

笑顔!

元気!

健康!

家族みんなで
出掛けよう!

アクティブ ぐんま75

Active GUNMA 75

ご家族と一緒に温泉宿泊施設や、
フィットネスクラブなどを利用して
アクティブな毎日を過ごしませんか?

プレミアム特典

75歳以上
の方対象

温泉宿泊施設・フィットネスクラブ
など、お得にご利用できます。



主体的な健康づくり事業『アクティブぐんま75』について

群馬県後期高齢者医療広域連合は群馬県旅館ホテル生活衛生同業組合、セントラルスポーツ(株)と「健康づくり協定」を結び、『アクティブぐんま75』が生まれました。

『アクティブぐんま75』は、75歳以上の方々を対象とし、温泉・フィットネスを利用してアクティブに毎日を過ごすことによっていつまでも健康でいていただくための取り組みです。

群馬県後期高齢者医療広域連合

〒371-0854 群馬県前橋市大渡町一丁目 10 番地 7 群馬県公社総合ビル 6 階
TEL.027-256-7113 FAX.027-255-1312 担当：保健事業室

令和5年度 群馬県旅館ホテル生活衛生同業組合 特典一覧

※お電話にて直接ご予約ください。

地区 ▶ 伊香保				
旅館名	住所	電話番号	料金の目安 (消費税・入湯税別途)	具体的なサービス内容
心に咲く花 古久家	渋川市伊香保町伊香保 52	0279(72)3322	13,000 円～30,000 円	親孝行割引 1 名様あたり 1,000 円
美松館	渋川市伊香保町伊香保 131	0279(72)2655	12,000 円～18,000 円	親孝行割引 1 名様あたり 500 円
地区 ▶ 草 津				
旅館名	住所	電話番号	料金の目安 (消費税・入湯税別途)	具体的なサービス内容
草津温泉 碓びの宿高松	吾妻郡草津町草津 312	0279(88)3011	10,000 円～18,000 円	親孝行割引 1 名様あたり 1,000 円
地区 ▶ 水 上				
旅館名	住所	電話番号	料金の目安 (消費税・入湯税別途)	具体的なサービス内容
天空の湯 なかや旅館	利根郡みなかみ町湯掛曾 93	0278(72)3516	15,000 円～33,000 円	孫割引 ベビープラン利用で赤ちゃん 1 名無料
地区 ▶ 四 万				
旅館名	住所	電話番号	料金の目安 (消費税・入湯税別途)	具体的なサービス内容
四万温泉 豊島屋	吾妻郡中之条町大字四万 3887	0279(64)2134	15,000 円～42,000 円	親孝行割引 1 名様あたり大人 1,000 円、中学生以下 500 円
あやめや旅館	吾妻郡中之条町大字四万 4238-45	0279(64)2438	9,500 円～	親孝行割引 1 名様あたり 1,000 円
地区 ▶ 薬師温泉				
旅館名	住所	電話番号	料金の目安 (消費税・入湯税別途)	具体的なサービス内容
かやぶきの郷 薬師温泉 旅籠	吾妻郡東吾妻町本宿 3330-20	0279(69)2422	日帰り入浴 1,000 円	日帰り入浴料金 100 円割引
地区 ▶ 猿ヶ京				
旅館名	住所	電話番号	料金の目安 (消費税・入湯税別途)	具体的なサービス内容
湯元 長生館	利根郡みなかみ町猿ヶ京温泉 1178	0278(66)1131	11,000 円～15,000 円	75 歳以上の方粗品 (リストバンド等) プレゼント
地区 ▶ 片 品				
旅館名	住所	電話番号	料金の目安 (消費税・入湯税別途)	具体的なサービス内容
みやま	利根郡片品村花咲 731	0278(58)3512	7,500 円～	自家製のお土産 (野菜または手作りまんじゅうなど) を 1 名様一品
ペンションラパン	利根郡片品村花咲 2792-76	0278(58)4323	7,000 円～	武尊山登山の際、ご希望により登山道入口まで送迎いたします
ヴィア岩鞍山荘	利根郡片品村土出 2609	0278(58)7347	7,300 円～	夕食時 大人全員に梅酒一杯サービス
地区 ▶ 前 橋				
旅館名	住所	電話番号	料金の目安 (消費税・入湯税別途)	具体的なサービス内容
前橋 ホテル ルカ	前橋市天川大島町 1-19-22	027(224)5181	素泊 5,000 円～	親孝行割引 1 名様あたり 500 円

※「親孝行割引」は、後期高齢者の方を含む親子 2 世代、または親子孫 3 世代での宿泊で宿泊者全員が対象となります。

セントラルウェルネスクラブ特典

- ① はじめてサポート (初回カウンセリング)
- ② パーソナルトレーニング (30 分 × 2 回)
- ③ 友パス (入会后、2 週間の同伴者のご利用)

①～③が
無料



※県内在住の後期高齢者 (保険証の提示)、同居のご家族の方は身分証を提示

ゆっくり、じっくり、コミュニケーションを取りながら進めるレッスンで、体力に自信がない方でも気軽に楽しめるものを用意しています (追加料金なし)。今までにない達成感を是非お楽しみください！

教室「セントラリアン」

スポーツタイム

● ボッチャ

上記のような身体への負担が少ないスポーツを中心にを行います。

動きタイム

美しい姿勢づくり、からだの痛みの予防に効果がある簡単な運動を行います。

学びタイム

日常生活を豊かにするための生活に役立つ情報をお伝えします。

※詳しくは下記店舗にお問い合わせ下さい。

サービス対象箇所

セントラルウェルネスクラブ24前橋

群馬県前橋市天川大島町 1-2-1

☎027-225-0217



セントラルウェルネスクラブ高崎

群馬県高崎市東町 6

☎027-345-7611

