



This image is a promotional brochure for the Aichi Health Plaza. It features a top banner with the text 'CHECK & DO' and various icons. Below this are sections for a drawing competition, temporary closure notices, service information, and event details. The brochure includes a map of the area around the plaza and contact information at the bottom.

楽しく
健康づくり!

健康開発館のご案内

小学生 向けの

体力アップ教室

楽しく、体を動かしながら、スポーツの基本動作、速く走るコツや、マット運動などを学べます。運動に自信のない方にもお勧めです。講師は運動のスペシャリストが務めます。マット運動を担当するのは新体操で日本一になった経験をもつ講師が担当！

教室の流れ(例)

- 10:00 受付開始
- 10:30 教室開始(準備運動)
- 10:40 測定1回目
- 10:50 上達に向けた練習開始！
- 11:40 測定2回目
- 11:50 測定結果のお返し

開催予定

日程	テーマ	時間	予約期間	定員
1月10日(土)	スポーツの基本動作 「最初の1歩を素早く動くコツ」	10:30~12:00	12/10~12/17	20名
2月7日(土)	50mを速く走るコツ	10:30~12:00	1/7~1/14	25名
2月21日(土)	マット運動のコツ「側転を目指して」	13:00~14:30	1/21~1/28	20名
3月7日(土)	マット運動のコツ「側転を目指して」	13:00~14:30	2/6~2/13	20名
3月14日(土)	50mを速く走るコツ	10:30~12:00	2/14~2/21	25名

会場 あいち健康プラザレクリエーションジム
持ち物 動きやすい服装、飲み物、タオル、室内用運動靴

ご予約はこちらの
WEBフォームよりお申込みください。
※定員を超えた場合は抽選となります。
※詳細はホームページをご確認ください。



泊まって
健康！

健康宿泊館のご案内

レストラン花の木からのご案内

季節の会席 ～冬～

6,000円(税込)

MENU

- 前菜 パンチェッタとアボカド、ベビーリーフのサラダ
お造り 季節の刺身 3種
台の物 フグの一夜干し鍋
魚料理 ガーリックシュリンプ
肉料理 ポークの煮込みヘレス風
デザート クリーム白玉ぜんざい
※パン付き

●ご宿泊のお客様のみの
ご提供となります



【営業時間】ディナー 17:30~21:00 (最終入店 19:30)

【ご予約について】レストラン「花の木」は完全予約制です。4営業日前までにお電話にてご予約ください。

アレルギー食のご相談も承りますので、ご予約時に必ずお伝えください。※コンタミネーションについては対応しておりません。

【連絡先】TEL 0562-82-0235 (フロント直通)

プラザホテルのご案内



2026 お正月プラン

1/2 正月会席“和”



1泊2食付1人あたり(4名利用時) 15,000円～

部屋展開／シングル・ツイン
和室・スイート

注意事項／添い寝は特典対象外
・夕食時間：17:00 or 19:00

1/3 正月会席“洋”



1/2・3 お正月限定

3大特典

1 福袋

2 アメニティ

3 ペットボトル



お問い合わせ

あいち健康の森プラザホテル
TEL 0562-82-0235