

ゆうふる通信

2025年 3月 3日
第225号 発行:ゆうふるtanaka

スポーツマン情報

4月から導入予定!

予約制 シニア向け
「運動個別サポート」講師:倉崎
生活状況などを確認して一人ひとりに合った
アドバイスをマンツーマンで行います。

有料

★サポート内容★

- ・パーソナルストレッチ
- ・パーソナルトレーニング
- ・効果的な運動の仕方(ストレッチ、筋トレ)
- ・正しい姿勢や歩き方、動きのチェック
- ・InBody結果説明とトレーニング作成
- ・生活習慣病、腰痛・膝痛予防改善体操 など

予約可能時間

月曜日 14:00~16:00
木曜日 14:15~16:15

※料金等詳細は来月号にて
お知らせします。



スポーツマン月利用券 4月分のフロントでの 更新手続きについて

4月1日(火)よりの料金改定に伴い、
スポーツゾーン月利用券の
4月分会費につきまして、
フロントでの更新手続きは
3月20日(木)以降より承ります。



お知らせ

現在、ゆうふるホームページからスタジオ
タイムテーブルの確認ができません。
最新のタイムテーブルは信州東御市振興公社
ホームページからご確認ください。



信州東御市振興公社
<http://tomi-kosya.com>

～スポーツゾーンご利用のお客様～
靴はシューズ袋に入れて
お持ちください

売店おすすめ商品

OH!LA!MO BEER

数量限定★好評販売中♪



ビール・ド・雷電
季節仕込みビール
春仕込み ホワイトエール
371円

口当たりやわらかな小麦麦芽と
クリーンな香りのシトラホップで仕上げた
春ならではのさわやかな味わい

売れて
ます



日本古来の栄養ドリンク
甚久盛 酒蔵の甘酒
900g 1,100円

湯あたり 注意!

外気との寒暖差が大きい季節です。
長時間のご入浴・サウナによる湯あたりに
ご注意ください。当日の体調に
あわせてご入浴ください。



足元注意! 立体駐車場 3階

立体駐車場 3階は雨や雪の場合、
路面がたいへん滑りやすくなります。
足元にご注意ください。



※本紙の価格はすべて【税込価格】です。

2025年
4月1日(火)より

入館料等の改定のお知らせ

令和6年東御市議会12月定例会において可決された温泉施設に係る条例の改正に伴い、東御市温泉4施設(湯楽里館、ゆうふるtanaka、御牧乃湯、アートビレッジ明神館)の入館料等は下記のとおり料金改定させていただきます。何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

◆ 主な改定料金 ◆

		現行料金	新料金	
当日券	入館料 大人(中学生以上)	510円	650円	
	ゆうふるtanaka 全館利用料(スポーツゾーン)	1,020円	1,200円	
回数券 (11枚綴り)	大人 入館券	5,100円	6,500円	
会員券	東御市 4温泉施設 共通利用券	1ヶ月	6,000円	7,000円
		6ヵ月	27,000円	32,000円
	ゆうふるtanaka スポーツゾーン 利用券	月会員	6,500円	7,500円
	登録料	2,030円	2,500円	

改定の背景 について

東御市のホームページ
「令和7年4月から一部
公共施設の利用料・
使用料が変わります」
をご参照ください。

*ゆうふるオリジナルプランである『全館利用回数券(11枚綴り)』は12,000円となります。

『スポーツゾーン会員券 ライトプラン(前期・後期)』は4,500円となります。

*小人料金は変更ございません。*スポーツゾーン登録料は再入会の際に必要な場合がございます。

*2026年4月1日から、東御市4温泉施設共通6ヵ月利用券は35,000円、

ゆうふるtanakaスポーツゾーン月会員利用券は8,000円へ改定を予定しております。

お食事処 営業時間



とうみ食堂

TOMI SHOKUDO

平日 ★11:00~17:00
(ラストオーダー 16:00)
土日祝日 ★11:00~20:00
(ラストオーダー 19:00)

食堂に関するお問い合わせは、
直接こちらにお電話ください。

☎050-8889-7314



半月だけ使いたい方に!
スポーツマン会員券
ライトプラン! 前期・後期

前期:該当月の1日~15日
後期:該当月の16日~末日

料金 3,820円

・新規登録料は別途頂戴いたします。
詳細はフロントにお問い合わせください。

感染症対策についてのお願い

温泉エリア、3階スポーツゾーンともにマスク着用はお客様ご自身の判断となります。
なお、スタッフ・インストラクターはマスクを着用する場合がございます。
手洗いなどの手指衛生や、体調が悪い場合は来館をお控えいただくなど、
引き続き、基本的な感染対策にご協力お願いいたします。

洗い場・サウナは場所取り禁止です

洗い場・サウナの場所取りに関し、多数の苦情(特に女性から)を頂いております。
場所取りはせず、譲り合いのご協力お願いいたします。

※本紙の価格はすべて【税込価格】です。

3月の休館日:4・11・18・25日(毎週火曜休館日)

千曲川温泉
ゆうふるtanaka
しなの鉄道田中駅より徒歩1分
TEL:0268-63-3715
長野県東御市田中278-18
営業時間/10:00~22:00
休館日/毎週 火曜日
駐車場あり/145台

案内図
東部湯の丸 IC南 浅間サンライン
田中 常田 国道18号
田中商店街 ゆうふるtanaka
しなの鉄道

ゆうふるtanaka
<http://yufuru-tanaka.com>
Eメール:yufuru@tomi-kosya.com

☆入浴券と電車賃がセットでお得☆ しなの鉄道往復割引切符
*お求めはしなの鉄道 軽井沢・中軽井沢・御代田・小諸・上田駅にて。
購入は駅窓口が開いている時間帯に限ります。切符は事前購入ができます。
購入日から2日間有効。
*割引率は乗車券1割引・入浴料100円引となっております。
※ゆうふるtanakaでは購入できません。あらかじめご了承ください。

ゆうふる 公式 アプリ

X (旧Twitter) @tanaka_yufuru