158ppm・ナトリウム・カルシウム・炭素水素塩温泉）

<http://www.ebisunoyu.jp/>

太陽の家から20～30分くらい。