

2022年10月31日

＜Sport & Do Resort リソルの森＞

**ガーデンセラピーの要素を取り入れた1日2組限定の宿泊プラン**

**『滞在型ウェルネスプラン ハーブガーデンセラピー』提供開始**

千葉大学 園芸学部 岩崎寛准教授監修、自然豊かな房総の森の中、  
ハーブの効果によって心身を整える滞在型「ウェルネスプログラム」



リソルグループ（グループ本社：東京都新宿区）が運営する体験型リゾート施設『Sport & Do Resort リソルの森』（所在地：千葉県長柄町）は、都心にほど近い中房総の森の中に佇む同施設ならではの空間を存分に生かし、心身共に心地よく滞在いただけるウェルネスリトリートプログラムの一環として、千葉大学 園芸学部 岩崎寛准教授監修による、ガーデンセラピーの要素を取り入れたハーブ尽くしの新プラン『滞在型ウェルネスプラン ハーブガーデンセラピー』を、2022年11月1日（火）より、1日2組4名様限定で提供開始します。

- ・リソルの森の滞在型ウェルネスプランの新プラン
- ・身体の悩みをタイプ分けして診断し、体調に合わせて選んだハーブの力で心身を整える1泊2日プラン
- ・ハーブ・アセスメントで悩みに合わせたブレンドハーブティとフットバス、アロマオイルスプレー作り、ヘッドスパを体験
- ・テラスで楽しむハーブ尽くしの食事で整腸効果や美肌効果、抗酸化作用など様々なハーブの効果を取り込むプランです

「ハーブ・アセスメント」により、自身の体調に合わせ選んだハーブの力によって疲労やストレスの解消に。

リソルの森では、2020年7月にオープンしたグランピングエリア「グランヴォー スパ ヴィレッジ」内にハーブナーセリーを設け、自家栽培しているハーブを使った様々な楽しみ方を提供しています。今回、さらにハーブの効果を実感していただくための新プランとして、日本ガーデンセラピー協会の理事も務められている千葉大学 園芸学部 岩崎寛准教授監修の1泊2日の『滞在型ウェルネスプラン ハーブガーデンセラピー』プランを開発しました。

様々な方法で植物と日常的に接することによって五感（聴覚、視覚、触覚、嗅覚、味覚）を刺激し、脳を活性化させ、自己治癒力を高めて病気にならない体づくりや健康寿命の延伸に役立つことが期待されるガーデンセラピーの要素を取り入れた同プランでは、自身の体調に合わせ選んだハーブの力によって疲労やストレスの解消につなげ、心身共に心地よく滞在していただくことを目的としています。

『滞在型ウェルネスプラン ハーブガーデンセラピー』では、チェックイン後に、25項目の質問からご自身の体の悩みをタイプ分けして診断し、その結果に応じて最適なハーブの組み合わせをご提案する「ハーブ・アセスメント」(120分)を行います。それぞれのタイプに合わせたブレンドハーブティとフットバス、アロマオイルスプレーづくりを楽しんでいただき、最後に作ったアロマオイルスプレーで香りに癒されながらヘッドスパ(30分)で心身共にリラックスしていただけます。



お食事は、身体にも優しいハーブづくしのメニューをご提供。ハーブの知識を学びながら健康に。

お食事は、夕食・朝食とも、ハーブづくしのメニューをご提供します。夕食時には、はじめに、「ハーブ・アセスメント」で診断された悩みごとに応じ、5種類のハーブの味を体験できる利きハーブの味覚体験をしていただきます。悩みに合わせてハーブの量を調整しながら共に楽しんでいただく料理は、どれもハーブを用いた選りすぐりのメニューとなっており、整腸効果や美肌効果、抗酸化作用など様々な効果が期待できます。メニューには、「森のハーブ図鑑」として、料理に使われている各種ハーブを、期待できる効果効能とあわせてご紹介しており、ハーブに関する知識も身に付きます。

そのほか、「グランヴォー スパ ヴィレッジ」内にある BAR もみじでは、ハーブカクテル（モクテルに変更可能）も1杯無料でご提供します。



ご宿泊は大自然に囲まれたグランピングで、森林セラピーの効果も。

ご宿泊は、グランピングエリア「グランヴォー スパ ヴィレッジ」にて、自然に囲まれた上質な宿泊体験ができる「テントキャビン」、アウトドアリビングとアウトドアダイニングで森の四季を満喫できる「テラスハウス」、ダブルルームのある贅沢なヴィラ「グランピングヴィラ」からお選びいただけます。大自然に囲まれた非日常の宿泊体験は、森林セラピーの効果も期待できます。もちろん、ご宿泊の方のみご利用可能な露天風呂付き天然温泉「紅葉乃湯」もご利用可能です。

また、本年10月より、施設内の本格スポーツ施設「メディカルトレーニングセンター」をはじめ、ロングジップやボルダリングなどのスポーツ&アクティビティが宿泊料金内でもご利用いただけるようになったため(※)、合間に体を動かして、より健康的な滞在にさせていただくことも可能です。

※一部施設を除く

## ■監修：千葉大学 園芸学部 岩崎寛 准教授

日本緑化工学会副会長、日本園芸療法学会理事、日本ガーデンセラピー協会理事

### <コメント>

リソルの森ではグランヴォー スパ ヴィレッジのプロジェクトに関わり、ハーブガーデンなど、宿泊者の皆様がハーブと関わる場づくりを提案してきました。今回、よりハーブの効果を実感して頂けるように、ハーブをたっぷり取り入れた宿泊プランを監修させて頂きました。ただ香りを楽しむだけでなく、心身への効果も取り入れたプランになっています。ご自身の体調に合わせたハーブのご提案、ご自身でハーブをちょい足しするディナー、温泉の後はハーブカクテルでリラックスタイム、朝はハーブティの香りで目覚めて頂けます。ハーブによるアロマセラピー効果だけでなく、緑に囲まれたリソルの森は森林セラピーの効果も得られます。

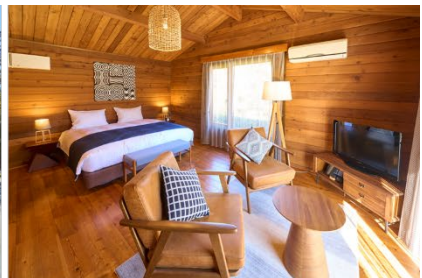


### <プロフィール>

専門は緑地福祉学、環境健康学。植物の保有する療法的効果について、緑地や植物からの視点だけでなく、看護学、心理学など様々な視点から研究を進めている。具体的には、園芸療法やアロマセラピー、森林療法などに関する研究と、それらを実践する場である医療福祉施設の緑化、緑を活用した地域ケアなどに関する研究を行っている。

## 『滞在型ウェルネスプラン ハーブガーデンセラピー』概要

- ◇プラン名 : 『滞在型ウェルネスプラン ハーブガーデンセラピー』
- ◇提供開始 : 2022年11月1日(火)～
- ◇販売数 : 1日2組限定(4名さま)
- ◇予約開始日 : 2022年10月26日(水)
- ◇ご予約申し込み先 : <https://www.resol-no-mori.com/spa/wellness-retreats/>
- ◇価格 : 1室2名様利用(1名様料金) 44,450円(税込)  
※サービス料・消費税込み  
※チェックイン1週間前までに要予約
- ◇客室タイプ : 「テントキャビン」「テラスハウス」「グランピングヴィラ」



### ◇内容：

#### ≪1≫ハーブ・アセスメント(120分)

- ・アセスメントシート25項目を回答し、体の悩みI～Vのタイプを診断。
  - I心の疲労
  - II体の疲労
  - III睡眠の不調
  - IVホルモンバランスの乱れ
  - V老廃物や毒素の蓄積
- ・診断結果に応じ、それぞれのタイプに合わせオリジナルで組み合わせたブレンドハーブティとフットバス、アロマオイルスプレーづくりを楽しむ。
- ・ご自身でつくったアロマオイルスプレーで香りに癒されながらヘッドスパ(30分)。



## 《2》お食事：ハーブづくしメニュー

### 【夕食】

はじめに、利きハーブで味覚体験。ハーブ・アセスメントの診断による5つの悩みごとに応じ、5種類のハーブの味を体験。

#### <メニュー>

- ・本日の漁港からの鮮魚と北寄貝のカルパッチョ バジルとタイムの香りの自家製トマトソースペンネ
- ・帆立貝と一宮産椎茸のハーブバターソテー
- ・パートフィロの干海老香辣醬ハーブ仕立てシノア風 粒マスタードのソース
- ・本日の漁港からの鮮魚と蛤 有頭海老サフランの香りのブイヤベース
- ・千葉県産しあわせ絆牛のランプ肉のブロシエット クレソンとセルフィーユのブーケ添え
- ・林檎と生姜のコンポート 白ワイン風味



#### <使用しているハーブの種類>

シブレット、マスタード、エシャロット、ローズマリー、バジル、セルフィーユ（フレンチパセリ）、ディル、イタリアンパセリ、エストラゴン、サフラン、ディジョンマスタード、柚子胡椒、山葵、ミント、シナモンパウダー、柚子

### 【朝食】

#### <メニュー>

- ・地元産野菜のスチームベジタブル5種のオイルで
- ・セロリラブの温製クリームスープ フェンネル風味
- ・ウイキョウ風味の自家製サーモンマリネサンド
- ・バジルとトマトのローストビーフクロワッサンサン
- ・自家製チッコカタメターノのフルーツソース ミント添え
- ・ハーブティ（おすすめのブレンド方法をみて、自分でつくる）

#### <使用しているハーブの種類>

バジル、フェンネル、ポワロー、ミント、バニラ



なお、夕食・朝食共に、メニューには、「ハーブ図鑑」が付いており、料理に使用しているハーブの効果効能を学びながらお食事を楽しめます。

 シブレット	 マスタード	 エシャロット	 ローズマリー
 バジル	 セルフィーユ	 ディル	 イタリアンパセリ
 エストラゴン	 サフラン	 ディジョンマスタード	 柚子胡椒
 山葵 (ワサビ)	 ミント	 シナモンパウダー	 柚子

### 《3》 BAR

「グランヴォースパ ヴィレッジ」内にあるBARもみじでは、ハーブカクテル「Healing Herb」（モクテルに変更可能）も1杯無料でご提供。

京都の「季の美」というジンを中心に地元“長生村”のシソのリキュール、八街産のジンジャーエールとトニックウォーターを加えた一品。国産のカボスとレモングラス、ローズマリーを添え、ハーブの香りに癒されるオリジナルハーブカクテル。



### <その他>

- ・天然温泉「紅葉乃湯」入浴

グランヴォー スパ ヴィレッジ内にある黒湯が特徴的な天然温泉「紅葉乃湯」がご利用可能。地下 600m から湧出するミネラル分の豊富なとろのお湯は“美肌の湯”とも称されており、露天風呂付きで楽しめる。



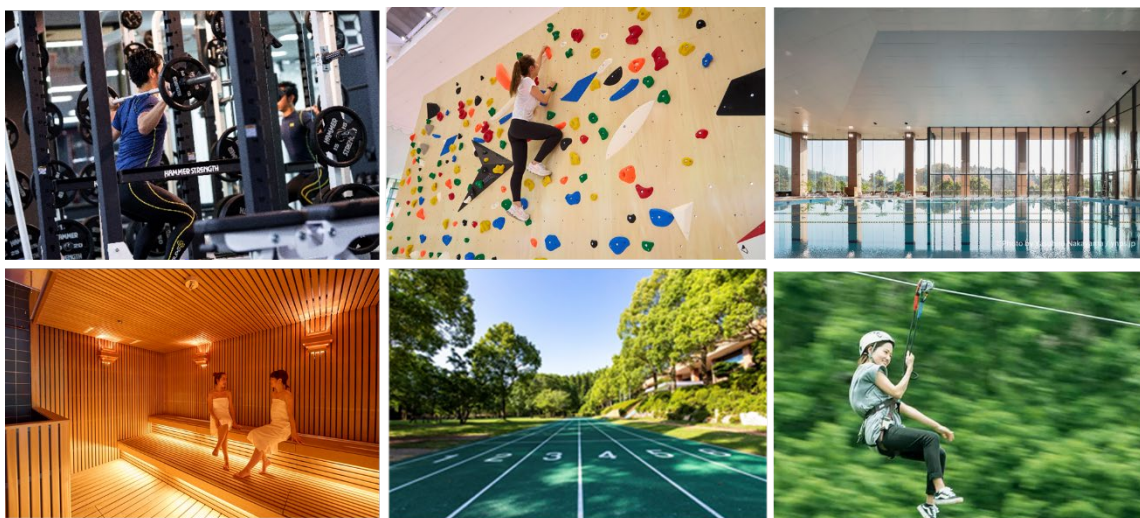
- ・モーニングヨガ

グランヴォー スパ ヴィレッジにて宿泊者向けに提供している体験プログラムとして、「モーニングヨガ」に無料で参加可能。

開催時間：7：00～8：00（前日 18：00 までに要予約）

場所：芝生ガーデン

- ・「リソルの森」内のスポーツ&アクティビティが利用可能



本年 10 月より、宿泊料金内にて、施設内の本格スポーツ施設「メディカルトレーニングセンター」をはじめ、ロングジップやボルダリングなどのスポーツ&アクティビティが宿泊料金内でご利用可能に。

### <対象施設>

ロングジップスライド、ミニゴルフ、ラク・レマンプール（夏季限定）、テニス、グリーントラック（400m）、ノルディックウォーキング、長柄カルナの湯、サウナ、室内温水プール、ボルダリング、テーブルテニス、スポンジテニス、バドミントン、バスケットボール、フットサル、ユニカール、グラウンドゴルフ、ストラックアウト、インドアトラック（200m）、フィジカルフィットネス

### <対象除外施設（有料でご利用可能）>

フォレストアドベンチャー・ターザニア、resol no mori Gravel Link

## 「グランヴォー スパ ヴィレッジ」について

「グランヴォー スパ ヴィレッジ」は、同施設のある千葉県・長柄町の長柄ふる里村が1979年7月に姉妹協定を結んだスイス・旧グランヴォー村との友好関係から生まれた、自然体験と天然温泉が楽しめるグランピング宿泊エリアです。

自然に囲まれた上質な宿泊体験ができる「テントキャビン」、アウトドアリビングと、アウトドアダイニングで森の四季を満喫できる「テラスハウス」、長期滞在にもおすすめの「テラスハウスプレミアム」ほか、ご宿泊の方のみご利用可能な露天風呂付き天然温泉「紅葉乃湯」や焚火ガーデン、ハンモックガーデンなどでお楽しみいただけます。



◇所在: 〒297-0201 千葉県長生郡長柄町上野 521-4

◇電話番号: 0475-35-3333

◇アクセス: ・東京湾アクアラインから圏央道利用 「茂原長柄スマート IC」から約5分。  
・東関東自動車道、京葉道路利用 千葉外房有料道路「板倉 IC」から約5分。

## ■『Sport & Do Resort リソルの森』概要

◇所在: 〒297-0201 千葉県長生郡長柄町上野 521-4

◇電話番号: 0475-35-3333

◇アクセス: 東京湾アクアラインから圏央道利用 「茂原長柄スマート IC」から約5分  
東関東自動車道、京葉道路利用 千葉外房有料道路「板倉 IC」から約5分

◇敷地面積: 総面積約100万坪

<本リリースに関する問い合わせ先>

リソルホールディングス株式会社 (RESOL グループ) 広報室/高橋 弘毅・長田 和将

TEL: 03 (3342) 0331 (直通) E-mail: [press@resol.jp](mailto:press@resol.jp) URL: <https://www.resol.jp/>

Facebook: <https://www.facebook.com/RESOLHOLDINGS/>

[リソルグループでは、「人にやさしい」「社会にやさしい」「地球にやさしい」の3つの「やさしい」を推進しています。]