

東京ドーム天然温泉 Spa LaQua(スパ ラクーア)  
 冷えを改善し、からだを温めリラックスする温活イベント  
スパイス ハーブ スパ ラクーア  
 『SpiceとHerbで温活美人 in Spa LaQua』開催  
 2021年1月6日(水)～2月28日(日)

東京ドーム天然温泉 スパ ラクーア(文京区春日1-1-1 ラクーアビル5～9F)では、2021年1月6日(水)～2月28日(日)の期間、冷えを改善し、からだを温めリラックスする温活イベント『SpiceとHerbで温活美人 in Spa LaQua』を開催します。

スパ ラクーアの天然温泉は塩化物強塩温泉で、冷え性や疲労回復などに効くほか、保湿・保温性にも優れています。本イベントでは、温泉入浴と組み合わせ、血行の促進やリラックス効果があるハーブを利用したサウナやエステメニュー、スパイスを使った料理などを体験いただくことで冷えを改善し、内と外からからだを温めリラックスしていただけます。さらに、入浴中にできる簡単ストレッチの紹介や、素敵なプレゼントがもらえるキャンペーンも実施するなど、スパ ラクーアならではのさまざまな温活をお楽しみいただけます。

■名称: SpiceとHerbで温活美人 in Spa LaQua

■期間: 2021年1月6日(水)～2月28日(日)

■場所: 東京ドーム天然温泉 スパ ラクーア

■URL: <https://www.laqua.jp/spa/>

■お客様からのお問い合わせ先:

TEL03-3817-4173(スパ ラクーア フロント)

■主な内容:

◇温泉・サウナ

①期間限定で女性サウナ「テルマーレ」が「よもぎスチームサウナ」に  
 女性浴室内にあるミストサウナ「テルマーレ」は、血行を促進しからだを温め、デトックスやリラックスの効果があるとされている「よもぎ」の香りでお楽しみいただけます。

②ハーブ系のオイルでもっと発汗！

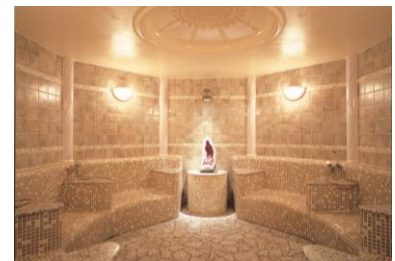
男女フィンランドサウナのセルフロウリュにて、ジンジャーやレモンの精油をブレンドした、喉に優しい温かみのある香りがある「ジンジャーレモン」のアロマ水を用意します。また、男女浴室内のサウナ室では、ジンジャーやティーツリーの刺激的な香りでの発汗力のある「ハーバルパワー」のアロマ水を使用して、スタッフがサウナストーブにオイルをかけるスタッフロウリュを実施します。

③ハーブの香りがするアメニティでリラックス

男女浴室内では、ハーブの香りがするシャンプー・コンディショナー・ボディソープを設置し、植物で満たされたイングリッシュガーデンにいるような香りに包まれリラックスしていただけます。



スパ ラクーア



ミストサウナ「テルマーレ」



女性用フィンランドサウナ「ヤルヴィ」

## ♪お風呂の中でできる簡単ストレッチ「正座入浴」をご紹介します

20年間で約30万人の施術実績を持つ柔道整復師の金 整一<sup>キム</sup>さんが考案した「正座入浴」は、湯船の中で約90秒、正座するだけで、スピーディーに体をあたため代謝もアップする方法。ふくらはぎ全体をお尻で加圧すると血流がアップし、そこにお湯の水圧と温熱効果が合わさって、血液が全身をめぐる体が一気に温まり、発汗も促されます。



正座入浴のやり方 かかと編

## ◇レストラン&カフェ

館内のレストラン&カフェ店舗では、からだを温める・胃腸を整えるなど美容と健康に嬉しいスパイスを使ったスパイシーな料理を提供します。

<店舗/メニュー例>

- ・「ニャーヴェトナム」 / 激辛トムヤムフォー 1,200円、  
牛肉のパクチーミントサラダ 1,100円
- ・「カフェカーサ&デリ」 / タコライス 1,180円、  
ガーリックシュリンプ(単品) 1,100円
- ・「THE BAR」 / 甘酒スパークリング - ジンジャーの香りとともに - 800円



激辛トムヤムフォー(イメージ)

など

## ♪「ふるさと祭り東京おとりよせねっ」とコラボ企画

人気イベント「ふるさと祭り東京」がお届けする、ご当地の味をおうちで楽しめる通販サイト「ふるさと祭り東京おとりよせねっ」(<https://tdfurusato.thebase.in/>)から厳選した、人気のスパイシーフードをスパ ラクーア内の「カフェカーサ&デリ」で提供します。

- ・2019東日本揚げパン部門で金賞を受賞  
パンの朝顔の「自家製牛すじ煮込みのカレーパン」  
単品 450円、ドリンクセット 750円
- ・「黒豚ココロカレー」・「豚なんこつキーマカレー」のどちらかお好きな  
方のハーフサイズカレー&デリセット  
デリ1種類 1,100円、デリ2種類 1,350円



自家製牛すじ煮込みのカレーパン  
(イメージ)



ハーフサイズカレー&デリセット  
(イメージ)

## ◇エステ&リラクゼーションサロン

女性の悩みで多い「冷え」にスポットをあてた「冷え」改善メニューを展開します。

<店舗/メニュー例>

- ・「アロマオイルリンパケア ユーロフィア」 / アロマ×ハーブ de 温デトックス 70分 11,690円

- ・「ハワイアンロミロミ ラニカイ・ハワイ」／冷え改善ほかほかロミ 70分 13,530円
- ・「骨洗いリンパ エステティックサロン ラピスカーナ」／骨洗い温活 100分 18,670円
- ・「フィジカルケア CURE BODY」／温活セットコース 70分 7,900円
- ・「タイ古式ヒーリング Ra.Ku.Sa」／ポカポカタイ古式ボディ 100分 11,200円 ※深夜料金あり
- ・「アクアトリートメント アヴァンタージュ(あかすり)」／温活ヴィシーシャワー 25分 5,200円 ※深夜料金あり
- ・「アクアトリートメント アヴァンタージュ(モロッコエステ)」／  
冷え改善トリートメント 50分 7,100円 ※深夜料金あり
- ・「ボディケア スパ ラフィネ」／脚の極み 40分 4,400円 ※深夜料金あり
- ・「リフレクソロジー スパ ラフィネ」／ジンジャーソルトバスリフレ 35分 3,980円 ※深夜料金あり
- ・「骨盤調整 コツバニア」／温(ホット)の深呼吸「猫背の肩」55分 6,070円 ※深夜料金あり
- ・「ヘッドスパ シュシュ」／頭皮美活 45分 6,600円 ※深夜料金あり

など



(イメージ)



(イメージ)

### ◇関連イベント

- ①館内のヒーリング バーデ「<sup>てんせんぼ</sup>恬泉房」で温活ワークアウトや温活ヨガを開催
  - ・温活ワークアウト／開催日時:期間中の日曜日 12:30～、13:30～(各回 約15分)  
参加料:無料
  - ・温活ヨガ /開催日時:期間中の火曜日 16:00～(約40分)  
参加料:500円

※ヒーリング バーデ専用ウエアレンタル料880円が別途必要

### ②温活グッズプレゼント

期間中、女性のお客様限定で、下着に貼るだけで簡単、場所を選ばずどこでもよもぎ蒸し気分が味わえる「よもぎ温座パット」をプレゼントします。



温活ヨガ(イメージ)



よもぎ温座パット(イメージ)

※お客様とスタッフの安全・安心を守るために、業界団体のガイドライン等に準じた感染予防対策を実施いたします

感染予防対策の詳細につきましては、公式ホームページ([https://www.laqua.jp/news/oshirase0625\\_spa/](https://www.laqua.jp/news/oshirase0625_spa/))をご覧ください

※今後の社会状況により、会期・内容に関しましては変更になる場合がございます

※記載の価格は全て消費税込です

### 【施設概要】

◎施設名:東京ドーム天然温泉 Spa LaQua(スパ ラクーア)

◎営業時間:11:00～翌9:00

◎入館料:18歳以上 2,900円 6～17歳 2,090円

※休日割増料(土日祝、特定日)+350円、深夜割増料(深夜1時～翌6時在館)+1,980円あり

※ヒーリング バーデ(18歳未満利用不可)+880円

※特定日日程及び特定日のご利用に関してはお問い合わせください

※入館規約をご確認の上、ご来館ください

◎定休日:不定休(施設点検・整備などによる休館日あり)

Spa LaQua

## スパ ラクーアの新型コロナウイルスに対する感染予防への取り組み

お客様とスタッフの安全・安心を守るために、業界団体のガイドライン等に準じた感染予防対策を実施しております。

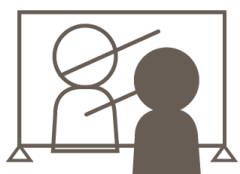
### ■スパ ラクーアの取り組み

#### <施設の対策について>

- ・フロントや対面販売店舗、インフォメーションなどサービスカウンターには、ビニールシートやアクリルボードを設置しています。
- ・日常清掃を強化し、特にお客様やスタッフが頻繁に手を触れる、エレベーターのボタン、階段の手すり、各扉の取っ手やドアノブなどの消毒を営業中にも定期的に行っております。
- ・休憩スペースやレストラン等では、座席の数を少なくし、ゆとりのある座席配置にしております。
- ・ロッカーは隣との間隔を空けてご案内しております。
- ・館内に関しましては、換気システムによる十分な換気を行っています。

#### <スタッフの対策について>

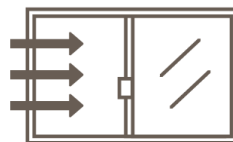
- ・スタッフはマスクやフェイスシールドを着用し接客を行っております。
- ・スタッフは出勤前・出勤中に検温を行うと共に、体調不良者は勤務を行わないようにしております。
- ・スタッフも頻繁に手洗い・うがい・手指の消毒を行っています。



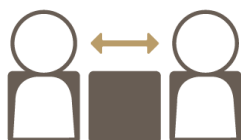
飛沫防止シートの設置



定期的な消毒・除菌



換気強化



ゆとりある座席配置



ロッカーの間隔をあけてのご案内

#### 施設の対策について<図解>



#### 施設の対策について<スパ館内写真>