



あいち健康プラザ

2025.1

2025.3

NEWS



1 健康開発館

1泊2日でゆったり旅行気分で健康について学んでみませんか？

2 プラザホテル

レストラン花の木のご案内
プラザホテルからのご案内

3 CHECK&Do!

出張！小学生向けの運動教室
地域で活躍するボランティア
～愛知県健康づくりリーダーについて～
イベント情報・休館日のご案内

2024 冬号



Winter
Vol. 98

楽しく健康づくり!

健康開発館のご案内



1泊2日でゆったり旅行気分

健康について学んでみませんか?

ご自身の**健康**をチェック!

1日目

空いた時間は**ご自由**に!

食事は景色のいいレストランを利用できます。



保健師による
結果説明!!



宿泊日は
トレーニングルーム
が無料で
利用可能



近隣施設で
旅行気分!
ご飯も美味しい
ですよ!



お部屋で
ゆっくり
過ごすのも
good



夜はゆっくり
温泉に浸かって
リラックス気分!



1 ヘルスアップ コースに参加

みんなで運動したい方におすすめ!
レッスンの種類
・ヨガ ・エアロビクス
・バレトン ・太極拳
などなど
1時間のレッスンです。



2日目

お好みの
プログラムを**チョイス**!

4つの項目
から1つお選び
ください。

2 運動の個別指導

マンツーマンで
丁寧にご指導します!



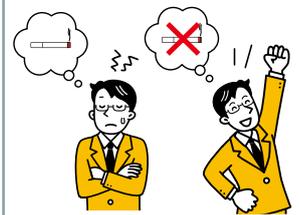
3 食事指導

あなたの食事の悩みを
解決します!



4 禁煙サポート

資格を持った保健師が
全力でサポートします!



選べるマイプランコース

料金

17,390円〜(シングル)

17,490円〜(ツインを2人で利用)

(宿泊代+検査代+食事3食分+指導料金含む)

団体でのご予約も
承っております!!

まずはお問い合わせください! TEL 0562-82-0222

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

冬会席のご案内

お品書き

- 前菜 季節の前菜5種
コーンポタージュ/ベーコンキッシュ
ハーブミート/サーモンカルパッチョ
豆乳チーズ バジルの香り
- お造り 鮭/寒鰯/鰯
- 魚料理 帆立コンフィと赤海老の白ワイン蒸し
〜ソースアメリカーナにて〜
- 天ぷら 海老/ナス/春菊
- 鍋物 イトヨリ鯛のみぞれ鍋
- ステーキ 知多和牛のステーキ
季節野菜のロースト添え
ポルトソース
- 蒸し物 茶碗蒸し
- 御飯 根深飯とつくねとゆずの吸物
- デザート レアチーズケーキ



6,000円(税込)

【営業時間】 デイナー 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日前までにお電話にてご予約ください。

アレルギー対応のご相談もお受けします。予約時にご相談ください。

【連絡先】 TEL 0562-82-0235 (フロント直通)



プラザホテルからのご案内

2025 お正月プラン

¥15,750

1泊1人あたり
(4名利用時) (2食付き)

部屋展開/シングル・ツイン・和室

注意事項/・添い寝は特典対象外

・夕食時間: 18:00or18:30or19:00

2025お正月プラン

3大特典

1 福袋

2 アメニティ

3 ペットボトル



1月2日
和食



1月3日
洋食

1/2日・3日
お正月限定

お問い合わせ

あいち健康の森プラザホテル

TEL 0562-82-0235



CHECK&DO



出張！体力アップ教室

小学生向けの運動教室

あいち健康プラザの運動指導員があなたのまちなちに出向き、からだを動かすことの大切さや、楽しさをお伝えします。実技はもちろんですが、運動に関する講義も受け付けております。

費用 無料

対象 愛知県内の小学生

～メニュー例～

速く走るコツ

遠くに投げるコツ

遠くに跳ぶコツ

運動することの大切さ



※詳細はお電話にてお問合せください。

受付時間：9:00～17:00 TEL：0562-82-0211



地域で活躍するボランティア

～愛知県健康づくりリーダーについて～

健康づくりリーダーとは

県民から健康づくりに理解と関心のあの方を広く募り、健康づくりの指導者として養成する研修・登録事業を昭和62年から行っています。令和5年度末時点で2,869名の方が登録しています。



<介護予防運動指導>

リーダーになるには

毎年1回、リーダー登録研修会を行っており、募集は6月頃に行います。募集案内はあいち健康プラザのホームページに掲載します。また県内の保健所・保健センターにも案内を送付しています。



<ご当地体操の制作>

主な活動内容

登録された健康づくりリーダーは、愛知県や市町村が行う健康づくり事業・イベントにおいて、健康づくり活動をしています。他にも体操制作や定期的に勉強会も行っています。



<スキルアップ研修会>



休館日のご案内

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	1

日	月	火	水	木	金	土
23	24	25	26	27	28	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5

休館日 全館休館日 もりの湯回数券特売日

★ イベント開催日



イベント情報

2025年 1/2,3
あいち健康プラザ 新年祭 2025
10:00～16:00 アトリウム、プラザホール
毎年恒例の新年祭イベントを開催。大好評の福袋抽選会(数量限定)を今年もやります！

2025年 2/23
あいち健康プラザ BON おどり大会
10:00～16:00 プラザホール
親しみあるアニメソングや歌謡曲にあわせて皆で踊りましょう！

2025年 3/16
スプリングフェスタ 2025
10:00～16:00 アトリウム、プラザホール
恒例のダンスステージやお子様楽しめるイベントを開催。

※状況により日程または内容が変更される場合がございます。

お申し込み・お問い合わせは TEL 0562-82-0211(代)



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
株式会社トヨタエンタプライズ・公益財団法人 愛知県健康づくり振興事業団共同体
(愛知県所管課 愛知県保健医療局健康義務部健康対策課)
〒470-2101 愛知県知多郡東浦町大字森岡字源吾山1-1

(交通のご案内)

◎JR名古屋駅から東海道本線「大府」駅まで16分、

JR「大府」駅西口から知多バス12分「あいち健康プラザ」下車

◎名古屋の中心から自動車約30分、大府東海ICから約10分

※所要時間、交通状況や事故等の影響を受けやすいため、目安での時間表記になります。

●ホームページアドレス ●

<http://www.ahv.pref.aichi.jp/>

