

ご夫婦やお友達と一緒に

楽しく健康チェックしませんか？

選べるマイプラン 宿泊コース

1日目	
11:30~	健康度評価Aコース その日のうちに 結果を返却・解説！
15:00~	フリータイム チェックイン
18:30~	夕食
2日目	
7:30~	朝食
9:30 ごろ~	選べるプラン ①個別運動指導 ②管理栄養士による食事指導 ③禁煙サポート ④ヘルスアップコースに参加 ※感染症予防対策により一部プランを中止する 場合がございます。
12:00~	昼食



健康度評価



選べるプラン



料金 13,640円~

(健康度評価Aコース料金、食事料金含む 宿泊料金別途必要)

※申し込みは希望日の2週間前までとなります。予約状況によりお日にちはご希望に添えない場合があります。予めご了承ください。

お問い合わせは...

☎ 0562-82-0222 (ダイヤルイン)



あいち健康プラザ



食事写真

健康度評価写真

遠方からでも大丈夫！

気軽に健康チェックしてみませんか？

ホテル宿泊写真

温泉写真



宿 泊 型 マ イ プ ラ ン コース

1日目は健康度評価を受検して、そのままホテルに宿泊
2日目は選べる4つのプランから自由に選んで楽しめます！
旅行気分でご自身の健康について考えてみませんか？

料金

17,390円～18,590 円 (税込)

(内訳：健康度評価受検料, 食事3食分, 指導料金, 宿泊代, 入湯税)

お得!! 通常ホテルに宿泊する料金で、健康度評価も受けられます！

日程

1日目

2日目

11:30～	健康度評価受検
15:30	健康度評価の結果を返却・説明
16:00～	ホテルにチェックイン！ フリータイム ・お部屋でゆったり ・温泉でリラックス ・公園でお散歩
18:30	夕食

7:30	朝食
9:30～	選べるプラン ①ヘルスアップコースに参加 ※内容はHPをチェックしてください ②ジムで運動の個別指導 ③管理栄養士による食事指導 ④禁煙指導
12:00	昼食

※一例です

※申し込みは希望日の2週間前までとなります。
予約状況によりご希望に添えない場合があります。予めご了承ください。



あいち健康の森健康科学総合センター指定管理者
公益財団法人愛知県健康づくり振興事業団
(愛知県所管課 愛知県保健医療局健康医務部健康対策課)

予約センター Tel.0562-82-0222

【受付時間】9:00～17:00
【休館日】月曜日*、年末年始(12/29～1/1)



※月曜日が祝日の場合は翌日以降で最初の平日が休館日となります。※感染症の拡大状況により実施内容を変更する場合があります。

どうせ宿泊するなら…健康に！

あいち健康プラザで“ウェルネスな旅”を

健康チェック



温泉（もりの湯）



ヨガ



特別ヘルシーランチ



日程 ※希望日をお知らせください！最少催行人数1名～

自由にアレンジできます！お気軽にご相談ください！

※下記は一例です

1日目	健康チェック→ホテルにゆったりチェックイン 健康につながるおいしい食事や、湯布院の温泉の成分に近い温泉、カラオケ付きの宴会場も！ (朝食：－、昼食：－、夕食：○)
2日目	選べるプランで旅行を満喫！ 普段セルフケアできていない健康について学んで、楽しく癒されるプランをご用意！旅行中にあいち健康プラザでしかできないプランです！ 例) ヨガやバレトンなどのレッスン、食事についての講和など (朝食：○、昼食：○、夕食：－)

料金 1名様：17,390円～18,590円（税込）

（内訳：健康チェック代金、食事3食分、指導料金、宿泊代、入湯税）

お問い合わせ

※申し込みは希望日の2週間前までとなります。
予約状況によりご希望に添えない場合があります。予めご了承ください。

☎ 0562-82-0233（ダイヤルイン） 健康増進課 担当：横山

 **あいち健康プラザ**

あいち健康の森健康科学総合センター指定管理者
公益財団法人愛知県健康づくり振興事業団
(愛知県所管課 愛知県保健医療局健康医務部健康対策課)