

Bsleep ドライヘッドスパサロン Bsleep

ドライヘッドスパサロン Bsleep

『脳疲労』を取り除き楽しく健美人は、人生の1/3眠ると言われています。その眠りが上質なほど、自身のメンテナンスクオリティも高くなり、その結果、楽しく健康&美しくいられます。『脳疲労』は、眠りの質を妨げるだけでなく、目の疲れ、首こり、肩こりなど様々な不調をガンコにしていけます。『脳疲労』を取り除き、眠りの質、心身の状態をハイグレードにしませんか!? Bsleepのドライヘッドスパは、脳からリラックスする『美脳セラピー®』と頭ほぐしを組み合わせた新しいドライヘッドスパです。※髪の毛はぬらしません。男性の方も大歓迎です。是非お気軽にお試しください。



～MENU～ ドライヘッドスパ
◆60分コース
¥8,500 → ¥6,800(20%off)
◆80分コース
¥11,500 → ¥9,200(20%off)

※割引適用のために、本記事をサロンまでお持ち下さい。
※その他、お客様個人のご要望に合わせたメニューやオプションもご用意しております。

厚木アーバンホテル Atsugi Urban Hotel 厚木市栄町3-14-14 厚木アーバンホテル3F

【営業時間】 火～土 11:00～21:00(最終受付20:00)・祝 11:00～18:00(最終受付17:00)
【定休日】 日(第1,3)・月 【TEL】 090-7485-2078 ※完全予約制

豆知識

実はよくない!? 就寝前あるある
リラックスできてよく眠れる…は間違い!?



① 寝る直前に入浴

入浴は、就寝の1～2時間前に入るのが理想的(温度は40度くらい)です。熱いお湯に浸かると脳が興奮、緊張状態になってしまい、眠りに入りにくくなってしまいます。寝る直前にしか入れない時はシャワーがおすすめです。

② 寝る前のホットミルク

就寝前の温かい飲み物はとても良いですが、ミルクを飲んでしまうとそれを消化するために体内酵素が働くことになります。睡眠中は、体内酵素が体内のメンテナンスを行うために使われることが理想です。消化の仕事が増えてしまうとメンテナンスに全力がそそげません。白湯を飲むのが理想的です。

③ 寝る前のお酒

就寝前のお酒は、たとえ眠りやすく感じたとしても、アルコールには時間が経つと覚醒作用や利尿作用もありますので、夜中に起きてしまうことになります。寝る前のアルコール摂取は睡眠の量も質も低下してしまいます。



Dry Head Spa Salon Bsleep
厚木アーバンホテル326号室
お友達も追加がおすすめです!

Monthly Topics

P1

| 大見原の家

P2

| 完工ニュース
| スポーツニュース

P3

| グループニュース
| 海外事業部 外国人材受け入れ支援事業
| 創業130年アニバーサリーニュース

P4

| ドライヘッドスパサロン Bsleep
| 厚木アーバンホテル



- Every day is a special day - 365Plan 個室 Lunch

家族で記念日をお祝いしましょう! 各フロアにひとつだけの個室で安全な会食をお届けします!

ランチコース ¥2,300円(税込)



◆オードブル ◆スープ
◆デザート ◆コーヒーor紅茶
-メインディッシュは下記からお選び下さい-
◆アトランティックサーモンのポワレ
クリーミービスクソース
◆牛サーロインのロースト パジル&チーズソース
◆厚木豚のロースト グレービーソース

フルランチコース ¥3,300円(税込)



◆オードブル ◆スープ
◆金目鯛のポワレ プールブランソース
◆デザート ◆コーヒーor紅茶
-お肉料理は下記からお選び下さい-
◆牛サーロインのロースト
パジル&チーズソース
◆厚木豚のロースト グレービーソース

※メニューは季節に合わせて変更しております。※料金には、お料理・室料(2時間制)税金が含まれます。※ご予約は3日前迄10時～18時、4名様～20名様に承ります。

Atsugi Urban Hotel PREMIUM BEEF CURRY

長きに渡り愛され続ける厚木アーバンホテルのビーフカレーをご自宅やギフト、防災非常食としてもご利用いただけます!



1個
¥700円(税込)
6個セット箱入り
¥4,200円(税込)

レストランで人気の
ビーフカレーが新商品として
誕生しました。
レストラン プレティールで
販売しております。

厚木アーバンホテル Atsugi Urban Hotel

046-223-2442

〒248-0018 神奈川県厚木市中町3-14-14

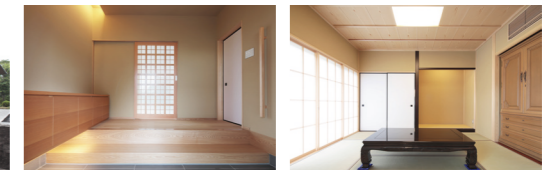
https://www.auhf.co.jp 詳しくは 厚木アーバンホテル 検索

大見原の家

『南北に庭を持つ家』～大見原の家～のご紹介です。

神奈川県厚木市の緑豊かな自然に囲まれた「大見原の家」のご紹介です。「主なコンセプトは、『南北に庭を持つ家』。その景観を活かすために、南北に面したサッシの開口幅をメイン居住スペースのLDKの間口いっぱい広げました。また、LDKの快適な住み心地を得るために天井を高くしていますが、庭の景観をクローズアップするために傾斜天井から開口への繋がり部分に小壁をなくし、庭との一体感を演出しています。ゆったりとした生活空間をイメージして、1.2mの深軒と大きなポーチを用意しました。北側の駐車場から表玄関までを深軒が繋いでいます。」と、今回設計を担当していただいた大澤和生先生よりお話を伺いました。お施主様からは「南北に抜けた空間が非常に心地よく、キッチンなどの生活空間も広くとられ、暮らしやすい家になって、これからの生活が楽しみです。」と、嬉しい声をいただいています。弊社はこれからもお客様のニーズにきめ細かくお応えし、ご満足いただける家づくりをしていきたいと思っております。

住 所 厚木市飯山 構造規模 W造平屋
延床面積 120.30㎡
設計・監理 マルスプランニング合同会社 大澤和生様
施 工 株式会社小島組



完工ニュース

■ 和栄工業株式会社



住所	伊勢原市桜台	発注者	和栄工業株式会社様
構造規模	S造5F	設計監理	有限会社小山建築設計事務所様
延床面積	1,255.9㎡	施工	株式会社小島組

■ 神奈川県立鎌倉高等学校 (B棟他改修及び耐震補強工事)



住所	鎌倉市七里ガ浜	発注者	神奈川県住宅営繕事務所様
構造規模	RC造4F	設計監理	いわた環境計画株式会社様
延床面積	5,220㎡	施工	株式会社小島組

SPORTS NEWS

『厚木SC女子ソフトボール』



ガンバレ! 厚木SC!



7月17日～19日に静岡県富士宮市で開催され、「第42回全日本クラブ選手権」に厚木SCが関東代表として出場しました。全国から強豪21チームが集った今回の大会。熱戦を勝ち抜き、見事準優勝に輝くことができました。皆様の応援、ありがとうございました。



チーム紹介: 厚木SC Jr. (アツギエスシージュニア)



毎週土日祝に練習し、心と身体を鍛えています。ソフトボールが大好きな子が県内各地から集まったチームです。やりたいけれどチームがなくてできない、今よりもっとうまくになりたい、そんな悩みのある女子中学生の皆さん、私たちと一緒にソフトボールやりませんか?(6年生から入部可能です)同時に練習試合の相手も募集しています。ぜひご連絡ください。

▶ 厚木SC Jr.のホームページ <http://atugiscjr.web.fc2.com>

グループニュース

新型コロナウイルスワクチンの職域接種完了のお知らせ



株式会社コジマホールディングスは、グループ社員(希望者のみ)を対象とした新型コロナウイルスワクチンの職域接種を完了しましたので、お知らせいたします。
当社は、ワクチン接種以外にも感染予防対策を徹底し、お客様に安心して当社をご利用いただけるよう配慮しております。今後も、皆様の健康と安全を第一に、新型コロナウイルス感染症予防のために対策を講じてまいります。

求人情報 ビルメンテナンス・ビル管理者を募集



コジマホールディングスグループのビル管理会社「株式会社プロミティ」 「安定性×成長性」を兼ね備えている企業だからこそ、整った労働環境のもと、「今までなかったこと」に携わる機会も多数あります。また、未経験の方も安心できる指導を行っております。是非ご応募お待ちしております!

- ◎完全週休2日制
- ◎厚木から転勤無し
- ◎人柄や意欲を重視
- ◎20代30代活躍中
- ◎住宅・時間外といった各種手当も充実

お問い合わせは(株)プロミティまで TEL:046-204-5461

海外人材ならコジマホールディングス 職場の人材不足解消を支援します

～コジマホールディングスの外国人材受け入れ支援事業～

外国人材支援



支援義務を委託することで受け入れ企業様の負担を軽減します

ビザ申請・切替



ビザ申請や切替などの複雑な資料作成もお任せください

人材紹介



受け入れ企業様のニーズにお応えできるように全力でサポート致します

お問い合わせ

株式会社コジマホールディングス 海外事業部まで TEL:046-205-4075
E-mail: kojimahd.kaigai@gmail.com FAX:046-205-4076

ANNIVERSARY NEWS

Part.1

130th
KOJIMA ANNIVERSARY

小島組は、おかげさまで創業から130年目を迎えました。過去に施工させていただいた厚木市内の施設をご紹介します。

明治25年創業



昭和37年
厚木市立中学校体育館



昭和42・48年
旧厚木警察署・厚木保健所



昭和47年
厚木消防署本署



昭和47年
厚木南合同庁舎