

## Press Release

2022年12月13日

### 軽井沢マリオットホテル

冬の軽井沢で、ココロとカラダをととのえる

ウェルネス ステイケーション

## 宿泊プラン「Wellness Staycation」を発売

ドクター監修の「ととのうガイド」で、気軽にエネルギーチャージ

期間：2022年12月20日(火)～2023年3月31日(金)



イメージ

軽井沢マリオットホテル（長野県北佐久郡軽井沢町、総支配人：阿良山 伸昭）では、2022年12月20日(火)～2023年3月31日(金)の期間、自然豊かな軽井沢で、澄んだ空気を吸いながらココロとカラダをととのえる\*宿泊プラン「Wellness Staycation」を発売いたします。

当プランでは、「食事・運動・睡眠」に着目し、ホテルでの滞在を通して、少しの工夫で心身がととのう\*体験をご提案いたします。アーリーチェックインで一足早くご滞在をスタートした後は、お部屋にウェルカムヘルシースナックをお届け。「スナックはいつ食べるのが良い?」「温泉でのくつろぎを最大限にするには?」「お休み前やお目覚め時におすすめなヨガポーズは?」など、約20個のウェルネスTipsを紹介したドクター監修のデジタル版「ととのうガイド」をご提供するほか、お部屋にてお好みのフルーツからお選びいただけるフレーバーウォーター作りなど、日々の生活に気軽に取り入れられる体験をお楽しみいただけます。ご滞在中はもちろん、ご旅行後の日常にもお繋げいただけるプランです。

澄んだ空気と豊かな自然に囲まれた冬の軽井沢で、ココロとカラダをととのえるウェルネスな滞在をご堪能ください。

\*当施設にサウナはございません。当プランの「ととのう」「ととのえる」とは、食事、運動、睡眠を通し医師の指導を基に作成したガイドを実践することで、生活リズムを見直していただくことを指しています。

## ■ ウェルネスステイケーション 宿泊プラン「Wellness Staycation」について

自然豊かな軽井沢で、美しい空気を吸いながらココロとカラダをととのえる宿泊プラン。ドクターが全面監修した「ととのうガイド」では、「食事・運動・睡眠」に着目し、日常生活に気軽に取り入れられる約20個のウェルネスTipsをご紹介します。お客様それぞれのスタイルに合わせて、お気軽にご体験いただきながら、軽井沢の滞在をお楽しみください。



イメージ

### 【ウェルネスTips一例】

- ・ 時間帯別のおすすめアクティビティ
- ・ お好みのフルーツを選んで作るフレーバーウォーターの作り方
- ・ お休み前やお目覚め時におすすめの呼吸法やヨガポーズ

## ■ 監修医師：TOKYOウェルネスクリニック神谷町院長 桂幸一氏より

宣教師A・C・ショー氏が、軽井沢の風土を“hospital without roof（屋根のない病院）”と呼びたたとえられる通り、標高1,000mに位置し、美しい自然と良い空気に包まれた軽井沢は、心身の活力を取り戻し、快癒に繋げるのに最適な場所と考えられます。滞在中の特別な体験をお楽しみいただくのはもちろんのこと、ご自宅に帰ってからも実践しやすい体験とガイドを、医学的な側面から考案しました。素晴らしい軽井沢の地で、ウェルネスにつながる健康習慣を学びながら、ご滞在を楽しんでいただければと思います。



桂 幸一氏：日本内科学会総合内科専門医、日本呼吸器学会専門医・指導医

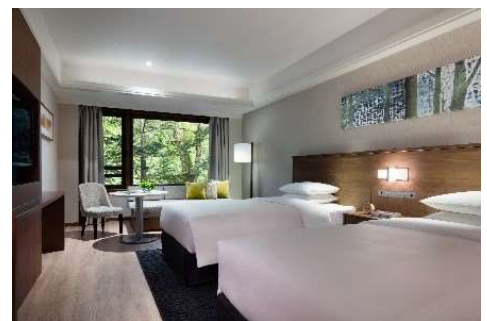
## ■ 「Wellness Staycation」概要

期間： 2022年12月20日(火)～2023年3月31日(金)

- 内容：
- ・ メインウイング スーペリアルーム（32㎡）やノースウイング 温泉露天風呂付プレミアルーム（39㎡）など4タイプから選べる客室でのご宿泊
  - ・ デジタル版「ととのうガイド」
  - ・ アーリーチェックイン(14:00)
  - ・ ウェルカムヘルシースナック
  - ・ お好みのフルーツで作るフレーバーウォーター
  - ・ ホテルレストランでのご朝食

料金： 1名様 25,935円～(2名様1室ご利用時)

※ 上記料金はサービス料・消費税込の料金です。別途、入湯税を申し受けます。



### <ご予約・お問い合わせ先>

軽井沢マリオットホテル TEL：0267-46-6611 URL：<https://www.karuizawa-marriott.com>

## ■ホテルにおける新型コロナウイルス感染拡大防止のための取り組みについて

軽井沢マリオットホテルでは、新型コロナウイルスによる感染症への対策として、お客様ならびに従業員の健康と安全を第一に考え、またお客様に安心してホテルをご利用いただけるよう、徹底した感染対策を行っております。

### 【パブリックスペースの取り組み】

- ・ロビーやレストラン、化粧室等へのアルコール消毒液の設置
- ・ドアノブやエレベーター内のボタンなどお客様の触れる機会が多い箇所への定期消毒の強化
- ・レストランなど席と席の間隔を広げるなどソーシャルディスタンスの確保 など

### 【ホテルスタッフへの取り組み】

- ・検温など毎日の体調チェック、また、37.0度以上の発熱や体調が優れない場合は自宅待機
- ・体調不良時の行動基準と従業員の健康状態を管理する仕組みを導入 など

### 【お客様へのお願い】

- ・ご来館時のマスク着用、手指のアルコール消毒のご協力
- ・ご宿泊、レストランご利用時の検温実施 など

詳細はホテルWEBサイトをご覧ください。 <https://www.karuizawa-marriott.com/>

## マリオット・ホテルについて

世界65以上の国と地域において、600軒以上のホテルとリゾートを展開するマリオット・ホテルは、ゲストがリラックスし、マインドをクリアにし、新しいアイデアを引き出すお手伝いをしたり、旅行者のニーズを先読みすることで、ゲストにひらめきを与え自身のもつポテンシャルをフルに活かせるようにし、滞在中のあらゆる面を通して旅行というものを進化させています。マリオットはスタイル、デザイン、テクノロジーを融合した「グレートルーム ロビー」や「モバイルゲストサービス」を導入するなど、革新的なアイデアで業界をリードしています。詳しい情報は[www.MarriottHotels.com](http://www.MarriottHotels.com)をご覧ください。また、[Facebook](https://www.facebook.com/marriott)や[Twitter](https://twitter.com/marriott) (@marriott)、[Instagram](https://www.instagram.com/marriotthotels) (@marriotthotels)でも情報を発信しております。マリオット・ホテルは、マリオット・インターナショナルのグローバル・トラベル・プログラムであるMarriott Bonvoy® (マリオット ボンヴォイ)に参加しています。Marriott Bonvoyは会員の皆さまに並外れたグローバルブランドポートフォリオや[Marriott Bonvoy Moments](https://www.marriott.com/bonvoy-moments)での体験、そして無料ホテル宿泊に向けたポイントやエリートステータス昇格に向けた泊数獲得を含む、比類なき特典をお届けします。無料会員登録やプログラム詳細については、[MarriottBonvoy.marriott.com](https://www.marriott.com/bonvoy)をご覧ください。

---

### (本件に関する報道関係の皆様からのお問い合わせ先)

軽井沢マリオットホテル 広報担当：吉住、谷口

TEL：0267-46-6611 FAX：0267-46-6061 E-mail：[press@karuizawa-marriott.com](mailto:press@karuizawa-marriott.com)