

週末1泊2日で女を磨く! 温泉&スパガイド

一度は行ってみたい High & Low

何度もしてみたい

美のプロ14人に、行きつけ&注目のスポットを緊急取材! 頑張った自分のご褒美や自分磨き、はたまた女子会に、週末を利用して美力UPの旅にもってこの美スポットにLet's go~!

文/秋葉樹代子 ※記載の金額以外に、消費税以外の税(入湯税など)やサービス料などがかかる場合があります。宿泊料は1泊の金額です。食事は含まれない場合があります。



High

“冷えや皮膚病に効く
大涌谷のお湯♡”

- メイベリン ニューヨーク
広範囲広部 マネージャー
溝渕順子さん
- 医師 友利 新さん
- 美容
ジャーナリスト
倉田真由美さん
- AMATA
オーナー
美香さん

お湯の
効能で美肌GET!
温泉編

心ほっこり&肌フルスベ♡
今すぐ旅したくなる
美肌温泉&宿!

ハイアット リージェンシー 箱根リゾート&スパ 箱根温泉

「YON-KA使用のスパトリートメントが◎」
(友利さん)。「野菜やフルーツの種子の
オイルを使ったトリートメントでリラックス」
(美香さん)。大好評のスパIZUMIのイ
チオメニューは開業5周年記念の新ト
リートメント「IZUMIデトックス」(110分・
¥27,000)やIZUMI シグネチャー「フル
テラピー ボディマッサージ」(80分・¥
22,000~)。



DATA 神奈川県足柄下郡箱根町強羅1320 ☎0460-82-2000 <http://hakone.regency.hyatt.jp>
野楽中心のヘルシーなディナーをいただけるブ
ラン。ステイヘルシー(1室2名利用で¥62,600~、2
月29日まで)や3人、4人での宿泊プラン(1室3名
利用で¥85,000~)が女性に人気。スパIZUMI
は9:00~22:00(最終受付~21:00)。

●酸性の硫黄温泉。神経痛、慢性皮膚炎、切り
傷、やけど、冷え症、動脈硬化、虚弱体質などに。



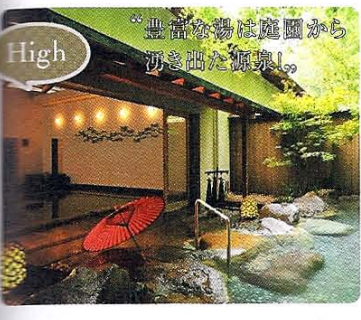
「一流のサービス。箱根の大自然の中でリ
ゾート気分を堪能できる」(横溝さん)。「犬
と一緒にのステイもOK」(倉田さん)。



16:00~19:00はフリードリンクタイム(宿
泊者のみ)。「浴衣のままラウンジで寛ぎつ
つシャンパンを!」(倉田)。

「ここが
オススメ」
「YON-KA使用のスパトリートメントが◎」
(友利さん)。「野菜やフルーツの種子の
オイルを使ったトリートメントでリラックス」
(美香さん)。大好評のスパIZUMIのイ
チオメニューは開業5周年記念の新ト
リートメント「IZUMIデトックス」(110分・
¥27,000)やIZUMI シグネチャー「フル
テラピー ボディマッサージ」(80分・¥
22,000~)。

「女性に硫黄温泉である
大涌谷温泉を源泉とした
湯と自然をたぶりと楽し
める温泉リゾートホテル。
「ホテルと温泉宿のいいと
ころどり♡」(友利さん)と
絶賛される大きな理由は、
温泉の湯だけでなく心身
の癒しを満喫できる「アジ
ユアリーな空間」と、「流石テ
ルならではのサービス。居
心地のよさにほれ込ませる
」も多数。さらに好
評なのが食事。鮎、フレ
ンチ問わず「本当に美味しい」
(倉田さん・横溝さん)。



High

“昔ながら庭園から
湧き出た源泉!”

強羅花壇 強羅温泉

- ファッション
プロデューサー
植松晃士さん
- あおいクリニック
院長 院長
中野あおいさん
- ヘアメイクアップ
アーティスト
中野明海さん
- 美容エディター&
ライター
秋葉樹代子さん



「温水プール、温泉、エステのラグジュアリーな融合を
提案する高級温泉のさきげ! 温泉はもちろん、立
地と空気感、それに料理も大好き♡」(中野明海さ
ん)。「お庭も素晴らしい、自然に癒される」(中野あ
おいさん)。「ホスピタリティが最高。訪れるたびにリ
ニューアルして、いつも新鮮な気分でお風呂と景色を
満喫できる」(植松さん)。「とにかく至れり尽くせり。露
天風呂付きのお部屋に泊まったら何度でも入りたく
なります!! 懐石ランチと温泉とか懐石ランチ&エステな
んていう白痴プランも満足度◎!」(秋葉さん)

DATA 神奈川県足柄下郡箱根町強羅1300
☎0460-82-3331 <http://www.gorakadan.com/>
スタンダード1室2名利用で1名¥50,000~、露天風呂付き
部屋1室2名利用で1名¥60,000~など。「KADAN SPA」
はビジター利用可。本格的懐石料理はお部屋でゆっくりと
いただける。

●開アルカリ単純温泉。美肌効果、神経痛、冷え症、疲
労回復、リウマチなど。



Low

“パワーを秘めた
絶景風呂!”

「心身が芯から癒される
と評判の東山温泉は、不
思議な力を持つと言ひ伝
えられているパワースポット
。伏見ヶ滝、のあたりから
湧き出している。パワーを
持つ湯と滝を望む絶景を
楽しんだあとは、美味しい
お酒をいただきながら地場
&旬の料理に舌鼓を。「お
湯、お酒、お料理、そし
て景色、まさに極楽♡」
(宇野さん)。

DATA 福島県会津若松市東山温泉108
☎0242-29-1000 <http://shousuke.com/>
予算や人数に応じてプランも多数。いちばん多いリーズナブルな
部屋は1部屋2~6名利用で1名¥10,500~。毎晩21:00より、地元
の東山芸妓による舞踏や会津方言など館内で公演。宿泊客は自
由に鑑賞することが可能。

●カルシウム、ナトリウム、硫酸塩化含有の高温泉。運動障害、
創傷、慢性皮膚疾患、慢性婦人科疾患、更年期障害などに。

庄助の宿 瀧の湯 東山温泉

美容ライター
宇野ナミコさん



「大浴場や露天、足湯など、浴場の数はなんと
12! 「溪流沿いなので、居るだけで気持ち
がいい! マイナスイオンをたっぷり浴びながら
温泉や足湯を楽しめます。女将さんが日本酒
の資格を持っているので、日本酒が充実して
おり、料理も最高♡」(宇野さん)。なかにはお
酒とお湯を同時に楽しめる浴場もあるとか。ツ
ルツル美肌になる湯として若者男女のリピー
ターが多数。

メイバリン ニューヨーク
広報広告部 マネージャー
津淵順子さん

「名將が傷も癒した
名湯に賢沢につかる」



「人と湯を合わせずゆべつと過ごす全室スイートの宿。24時間、お湯を満喫できず♥」(津淵さん)

DATA 神奈川県足柄下郡箱根町宮ノ下416
☎0460-82-4343 <http://www.tokinoshizuku.net/>
※1室2名利用で1名¥33,750〜。夕食は眺望ダイニングでの絶品懷石。
1200チェックアウト。隣接「四季の湯敷敷」も利用可能。
♥ナトリウム塩化物泉、種入湯、疲労回復、神経痛など。

シスレー PRマネージャー
野島裕子さん

「運皇かけ流しの湯は
文豪もとりこに♥」



「和石の湯船の内湯と、季節ごとに変わる自然の姿を映す水鏡のような露天風呂。時には季節限定のソング風呂も。」

DATA 長野県軽井沢町星野
☎0267-44-3580 <http://www.hoshino-area.jp/>
☎0930-2300 (最終受付2200) ◎大人¥1,200、子ども(3才〜小学生)¥1,000。ただしゴルフデンマークと8月は特別料金。
♥ナトリウム-硫酸水素塩・塩化物泉、高血圧、冷え症などに。

美容エディター&ライター
秋葉樹代子さん

「1日のほとんどを
お風呂で過ごす賢沢」



「秋葉には店や民家が1軒もない。『湯の息遣い』や鳥の声、風の音だけが響いて過ごす究極の癒し宿」(秋葉さん)。

DATA 秋田県仙北市田沢湖卒田字夏瀬84
☎0185-44-2220 <http://taenoyu.com/natuse-top.html>
全館1階(うち露天風呂付き9室、ジャグジーバス付き1室)。1室2名利用で1名¥23,000〜。マクビオテック食のプランなどもあり。
♥ナトリウム-硫酸塩泉、慢性皮膚病など。飲用で肥満症なども。

箱根 時の雫
箱根宮ノ下温泉

隠れ家のような温泉宿は全8室すべてに檜露天風呂付き。かの秀吉も傷を癒したという湯温高めの効能豊かなナトリウム塩化物泉は、訪れる人を美しく健康へと導いてくれる。



「ここがオススメ」

美容ジャーナリスト
倉田真由美さん

「1泊2日で
湯めぐりを楽しむ」

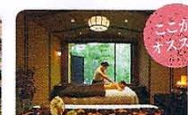


「昨年、スノガオープンしたことで、リーズナブルに温泉とスパが楽しめるようになりました!」(倉田さん)。

DATA 栃木県日光市鬼怒川温泉大原1021
☎0288-77-1313 <http://www.lgh.co.jp/>
スタンダード和室2名利用で1名¥15,750〜など。BLOOMING SPA KAIIKAのオススメは、フローラル リラックスボディ(60分 ¥15,750)。
♥アルカリ性単純温泉、神経痛、リウマチ、関節痛などに。

鬼怒川グランドホテル
夢の季 鬼怒川温泉

「世界遺産でバリエーションの日光に近。シルクバスや雲湯などバリエーション豊かなお宿です(倉田さん)。男女入れ替え制により、16のお風呂を楽しめるので、1泊2日の滞在で肌がツルツル&リフレッシュ。」



「ここがオススメ」

ヘアメイクアップアーティスト
油川ヨウコさん

「四季の景色に
包まれる大浴場」



「温泉も満喫でき、食事(特に夜の洋食&ワイン)もとっても美味しい、魅力的なホテルです」(油川さん)

DATA 青森県青森市八甲田1
☎017-728-2000 <http://www.hakkodahotel.co.jp/>
ツインルーム1室2名利用で1名¥19,650〜(3月31日まで)など。温泉、味覚、自然を楽しめるプランが多数。
♥湯治場として名高い、近隣の酸湯温泉を無料で利用可能。

八甲田ホテル
酸湯温泉

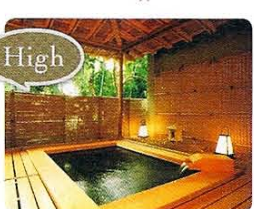
「原生林に囲まれた日本最大級の洋風木造建築のホテルのなかで、最も寛げるスペースは、原生林を眺望する大浴場!」近隣の酸湯温泉も5つお風呂に入っただけで宿泊はココに(油川さん)。



「ここがオススメ」

あおいクリニック 院長
中野あおいさん

「心が安らぐ庭と
お湯にほっこり」



「温泉の水を生かした、円庭施設内でのスパにも興味あり!季節ごとに変わる食事がとても魅力的♥」(中野あおいさん)

DATA 石川県加賀市山代温泉55-1-3
☎0761-77-1340 <http://www.mukayu.com/>
和室、洋室1室2名利用で1名¥31,650〜、和洋室1室2名利用で1名¥36,900〜など。貴重な食材を使った旬の料理も絶品!
♥アルカリ性単純温泉。種入湯、リウマチ、神経痛などに。

べにや無何有
山代温泉

全17室すべての客室から自然の山庭の眺めを楽しむことが出来る。全室露天風呂付きの宿。方林円庭、といわれる空間とアルカリ性単純温泉の湯、緩やかに流れる時がとと体を解放してくれる。



「ここがオススメ」

美容ライター
宇野ナミコさん

「1300年前から
変わらぬ効能の湯」



「私の“ナンバーワン温泉”!とろりとまるやかな美容液に入っているみたい。上がったあとのすべすべ感がすごい!!一緒にいった友人も大絶賛♥」(宇野さん)

DATA 和歌山県田辺市龍神村龍神38
☎0739-79-0007 <http://www.shimogoten.com/>
本館和室1室2名利用で1名¥12,600〜。弘法大師が湯浴したといわれている由緒ある温泉。
♥ナトリウム-炭酸水素塩温泉。疲労回復、健康増進、慢性皮膚病など。

下御殿
龍神温泉

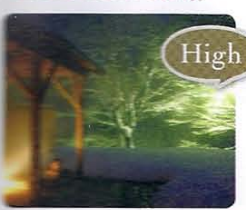
山の奥にひっそりと湧き出る、日本三大美人の湯のひとつ。皮脂を落とし肌そのものを美しくするだけでなく、肝臓の働きを高めて体のなかから美しくするお湯で、心ゆくまで堪能できる旅館。



「ここがオススメ」

美容エディター&ライター
秋葉樹代子さん

「1日のほとんどを
お風呂で過ごす賢沢」

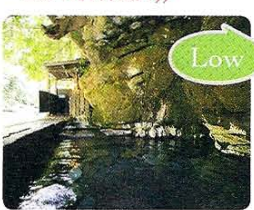


「秋葉には店や民家が1軒もない。『湯の息遣い』や鳥の声、風の音だけが響いて過ごす究極の癒し宿」(秋葉さん)。

DATA 秋田県仙北市田沢湖卒田字夏瀬84
☎0185-44-2220 <http://taenoyu.com/natuse-top.html>
全館1階(うち露天風呂付き9室、ジャグジーバス付き1室)。1室2名利用で1名¥23,000〜。マクビオテック食のプランなどもあり。
♥ナトリウム-硫酸塩泉、慢性皮膚病など。飲用で肥満症なども。

ホール&ジョー
ポーター PRマネージャー
西野絵梨さん

「川をせきとめた
秘湯の洞窟風呂」



「温泉エッセイストの山崎まゆみさんが“お湯がいい”とおすすめていた訪れたい温泉です」(西野さん)。

DATA 大分県玖珠郡九重町大字町田壁湯
☎093-78-8754 <http://www.kabeuy.jp/>
まるで“おばあちゃんの家”のような懐かしい雰囲気。地元産の材料で作った女将の手料理も◎。1室2名利用で1名¥11,700〜。
♥単純泉、神経痛、リウマチ、胃腸痛などに。

旅館 福元屋
壁湯温泉

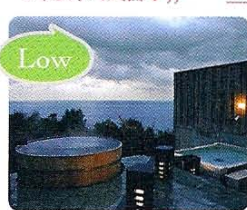
「ツウから秘湯として愛されている、岩の奥からお湯が湧き出しているという壁湯が天然石を使った手作り感あふれる湯船や、自然のなかで身を委ねる開放感が魅力的な洞窟温泉と称される。」



「ここがオススメ」

美容エディター&ライター
秋葉樹代子さん

「海につかっている
ような野天風呂♥」



「モダン和食の夕食と相模湾で水揚げされた魚を中心に、四季折々の伊豆の恵みをふんだんに使った料理も最高。」

DATA 静岡県伊東市富戸字花生場1214-1
☎0557-51-0393 <http://www.hotel-umi.jp/>
本館ツインルームおよび和室1室2名利用で1名¥18,630〜。本館和洋室1室2名利用で¥22,095〜。乗馬体験や自然散策の手配も可能。
♥炭酸、冷鉱泉、肥田土、慢性皮膚病、虚弱児童、疲労回復など

潮騒のリゾート ホテル
海 伊東富戸温泉

「という、海を目前に自然に包まれるように立つ宿。『野天風呂』から望む海は時間によって顔を変えてくれるので、朝も昼も夜も、ずっと入ってみたい!」(秋葉さん)。



「ここがオススメ」



High

シスレー
PRマネージャー
野島裕子さん

美容ライター
宇野ナミコさん

SUISHOEN SPA by sisley
スイショウエン スパ バイ シスレー

箱根・翠松園

独自性が
ものをいう!

スパ

独特なメニュー目当てで
わざわざ行きたくなる。
湯&技の極し!

“温泉×シスレーの
極楽ケアで美人度UP,,



ここが
オススメ



全国で2カ所しかないシスレーのスパのうちひとつ。「最高峰ライン、シスレーを使った贅沢なトリートメントが受けられる」(宇野さん)。「ラグジュアリーな宿で過ごしながら、温泉とシスレー製品でのスパトリートメントを楽しめます。シスレー製品の効果+温泉で肌は蘇ります」(野島さん)。スパ目当てで宿泊する女性も。

DATA

神奈川県足柄下郡箱根町小涌谷519-9
☎0460-86-0852
http://www.hakonesuishoen.jp/sisley/
◎13:00~22:00(最終受け付け21:00) ◎無
ビジターOK sisley フィアロマティックトリート
メント フェイシャル 60分¥18,000、同 ボディ 60分¥
17,000、90分¥22,000など。ハンド、フット、ヘッドな
どのオプションメニューあり。翠松園は全23部屋の
新感覚「RYOKANスタイル」。

●弱アルカリ性・単純温泉。冷え症、疲労回復などに。



翠松園は全部屋スイート仕様で露天風呂
付き。居心地◎でお料理も美味しい、
と評判。スタイリッシュスイート ツイン1室
2名利用で1名3万9500円〜。



ここが
オススメ

箱根・小涌谷から引
いたお湯はツルスベ
肌に。「下界と隔絶し
た静寂な空間で癒さ
れるお風呂は本当に
最高!」(宇野さん)。

肌を知り尽くしたシスレー
ストのカウンセリングにより、
肌悩みに合ったコースを提案し
てくれる。世界を代表する高
級コスメブランド・シスレーを使
ったスパ。箱根の深い森に抱か
れているような心地よさを体
感できる翠松園の自家源泉の
弱アルカリ性単純泉との相乗
効果で、芯からほぐれるよう
なりラックス感を。たった1回
の施術と1泊2日の宿泊とは
思えないふりつぎりの肌に出合
えるはず。

あおいクリニック
銀座 院長
中野あおいさん

ヘアメイクアップ
アーティスト
濱田マサルさん

星野リゾート ウトコ
オーベルジュ&スパ

“海洋深層水&美食で
体の内から外まで美容漬け,,



High

ディーシーセラピーセンター内は、海から吹き
込む空気と海洋深層水プールから立ち上がる
ミネラルを含んだミストで充滿しているの、い
わば、天然のセラピールーム。海洋深層水プ
ールに浮かんで、休んで、リフレッシュ。海洋深
層水や海藻などを使ったプログラム(2時間¥
15,000〜)でマッサージやパックといった施術
を受けて、心と体の日頃のこわばりをほくして。

景勝地でありパワースポ
ットでもある室戸岬に立
つ、非日常へと誘ってくれ
る大人のためのオーベルジュ
ユ&スパ。食とスパプログ
ラム&トリートメントによ
るトータルセラピーで、美
と健康へと導かれる。「フ
ランスのタラスソバミたい」
(中野あおいさん)。「行っ
た人が100%、よかつた
と言っている」(濱田さん)
と、プロも通いっつめ!

DATA

高知県室戸市室戸岬町6969-1 ☎050-3786-0022 ht
tp://www.utocods.co.jp/ ◎不定期 ビジターOK
スタンダード1室2名利用で1名¥22,000〜、日帰りプランあり
(9:00、9:30、10:00のチェックインで3時間¥10,000、好きなテ
ラピー2つ+レストラン「Bonne Pêche」でのコースランチ)。

●ミネラルが特に豊富な室戸海洋深層水。体質改善や保
湿効果など。



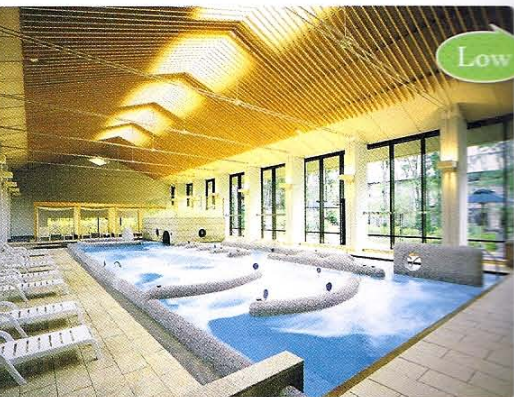
土佐の海と大地で育った食
材の調理にもミネラル豊富
な海洋深層水を使用。食
事のためだけに行く価値が
ある。

ヘアメイクアップ
アーティスト
濱田マサルさん

美容ライター
宇野ナミコさん

海洋深層水「赤沢スパ」
赤沢温泉郷・赤沢の里

“美デカラUPの
アミューズメント施設,,



Low

ジェットプールで肉体をほ
ぐしたあと、ディーブリス
パエリアやヘブンリースパ
エリアでの施術で、癒され
て。近隣の赤沢日帰り温
泉館にはエステティックサ
ロン&タイ古式マッサージ
も。「施設が充実してい
るので大人数でも気軽に楽
しめよう」(宇野さん)。



古くからロープワブの多
くの人々に愛されてきたラ
ンス発祥の海洋療法、
タラスソバミを受けられ
るスパ。赤沢沖の水深
800mの海洋深層水がも
たらす恵みが体の内側を
活性化。この自然療法に
より、細胞を活性化し、
自然治癒力がUP! 「気
がいい気がするから、心も
体がキレイになれそう♡」
(濱田さん)。

DATA

静岡県伊東市八幡野1754-114-4 ☎0557-54-5638 http://top.dhc.co.jp/
akazawa/akazawanosato/akazawaspa.html ◎10:00~20:00 土曜・日曜・祝日9:00~
20:00 ◎不定期 Deep Sea Spa 赤沢スパ体験パッケージ60分3000円、Heavenly Spa アカザワ
180分2万8000円など。宿泊は赤沢温泉ホテル☎0557-53-4890 ※9:00~17:00が◎。

●海洋深層水100%。美肌、むくみ改善、免疫力UPなどに。

ヘアメイクアップ
アーティスト
油川ヨウコさん

“オールハンドの
マッサージで昇天♡”



ファーストボディ
スバ 月フェイシャル
スバ ともに45分¥14,700のほか、季節ごとの
リトリートがある。



ここが
オススメ

DATA 神奈川県足柄下郡箱根町元箱根80 ☎0460-83-6321
http://www.odakyu-hotel.co.jp/yama-hotel/spa/
◎14:00~23:00 ◎不定期 ビジターOK 小田急山のホテルの宿泊
は、スタンダードツイン1室2名利用で1名¥24,150~。

♣️アレルギー単純温泉。神経痛、ストレス解消、関節痛、冷え症などに。

スパ モンターニュー
小田急 山のホテル

芦ノ湖畔に建つ湖畔リゾートのスパ。「開放感のある部屋でオールハンドで行う丁寧なマッサージと箱根のパーリメントを取り入れてくれる。ホテルのクラシクな感じもよし、料理も美味しい♡」(油川さん)。

美容ライター
宇野ナミコさん

“海水と海藻で
ミネラル補給&癒す”



ブレイクラン¥5,775、
トランスショナル タラ
ソ¥12,600、タランボ
ー¥19,950(いず
れも土曜、日曜、祝日、
特定日は+¥1,050)。



ここが
オススメ

DATA 千葉県勝浦市興津1920 ブルーベリーヒル内 ☎0470-70-5550 (予約受付9:00~18:00) http://www.thalasso.jp/tmp/
◎9:00~21:00(最終受付20:00)、GWと夏季は~22:00(最終受付21:00)。トリートメントの最終受付は17:00。アクアティックは閉館30分前。
カフェの料理もヘルシーで美味しいと評判(ディナー予約は不可)。

AMATA
オーナー
美香さん

“パワースポットの気を
体内に巡らせる”



顔トリートメント80分1
万7850円、タイ伝統
古式ボディトリートメン
ト60分9450円など、
メニューも充実。

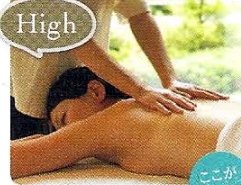


ここが
オススメ

DATA 鹿児島県鹿毛郡屋久島町麦生字萩野上553
☎0997-47-3488 http://www.sankarahotel-spa.com/
◎10:00~22:00 ◎無 ビジターOK サンカラ ホテル&スパ 屋久島の
宿泊は1室2名利用で1名¥25,000~。
自己免疫力を高める、18種のハーブで作ったハーバルボールを使用。

美容ライター
橋本日登美さん

“自然と体と心を
調和させる施術”



「その日の月の形で
施術が変わるという
ユニークかつ自身に
影響がありそうな月の
癒しコースは興味
あり!」(橋本さん)。



ここが
オススメ

DATA 愛媛県松山市道後峯谷町4-4 ☎089-915-2222
http://www.oborozukiyo.jp/esthetics/
◎14:30~23:00 ◎不定期 ビジターOK 月の癒しコース100分 ¥23,100
(事前予約で¥22,050)など。宿泊は1室2名利用で1名¥43,200~。

♣️アレルギー単純温泉。神経痛、筋肉痛、冷え症、疲労回復などに。

医師
友利 新さん

“神の島で受ける
大自然の恵みケア”



琉球月夜フェイシャル
45分、「月夜オイルや
シークアサーオイル
など沖縄独特のオイル
を使ってくれる。」(友
利さん)。



ここが
オススメ

DATA 沖縄県宮古島市下地字与那覇914 ☎0980-76-2109
http://www.miyakojima-r-tokyuhotels.jp/spa/
◎10:00~23:00(最終受付22:00) ◎無 ビジターOK 要予約
心身の緊張をゆるめるコース、月音110分¥19,800がイチオシ。その他、
体質に合わせたオイルが選べる、琉球アロマセラピー(¥9,400)も。

AMATA
美香さん

“東京にいるのを
忘れる心地よさ♡”



イチオシメニュー、ウィーク
デイ/スパエスケープは平日
限定のお得なプログラム
(施術2つ&食事つき)。2
時間1800香港ドル。



ここが
オススメ

DATA Salisbury Road, Kowloon, Hong Kong, SAR ☎852-2315-3322 http://www.peninsula.com/hongkong/jp/
◎8:00~23:00 ◎無
ザ・ペンシユラ香港(☎852-2920-2888)への宿泊は、1室2名利用で
5,000香港ドル~。

ファッション
プロデューサー
植松兎士さん

“ザ・スパ・アト・マンダリン・オリエンタル・東京
マンダリン・オリエンタル・東京”



宿泊と人気の110分
のスパトリートメント、
客室内での朝食がセ
ットの「MORリラクセ
ーション」は1人7万56
00円~。



ここが
オススメ

DATA 東京都中央区日本橋室町2-1-1 ☎03-3270-8300(予
約受け付け9:00~22:00) http://www.mandarinoriental.co.jp/tokyo/
◎スパ/トリートメント9:00~22:00 ◎無 ビジターOK
2.3人の女友達との自分磨きプラン(フィットネス、スパ、トリートメント、食事、アロマ
教室、お土産付き)1名¥36,000もお得!

AMATA
美香さん

“東京にいるのを
忘れる心地よさ♡”



温泉に変わる
のは、おもにフ
ランスやイタリア
のオーガニックやデ
トックスに最適な
プロダクト。

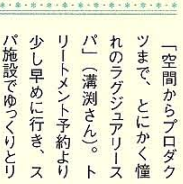


ここが
オススメ

DATA 東京都目黒区三田1-4-1 ☎03-5423-7000
http://www.westin-tokyo.co.jp/ ◎9:00~21:00(トリートメント開始
10:00~、最終受付20:00) ◎不定期 ビジターOK
充実のアクアエリア、銅製バスバ付ダブルスイートなども贅沢度UP。
フーショ ボディワーク(腹部以外の全身)90分¥34,650など。

香港
THE PENINSULA SPA
(ザ・ペンシユラ スパ)

“一空間からプロダク
ツまで、とにかく憧
れのラグジュアリス
パ”(満洲さん)。ト
リートメント予約より
少し早めに行き、ス
パ施設でゆっくりリ
ラクゼーションするこ
とで、心も体も芯か
らリラクゼーション可
能。



ここが
オススメ

弾丸で行きたい!! 海外の注目スパ

韓国
美容エディター
&ライター
秋葉樹代子さん



韓国ならではのトリートメン
ト、コリアンボウルは、Aコース
(全身)80分 198,000ウォ
ン、Bコース(全身&顔)120
分 275,000ウォン。



ここが
オススメ

DATA ソウル市麻浦区孔徳洞467 ロッテナシティホテル麻浦 3F
서울시마포구공덕동467 롯데마포시티호텔 3F
☎02-1599-1090 http://www.unaspa.co.kr/ ◎10:00~22:00(た
だし19:30~20:30は会員のみ) ◎日曜、正月、旧正月と旧盆の連休
予約制。LOTTE MAPO CITY HOTEL 宿泊者は30%オフ。日本語OK。