

令和8年度版

家族みんなで
出掛けよう!

元気!

健康!

笑顔!

アクティブ ぐんま75

Active GUNMA 75

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。

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?



健康づくり支援事業『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。

詳しくはこちら /



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



使ってみよう!
マイナ保険証

令和8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)	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	14,000円～30,000円	親孝行割引 1名様あたり1,000円
山陽ホテル	渋川市伊香保町伊香保557-13	0279(72)2733	12,000円～	宿泊料:予約金額の10%off
美松館	渋川市伊香保町伊香保131	0279(72)2655	13,000円～25,000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)	具体的なサービス内容
草津温泉詫びの宿高松	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)	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93	0278(72)3516	20,000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)	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、小学生以下500円
四万温泉 あやめや旅館	吾妻郡中之条町大字四万4238-45	0279(64)2438	12,600円～	親孝行割引 1名様あたり1,000円割引
春木亭 なかざわ旅館	吾妻郡中之条町大字四万4238-41	0279(64)2716	13,000円～	夕食時にお飲み物プレゼント
温泉三昧の宿 四万たむら	吾妻郡中之条町大字四万4180	0279(64)2111	16,000円～	親孝行割引 (大人のみ) 1名様あたり1,000円
四万グランドホテル	吾妻郡中之条町大字四万4228	0279(64)2211	10,000円～	親孝行割引 (大人のみ) 1名様あたり500円
四万やまぐち館	吾妻郡中之条町大字四万甲3876-1	0279(64)2011	15,000円～	親孝行割引 (大人のみ) 1名様あたり1,000円
溪声の宿 いずみや	吾妻郡中之条町大字四万3981-1	0279(64)2404	20,000円～	夕食時にワンドリンクサービス
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)	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 6,000円～	親孝行割引 1名様あたり500円
地区 ▶ 高崎				
旅館名	住所	電話番号	料金の目安(消費税・入湯税別)	具体的なサービス内容
ホテルサン	高崎市高砂町137-1	027(325)9330	素泊 6,000円～ 朝食付き 7,000円～	チェックアウト1時間延長無料 (通常10:00⇒11:00)
地区 ▶ 磯部				
旅館名	住所	電話番号	料金の目安(消費税・入湯税別)	具体的なサービス内容
舌切雀のお宿 ホテル磯部ガーデン	安中市磯部1-12-5	027(385)0085	15,000円～	親孝行割引 (大人のみ) 1名様あたり1,000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

体験料 500円が1回無料!



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!

メディカルフィットネスシリーズ

足底バランス改善…立ち姿勢、歩き姿勢に大切な足底バランス向上に焦点を当てた気づきの多いクラスです。

フレイル予防改善…身体的機能や認知機能の低下を予防し要介護状態に進まずにすむよう予備能力を高めます。

からだアクティブ…良い姿勢づくりやらくらく立ち座り等をテーマに、日常生活に必要な運動機能の向上を目指します。

※季節、店舗によって内容が変わる場合があります。 ※詳しくは下記店舗にお問い合わせください。

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 24 高崎

群馬県高崎市東町 6

☎027-345-7611

