

2025年8月6日

箱根湯の花プリンスホテル

「秋バテ」をケアする月夜の瞑想×月光浴温泉×快眠の提案

標高 935m で整える「秋バテ退散！月夜の瞑想」を初開催

実施期間：2025年10月6日（月）～8日（水）、11月4日（火）～6日（木）



箱根湯の花プリンスホテル（神奈川県足柄下郡箱根町芦之湯 93、支配人：笹尾雅洋）では、2025年10月6日（月）～8日（水）、11月4日（火）～6日（木）の満月前後の合計6日間、「秋バテ退散！月夜の瞑想」を実施します。標高 935m と箱根で最も標高の高い、当ホテル隣接の「箱根湯の花ゴルフ場」のコースを特別に夜に開放して実施する瞑想体験です。標高の高い場所は、気圧・酸素濃度が下がることで体が省エネルギーモードに入りやすく、自然と副交感神経が優位になると言われています。体がリラックスしやすいこの場所で、月のパワーを感じながらの瞑想、月光浴をしながらの温泉を楽しんだ後は、昭和西川株式会社のマットレス MuAtsu（ムアツ）で快適におやすみいただけます。猛暑後の疲れが出やすい「秋バテ」の時期に合わせた体験です。

■ 実施の背景

夏の疲労や朝晩の寒暖差、気圧変化によって自律神経が乱れ、体調が優れない状態になる「秋バテ」は猛暑が続く近年は顕著に見られるようになりました。標高 935m の箱根湯の花プリンスホテルは、都市の喧騒から離れた静かで落ち着いた環境にあります。この穏やかな環境は、ストレスを軽減し、副交感神経を優位にする効果が期待できます。その結果、心拍や代謝が落ち着き、深いリラックス感や良質な睡眠へと繋がりとやすくなると考えられます。月が美しいこの時期に、この土地だからこそその深い睡眠の機会を届けたいと考え、企画しました。

◎本件に関する報道各位からのお問合せは
箱根湯の花プリンスホテル 広報
TEL: 0460-83-5112（直通） FAX: 0460-83-6556
<https://www.princehotels.co.jp/yunohana/>



Seibu Group
でかける人を、ほほえむ人へ。

「秋バテ退散！月夜の瞑想」のポイント

【1】月の下のゴルフ場で「月夜の瞑想」

ホテルに隣接する「箱根湯の花ゴルフ場」内でも随一の絶景を誇る 16 番ホールを夜間に特別に開放し、月明かりの下で、芝生の上に座って静かに呼吸を整える「月夜の瞑想」を実施します。この場所では月の出に加え、眼下には相模湾や、遠く都心部の夜景までが一望できます。視覚や聴覚からの刺激が少ない夜は、心の波を穏やかに整える絶好の時間帯です。心地よい自然の中で深い呼吸と意識の集中をすることで脳を休ませ、自律神経を整えて質の良い休息をもたらします。

【実施日程】

10月6日(月)6:00P.M.~7:00P.M. - 中秋の名月

10月7日(火)6:00P.M.~7:00P.M. - 満月

10月8日(水)7:00P.M.~8:00P.M.

11月4日(火)5:00P.M.~6:00P.M.

11月5日(水)5:00P.M.~6:00P.M. - 満月

11月6日(木)6:00P.M.~7:00P.M.



*当日の流れ

- ・開始時間にフロントロビーに集合後、車両にて 16 番ホールへ移動
- ・「快眠のための夜瞑想」を約 40 分体験
- ・車両にてホテルへ戻り、終了

【料金】お一人様 ¥500 (税込)

【定員】最大 9 名様まで

【予約】お電話にて事前予約制、空きがある場合には当日フロントにて受付

https://www.princehotels.co.jp/yunohana/plan/totonoeru_2025/

【注意事項】

- ・天候状況により、出発時間を変更する場合があります。
- ・悪天候時は中止となります。

【2】「箱根一月に近い温泉」で月光浴

湯ノ花沢温泉は、駒ヶ岳東斜面の海拔約 950m 地点、箱根十七湯の中では最も高い位置にあり「箱根一月に近い温泉」です。この温泉は、箱根でも希少な乳白色のにごり湯は発汗作用があり、湯冷めしにくく美肌の湯として評判です。当ホテルで提供するのは地熱蒸気を利用した「蒸気造成温泉」です。孔底 350m から噴出する 180° の蒸気を蒸気井（地熱蒸気の井戸）を通過して湯畑で沢水と掛け合わせて 60° の温泉を造成します。



ホテル開業以来初の露天風呂リニューアル

周囲の景観に溶け込み、乳白色のにごり湯が自然に湧出しているような空間をめざし、浴槽内には鉄平石、縁石には御影石を採用し、自然の温もりを感じられるデザインに刷新しました。浴槽面積は男女露天風呂ともに23.2㎡となり、女性露天風呂は約1.6倍(改装前比)の大きさになっています。また、新たに屋根を設置したことにより、雨天時にも多くのお客さまが露天風呂を快適に利用できるようになりました。



【湯ノ花沢温泉について】

泉質：単純硫黄温泉

効能：神経痛、筋肉痛、疲労回復他

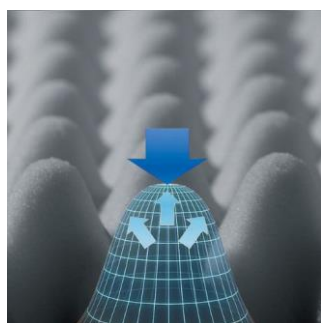
【3】老舗寝具メーカー昭和西川株式会社のマットレス「MuAtsu」導入の快眠ルーム

当ホテルでは、老舗寝具メーカー昭和西川株式会社のマットレス「MuAtsu」を全部屋に導入しています。独自の凹凸構造が体圧を分散し、理想的な寝姿勢を保ちます。寝姿勢を整えることで、快適な睡眠空間を実現します。

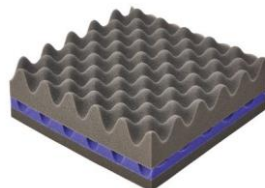
◆「MuAtsu」の特徴



血行を妨げにくく、
カラダの負担を軽減している



体圧を立体的に
バランスよく分散し、
寝ている時の身体を安定させる



上層の凹凸構造と高通気ウレタン
により高い通気性を実現している



客室布団イメージ

箱根湯の花プリンスホテルについて

自然豊かな山々に囲まれた湯けむり立ち上る天空温泉宿。乳白色温泉に浸かりながら眺める満天の星空で湯の花ならではの“癒やしと絶景”をご提供します。「和」を感じるモダンな客室と「彩」を感じる季節替わりのお食事で、温かみのある“湯の花のおもてなし”をご堪能ください。

<所在地> 〒250-0523 神奈川県足柄下郡箱根町芦之湯 93 <電話> 0460-83-5111

<客室数> 59室・チェックイン: 3:00P.M./チェックアウト: 11:00A.M.

<アクセス> JR 小田原駅より伊豆箱根バスで平常時約45分（「芦の湯」バス停下車）

東名高速道路 厚木 I.C.から車で約1時間

<箱根湯の花プリンスホテルで体験できること> <https://www.princehotels.co.jp/yunohana/experience/>