



Wellness Style KIRA

「健康」について
お悩みや気になることはありませんか？



愛知県
西尾市



吉良ワイキキビーチ



健康と幸福を追求する ウェルネスの旅へ

1 宿泊施設
1 日 1 組限定



西尾市／

吉 良 温 泉 健 康 プ ロ グ ラ ム

TANITA 製機器で
睡眠の質を計測!!

協力：スギ薬局・睡眠ハウスたかはら・ふとん職人本多快眠堂

西尾市は、**楽しく美味しく**をキーワードに、温泉、農産物、山・海の自然、観光施設等を活用し
未病(病気までいかないまでも高いリスクを持っている人)に対する改善や病気予防等を行い、
健康的な身体になるための行動変容を促すプログラムを
西尾市・西尾市観光協会・吉良温泉観光組合・スギ薬局が連携して実施します。

・スギ薬局で健康相談

・西尾の抹茶で心身ともにリラックス!

・睡眠の質を計測します! ※チェックアウト時に
データをお渡します。

・吉良温泉でゆったり温活

・ウォーキングコース完歩で

特製トートバッグプレゼント!

・ストレッチ体操で身体を動かそう!

・西尾市内の寝具店が監修する
睡眠の質を高めるお勧め枕を選んで
お試しください。(「睡眠ハウスたかはら」と
「本多快眠堂」)



・自宅で使えるスマホ用睡眠計測
アプリをご紹介します。

健康プログラムについて、詳しくは裏面をご覧ください。

1日目 吉良温泉宿泊施設 ご一泊

● Kira Nodate ～健康に良い西尾の抹茶の一杯をお楽しみください～

※Kira Nodate(ノダテ:野点)とは、自然の中で自分で抹茶を点ててカジュアルに飲む、吉良温泉流の抹茶の楽しみ方です。(1人2杯付)
※到着時にお部屋でお飲みいただいても結構です。

抹茶に含まれる“テアニン”や“カテキン”などの成分は、リラックス効果、免疫力調整効果、美容効果、体脂肪対策などへの効果も期待されています。

● プログラム説明

吉良温泉の効能と上手な入り方の説明
ストレッチ体操「レッツスマトレ」の実践
生活習慣改善動画の視聴 (お客様のスマートフォン使用)

● 吉良温泉周辺散策

※2日目でも可能です。

● 温泉入浴

● 夕食

献立の説明 開始時間はチェックイン時に宿泊施設係員と相談して決定してください。

● リラックスタイムおよび就寝 2回目の入浴やけんば体操等でお過ごし下さい。

TANITA製機器で睡眠の質を計測※チェックアウト時にデータをお渡しします。
4種類の枕からお好きなものをお選びください。(全て試すことが可能です)
睡眠計測アプリをご紹介しますので、そちらもお試しください。

設定されたウォーキングコース完歩で、
特製トートバッグをプレゼント!!

※ノルディックウォークストックの
レンタルあります。



2日目

● 起床 自由にお過ごしください

● 朝食

● チェックアウト 修了証発行

● スギ薬局で健康相談・栄養相談・健康指導

- ・健康診断結果をご持参ください。
 - ・健康測定機器がご利用できます。
 - ・簡単なアンケートでプレゼント進呈
- ※店舗は事前予約(宿を通して予約)となります。

● 西尾市内観光(自由にお出かけください)

● 西尾市内の抹茶専門店で使える
500円券付!!
(利用店舗:あいや、葵製茶、松鶴園)

料金

平日・休日宿泊: 大人お1人様 14,000円→ **12,000円**

休前日宿泊: 大人お1人様 17,000円→ **15,000円**

1部屋2名様以上同料金です。※小人・幼児不可 ※宿泊除外日: 12月30日～1月2日の宿泊

含まれるもの

お1人様の1泊夕食・朝食・上記のプログラム内容のもの・サービス料・諸税

設定日

2025年9月1日(月)～2026年2月28日(土)の宿泊まで

お申し込み
について

一社) 西尾市観光協会がお客様からのお申し込みを取りつぎます。

宿泊日・宿泊者代表者名・ふりがな・宿泊者数(男女別)・代表者住所・代表者携帯電話番号をご用意のうえ、

宿泊日の7日前までに電話またはインターネットでお申し出ください。希望宿泊施設(下記3施設)に予約可否を確認し、後日ご連絡致します。

一社) 西尾市観光協会 電話: 平日9:00～17:30 **0563-65-2404**

※インターネットからは西尾市観光協会ホームページ特設コーナーからお願い致します。土・日・祝の場合は翌平日に対応いたしますのでご了承ください。

※2日目のスギ薬局はご希望の時間(10時または11時)をお申し出ください。西尾市内の3店舗(吉良店、住崎店、熊味店)または、その他店舗の中から可能店舗を予約し電話で事前にご案内します。

※健康相談をご希望の場合は、宿泊日の前月15日までに申し込んでください。 ※健康相談は管理栄養士の勤務都合上、希望に添えない場合があります。

お支払い

宿泊時に宿にお支払いいただきます。

取消料金

宿泊施設にお支払いいただく当プログラムの取消料金: 宿泊日の3～2日前**30%**・1日前**50%**・当日および無連絡**100%**

契約

契約はお客様と宿泊施設間になります。詳しい条件は各施設の宿泊約款でご確認ください。

その他

スギ薬局で簡単な参加者アンケートにお答えいただきますとプレゼントを差し上げます。

※睡眠の質計測人数は、宿によって上限人数が異なります。(下記参照)

宿泊施設

民宿オサキ

上記料金より **-2,000円**

- 部屋タイプ: 和室8～10畳 (定員4名、バスなしトイレなし)
- 食事内容: 和食 (夕食・朝食ともに: 個室または会食場)
- チェックイン: 15時以降
チェックアウト: 10時



※睡眠の質計測は2名まで

旅館やまと

上記料金より **-1,000円**

- 部屋タイプ: 和室8～12畳 (定員4名、バスなしトイレ付)
- 食事内容: 和食 (夕食: 個室または会食場、朝食: 会食場)
- チェックイン: 15時以降
チェックアウト: 10時



※睡眠の質計測は2名まで

三河湾リゾートリンクス

- 部屋タイプ: ツイン+6畳 (定員5名、バストイレ付)
- 食事内容: 和食、洋食またはバイキング (曜日によって異なります) (場所: 夕朝食共にレストラン)
- チェックイン: 15時以降
チェックアウト: 11時



※睡眠の質計測は3名まで

