

2013年5月16日

医師・管理栄養士の『医学的ノウハウ』+ プリンホテルの『ホスピタリティ』を融合

ザ・プリンス パークタワー東京 / グランドプリンスホテル新高輪 / ザ・プリンス 箱根

3 ホテルで【アンチエイジング / ダイエット / 食と健康】をテーマに 美と健康を追求する 2泊3日の「週末断食」プランを実施

株式会社プリンスホテル（本社：豊島区東池袋 3-1-5、代表取締役社長：小林正則）は、医師・管理栄養士による健康セミナーや、健康運動指導士によるウォーキングレッスンなどをプログラムに組み込んだ 2泊3日の「週末断食」プランをザ・プリンス パークタワー東京、グランドプリンスホテル新高輪、ザ・プリンス 箱根の3ホテルで2013年6月14日（金）～2014年3月15日（土）まで全10回実施いたします。

“美や健康”に対する知識を追求しリピーター需要も拡大すべく、それぞれのホテル毎にセミナーのテーマを設定しました。ザ・プリンス パークタワー東京のテーマは【アンチエイジング】。ご自分の体と向き合いながら、天然温泉も備える会員制の「スパ&フィットネス」にて、ヨガプログラムや水中で体をほぐすアクアプログラムに参加。都会でありながら広大な日本庭園の中に建つグランドプリンスホテル新高輪では【ダイエット】をテーマに初日と最終日に BoCA 測定（体組成測定）をし、体の状態を数値でもご確認いただけます。世界文化遺産登録で今注目が集まる富士山をホテルから望めるザ・プリンス 箱根では【食と健康】を学びながら湖畔散策や水族館で自然とふれあい、SPAの施術でさらに美を追求します。

プリンスホテルの週末断食プランは、「医師・管理栄養士監修」の元、シェフと共に考案した断食プラン専用メニュー（スープ）を取り入れ、3日という短期間で体質や生活のリズム改善だけでなく、ホテル内や周辺の自然環境で気分もリフレッシュしていただけることが特徴です。

アベノミクス効果などで経済活動が活発化し、今後更に忙しいビジネスパーソンが増えることが予想されます。健康的な休日の過ごし方や健康志向の食品・グッズなど更に注目が集まる中、“ホテルで週末に断食をする”という需要の高まりも期待されます。ホテルのリラックスした空間で新しいスタイルの断食をご提案いたします。



管理栄養士監修の断食中メニューイメージ

週末断食プランURL <http://www.princehotels.co.jp/danjiki/>

本件に関する報道各位からのお問合せ先は
株式会社プリンスホテル マーケティング部
TEL:03-5928-1154 FAX:03-5928-1514

でかける人を、ほほえむ人へ。
西武グループ

「週末断食2泊3日プラン」概要

<p>ホテル名 お問合せ・ご予約</p>	<p>ザ・プリンス パークタワー東京 (TEL.03-5400-1111)</p> 	<p>グランドプリンスホテル新高輪 (TEL:03-3442-1111)</p> 	<p>ザ・プリンス 箱根 (TEL.0460-83-1111)</p> 
<p>開催数/募集人数</p>	<p>年4回 / 1回10名</p>	<p>年4回 / 1回10名</p>	<p>年2回 / 1回10名</p>
<p>対象(年齢)</p>	<p>20歳以上</p>	<p>20歳以上</p>	<p>20歳以上</p>
<p>料金 (1名さま)</p>	<p>1室1名利用 ¥60,000 1室2名利用 ¥45,000</p>	<p>1室1名利用 ¥57,000 1室2名利用 ¥41,900</p>	<p>1室1名利用 ¥58,000 1室2名利用 ¥43,000</p>
<p>共通内容</p>	<p>2泊分の室料 健康ドリンク 計4杯(朝1、昼1、夕2) ミネラルウォーター 医師セミナー または 栄養士セミナー ウォーキングセミナー (DVDによる)オリエンテーション 東海大学医学部付属東京病院 抗加齢ドッグ優待券プレゼント</p>		<p>最終日朝回復食(五穀粥) セミナーテーマ内容は下記参照 断食メニューのレシピご提供</p>
<p>各ホテル プラン内容</p>	<p>スパ&フィットネス (テクノジム社製トレーニングマシン・温水インドアプール・天然温泉・ジャグジー・ミストサウナ・ドライサウナ) ヨガプログラムや水中で行なうアクアプログラムもご参加いただけます。(プログラム内容は変更になる場合がございます) 水着・トレーニングウェア・シューズ・ソックスを無料でお貸しいたします。</p>  <p>レイトチェックアウト(3:00P.M.) VOD 利用無料 客室にヘルスメーターをご用意 断食後のご褒美ランチを¥2,800でご用意</p>	<p>ヨガレッスン(60分)</p>  <p>BoCA 測定(体組成測定) スロースタイルジム トレーニング1回無料 サウナ&ジャグジー 新聞・雑誌・書籍設置の専用ラウンジ「クラブフロア」利用</p>	<p>KAEDE SPA(40分) KAEDE SPAでの施術40分(代謝アップ効果の高いアロマオイルと、引き締め効果の高いソルトスクラブを使用するボディトリートメント または 肌本来の力を引き出すトリートメントで、ハリツヤある若々しいお肌へ導くフェイシャルのいずれかをお選び下さい。)</p>  <p>ルディックウォ-キング用ボール、靴レンタル フィットネスルーム利用 箱根園水族館入館券</p>
<p>セミナーテーマ</p>	<p>アンチエイジング</p>	<p>ダイエット</p>	<p>食と健康</p>
<p>実施日および セミナー内容</p>	<p>8月2日(金)~4日(日) 抗糖化生活でアンチエイジング 9月6日(金)~8日(日) 自分を知る!から始めるアンチエイジング 11月29日(金)~12月1日(日) 老化にまつわる怖い病気 糖尿病・認知症など 2014年1月17日(金)~19日(日) お正月太り解消ダイエット~巻にぞりも太りやすくやせにくくなったという方がおに~</p>	<p>6月14日(金)~16日(日) 自分に合ったダイエットを選んでいきますか?~ダイエット情報の検証~ 9月27日(金)~29日(日) 糖質制限はダイエットの敵!? 11月15日(金)~17日(日) あなたは痩せやすいタイプ? 痩せにくいタイプ? 2014年1月24日(金)~26日(日) お正月太り解消ダイエット ~ごちそう太りに1週間ダイエット~</p>	<p>10月5日(土)~7日(月) 食事でできる免疫力アップ 2014年3月15日(土)~17日(月) 健康情報のウソ?&ホント?</p>

料金には、サービス料・消費税が含まれております。(宿泊税・入湯税別)

セミナーの内容は変更になる場合がございますので、ご了承ください。変更の場合はWEBページにて更新いたします。

医師・管理栄養士について

< 医師 久保明氏 プロフィール >



東海大学医学部抗加齢ドック教授、慶應義塾大学大学院 政策・メディア研究科 特任教授、
および厚生労働省 薬事・食品衛生審議会 専門委員。

多くのメディアにユニークな視点から生活習慣病、アンチエイジングに関する医療情報を提供。
また、最新の医学情報を分かりやすく説く講演は、幅広い人気を集めている。

< 管理栄養士 田中景子氏 プロフィール >



栄養士薬膳研究会 会員、NPO みんなの漢方 理事であり、クリニックや食のカウンセリングを
行っている。また、「自然の薬箱 Cafe & Kitchen」のアドバイザーとしても活躍。

栄養と見た目に配慮した断食中の体にやさしい特別メニューをシェフと考案。

管理栄養士 田中景子氏が監修した断食中の食事メニュー(例)

- 1 日目夕食...洋風茶碗蒸しとアスパラスープの二層仕立て 約 220kcal
- 2 日目朝食...タピオカ入り抹茶ミルク 約 205kcal
- 2 日目昼食...マンゴーと野菜と豆乳の食べるジュース 約 220kcal
- 2 日目夕食...じゃが芋とマッシュルームのポターージュ エビビュレ葱風味添え 約 260 kcal

または、ブロッコリーのスープ ホタテのフランを添えて 約 200kcal

- 3 日目朝食...回復食

内容は変更になる場合がございます。

テーマに適したホテル環境

ザ・プリンス パークタワー東京【アンチエイジング】

- ・ヨガプログラムや天然温泉、プール、スポーツジムを備えた会員制スパ&フィットネス
- ・東京タワーの目の前で芝公園内の自然を散策しながら寺社めぐり
- ・断食プラン終了の後に食する特別メニューを日本料理 芝桜で販売

料金：¥2,800 メニュー：小鉢/海老と季節野菜の煮物/そば(冷製または温製)/温泉玉子/御飯 香の物/デザート

グランドプリンスホテル新高輪【ダイエット】

- ・約 20,000 m²の日本庭園散策
- ・スロースタイルジムで BoCA 測定(体組成測定)
- ・自分の体と向き合うヨガプログラム

ザ・プリンス 箱根【食と健康】

- ・世界遺産登録で注目の富士山や芦ノ湖畔を望む露天風呂など自然豊かな環境
- ・神社や芦ノ湖畔の遊歩道への散策用にノルディックウォーキング用ポールと靴を貸出

モデルスケジュール

ザ・プリンス パークタワー東京	グランドプリンスホテル新高輪	ザ・プリンス 箱根
1日目		
<p>2:00P.M. チェックイン</p> <p>3:00P.M. フリータイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スパ&フィットネス(無料) ・芝公園散策(寺社めぐり) ・エステ・リラクゼーションサロン(有料) <p>7:00P.M. オリエンテーション</p> <p>8:00P.M. 夕食/ドリンク</p> <p>9:00P.M. フリータイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スパ&フィットネス(天然温泉) <p style="text-align: center;">就寝</p>	<p>2:00P.M. チェックイン</p> <p>3:00P.M. フリータイム</p> <p style="text-align: center;">各自スロースタイルジムにて BoCA 測定</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サウナ&ジャグジー(無料) ・庭園散策 ・ビデオオンデマンド見放題等 <p>7:00P.M. 16Fボールルームにて オリエンテーション</p> <p>夕食/ドリンク</p> <p>8:30P.M. フリータイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サウナ&ジャグジー ・ビデオオンデマンド見放題 <p style="text-align: center;">就寝</p>	<p>3:00P.M. チェックイン</p> <p>4:00P.M. フリータイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・芦ノ湖畔庭園散策 ・温泉 <p>7:00P.M. 宴会場にて オリエンテーション 夕食/ドリンク</p> <p>8:00P.M. フリータイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・芦ノ湖畔庭園散策 ・温泉 ・フィットネス利用(無料) <p style="text-align: center;">就寝</p>
2日目		
<p>9:00A.M. 朝食/ドリンク</p> <p>10:00A.M. ウォーキングレッスン</p> <p>11:00A.M. セミナー</p> <p>12:00NOON プリンススイートルームにて 昼食/ドリンク</p> <p>1:00P.M. フリータイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スパ&フィットネス(無料) ・芝公園散策(寺社めぐり) ・エステ・リラクゼーションサロン(有料) <p>6:00P.M. 夕食/ドリンク</p> <p>7:30P.M. フリータイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スパ&フィットネス(天然温泉) <p style="text-align: center;">就寝</p>	<p>8:00A.M. 16Fボールルームにて 朝食/ドリンク</p> <p>9:30A.M. ヨガレッスン</p> <p>10:30 A.M. フリータイム</p> <p>12:00NOON 昼食/ドリンク</p> <p>1:00P.M. ウォーキングレッスン</p> <p>2:15P.M. セミナー</p> <p>3:30P.M. フリータイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サウナ&ジャグジー ・庭園散策 ・ビデオオンデマンド見放題 ・ボールルームにて読書等 <p>6:30P.M. 16Fボールルームにて 夕食/ドリンク</p> <p>8:00P.M. フリータイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サウナ&ジャグジー ・ビデオオンデマンド見放題 <p style="text-align: center;">就寝</p>	<p>8:00A.M. 宴会場にて朝食/ドリンク</p> <p>9:00A.M. セミナー</p> <p>10:00A.M. ・九頭龍の森までルディック ウォーキング、森林浴 ・縁結びのパワースポット と言われる九頭龍神社参拝</p> <p>12:00NOON 宴会場にて 昼食/ドリンク</p> <p>1:00P.M. 芦ノ湖畔にてウォーキングレッスン</p> <p>2:00P.M. フリータイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・KAEDE SPA(第1グループ) ・富士山を望みながら 庭園散策 ・温泉 ・箱根園水族館見学 <p>7:00P.M. 宴会場にて夕食/ドリンク</p> <p>8:00P.M. フリータイム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・KAEDE SPA(第2グループ) ・芦ノ湖畔庭園散策 ・温泉 ・フィットネス利用(無料) <p style="text-align: center;">就寝</p>
3日目		
<p>8:00A.M. 朝食(回復食)</p> <p>12:00NOON ご褒美ランチ(有料・予約制)</p> <p>2:00P.M. チェックアウト</p>	<p>8:00A.M. 客室にて朝食(回復食)</p> <p>10:00A.M.各自スロースタイルジムにて BoCA 測定</p> <p>12:00NOON チェックアウト</p>	<p>8:00A.M. 宴会場にて朝食(回復食)</p> <p>12:00NOON チェックアウト</p>

スケジュールは変更となる場合がございますので、予めご了承ください。

ザ・プリンス 箱根のSPAは、第1グループ、第2グループのいずれかをオリエンテーションの際抽選でお選びいたします。

BOCA 測定とは・・・体組成測定