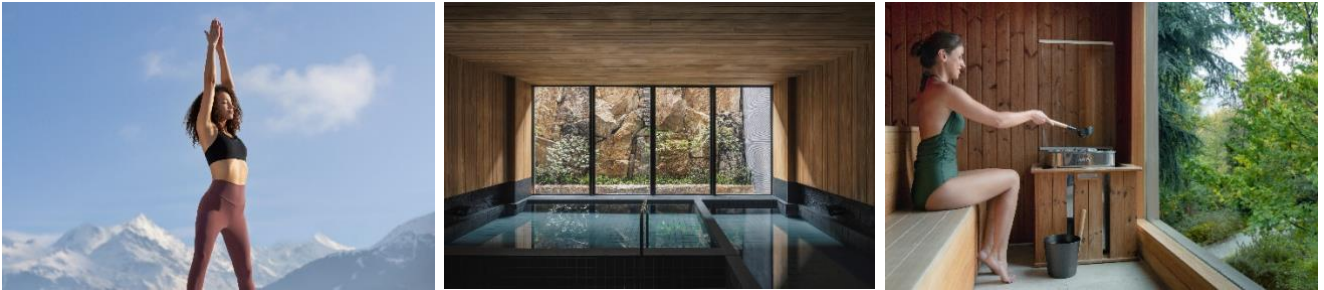


シックスセンスズの温度差を活用したウェルネス体験 冬に高温、夏に冷温の組み合わせが自然治癒力を活性化



左から：シックスセンスズスパクラン-モンタナの極端な気温差が自然治癒反応を引き出すセラピー、シックスセンスズスパ京都の温浴施設、パノラマビューが自慢のシックスセンスズスパドゥロバレーのサウナ

2024年7月

シックスセンスズは、ホット&コールドセラピーをほぼすべてのプロパティで提供している、世界でも数少ないホテルブランドです。アイスバス、ローマ式バス、スチームサウナ、ドライサウナなどの利用を通じて、筋肉の緊張や痛みの緩和、免疫力の向上、ストレス解消、デトックス、リフレッシュを含む幅広い効果を感じていただけます。

シックスセンスズ ウェルネス パイオニア、Anna Bjurström（アンナ・ビュースタム）のコメント：

「長いキャリアの中で、ホット&コールドセラピーの強力な相互作用が、健康長寿への取り組みをより豊かにすることに気が付きました。ホルミシス（低用量では有益な作用が見られる現象・化学物質）を取り入れることにより、ストレス（外部からの刺激、ストレス要因）をコントロールする体のメカニズムを活用して、回復と活性化を図ることができます。低用量のストレスが、有益な反応を刺激するというこの生物学的現象は、健康と長寿を増進する鍵です。一人ひとりの健康増進に繋がることはもちろん、変化を感じられるこのような体験をコミュニティとして共有することは、コミュニティ全体のウェルビーイングの強化につながると確信しています。」

イタリアと日本の温泉文化

古代ローマの浴場を再現したシックスセンスズスパローマでは、calidarium（高温浴室）、tepidarium（微温浴室）、frigidarium（冷室）の3種類の浴室を回る温冷浴法が、炎症の緩和と総合的な回復を促進。温度を徐々に変化させることにより、血液の循環に負担をかけることなく、免疫機能を強化することができます。そして、各部屋の間に設置されているアイスファウンテン（氷の山）とシャワーが、五感を目覚めさせます。心と体を整える健康法であると同時に、社交の場でもあった当時の雰囲気味わえる文化的な体験です。

シックスセンスズスパ京都は、ホテルの宿泊ゲストとスパのお客様を対象に、伝統的な日本の温泉からインスピレーションを得た温浴施設、水風呂、ドライサウナ、スチームサウナを提供しています。温浴は、筋肉の緊張や痛みを和らげ、全身の血行を改善するほか、深いリラクゼーションと安眠を促します。湯気の間から見える複雑な形状の岩壁が、くつろぎの空間を演出。瞑想的な効果をもたらし、心を解きほぐします。

5感を刺激するスイスのサウナ体験

シックスセンスズスパクラン-モンタナでは、熟練のサウナマイスターによる、音楽、語り、温度変化、アロマ、ダンスを組み合わせた5感を刺激する「アウフグースセレモニー（蒸気をタオルなどであおぐパフォーマンス）」をお

楽しみいただけます。このユニークなフィンランド式のサウナ体験に加え、周囲の花崗岩山脈から着想を得たデトックス効果の高い岩盤浴と、ヒマラヤ山のピンク岩塩を敷き詰めたヒーリング効果の高い塩サウナもご用意しています。ハイテクなサウナとして即効性のある赤外線サウナは、体の深部を温め、関節痛を軽減し、心血管の健康を増進します。水風呂とアイスファウンテンは、肌の角質の除去、血行と酸素吸収の促進、免疫力の向上に効果的です。

ポルトガルの美しい森林を楽しむサウナとイグルー

シックスセンス スパ ドウロバレー ポルトガルは、ワイン用のブドウ園が広がる美しい景色とサウナを組み合わせたウェルネス体験を提供します。スパの「**Vitality Suite**（バイタリティ・スイート）」は、集中力を高めるヒマラヤ岩塩サウナから、元気をチャージするハーバルセラピーサウナ、森が見渡せるパノラビューが自慢のドライサウナ、赤外線サウナ、ディープクレンジングのためのホットスチームサウナ、冷水バケツシャワー、イグルー（氷の家）、クライオセラピーバス（氷水バス）まで多彩な施設・設備を完備。また、カラーセラピーと水中サウンドセラピーを通じてリラクゼーションをもたらすプールも見逃せません。

塩風、クリスタルスチーム、レインシャワーによるユニークなウェルネスの旅

シックスセンス スパ カプランカヤ トルコの hidroセラピーエリアには、ユニークな塩の洞窟があります。ヒマラヤの天然岩塩で作られた温かいベンチに横になると、心地よい「塩風」が流れ込み、呼吸器系の不調を和らげ、免疫系、神経系、リンパ系をサポートします。足浴エリアでは、温水と冷水によるマッサージが足裏のツボを刺激し、スチームサウナでは、クリスタルとアロマの香りが心身の回復を図ります。そして、光と音の作用を活用したレインシャワーが、リフレッシュとリラクゼーション効果を高めます。このほか、フィンランド式サウナ、hidroセラピープール、爽快なイグルーも完備しており、総合的なウェルネスと回復のための旅が完成します。

アルプス山脈の氷の下を潜るアイスダイビング

シックスセンス レジデンス クルシュヴェル フランスは、**Courchevel Aventure**（クルシュヴェル・アドベンチャー）と提携し、凍った **Lac du Praz**（プラズ湖）の氷の下を潜るアイスダイビングを提供します。この特別な旅には、ドライスーツ、フィン、マスク、酸素ボンベなど必要な器材とサポートが含まれており、安全にお楽しみいただけます。ダイビングや水泳のスキルは必要ありません。最初は不安でも、水中で呼吸が安定すると自然と不安が和らぎます。究極の水中アドベンチャーを満喫した後は、シャレーで温かい飲み物を片手におくつろぎください。

シックスセンスは、世界第2位の規模を誇る IHG のラグジュアリー&ライフスタイルのポートフォリオを構成するブランドの一つです。非日常感あふれる多彩なウェルネス体験を通して、引き続きホスピタリティ産業を牽引してまいります。

シックスセンスについて：

現在 25 軒のリゾートとホテルを運営しています。このほか、42 軒の開発プロジェクトも進行中です。IHG ホテルズ&リゾーツファミリーの一員であるシックスセンスは、地域コミュニティとの共生、サステナビリティ、エモーショナル・ホスピタリティ、ウェルネス、独創性にあふれた特別な体験に対する徹底したコミットメントで、世界をリードしています。極上の離島リゾート、山岳リゾート、アーバンホテルなど、いずれのプロパティにおいても、旅の真の目的を感じる事が出来、ゲスト自身や周囲の人々、ゲストを取り巻く世界とのつながりを深めることができるよう、感覚を呼び覚ますことをビジョンとしています。

シックスセンス レジデンスについて：

オーナーの個性が反映された快適なプライベートヴィラやアパートメントで、シックスセンスならではのリゾートライフをお楽しみいただけます。シックスセンスの世界中のプロパティでの特別なステータスを含む多彩な特典が付いたレジデンスは、何世代にもわたり価値が高まっていく長期的な投資です。

シックスセンス スパについて：

オーナーの個性が反映された快適なプライベートヴィラやアパートメントで、シックスセンスならではのリゾートライフをお楽しみいただけます。シックスセンスの世界中のプロパティでの特別なステータスを含む多彩な特典が付いたレジデンスは、何世代にもわたり価値が高まっていく長期的な投資です。

IHG ホテルズ&リゾーツ/IHG・ANA・ホテルズグループジャパンについて：

IHG ホテルズ&リゾーツ [LON:IHG, NYSE:IHG (ADRs)]は、True Hospitality for Good を提供するグローバルホスピタリティカンパニーです。下記の 19 ホテルブランドを展開し、世界 100 ヶ国以上に 6,300 軒超のホテルを有し、約 2,000 軒のホテルを開発中です。また、IHG ワンリワーズ は、世界最大級のロイヤリティプログラムで、様々な特典をお楽しみいただいています。

- ・ラグジュアリー&ライフスタイル: [シックスセンス ホテルズ リゾーツ スパ](#), [リージェント ホテルズ&リゾーツ](#), [インターコンチネンタル ホテルズ&リゾーツ](#), [ヴィニエツト コレクション](#), [キンプトン ホテルズ&レストランツ](#), [ホテルインディゴ](#)
- ・プレミアム: [voco](#), [HUALUXE ホテルズ&リゾーツ](#), [クラウンプラザ ホテルズ&リゾーツ](#), [EVEN ホテルズ](#)
- ・エッセンシャルズ: [ホリデイ・イン ホテルズ&リゾーツ](#), [ホリデイ・イン エクスプレス](#), [ガーナー](#), [avid ホテルズ](#)
- ・スイーツ: [Atwell スイーツ](#), [ステイブリッジスイーツ](#), [ホリデイ・イン クラブバケーションズ](#), [キャンドルウッドスイーツ](#)
- ・エクスクルーシブパートナーズ: [イベロスター ビーチフロントリゾーツ](#)

InterContinental Hotels Group PLC は、グループの持株会社で、英国に設立、英国およびウェールズで登録されています。世界中の IHG のホテルとコーポレートオフィスには、約 345,000 人の従業員がおり、日々世界中のお客様をお迎えしています。 ※2024 年 3 月 30 日現在

日本国内では、2006 年 12 月に ANA とのジョイントベンチャー会社である IHG・ANA・ホテルズグループジャパンを設立し、ANA との共同ブランドを含む 7 ブランド（インターコンチネンタル、キンプトン、クラウンプラザ、ホリデイ・インおよびホリデイ・イン リゾーツ、ホリデイ・イン エクスプレス、ホテルインディゴ、voco）、47 ホテル、約 14,000 室を展開しています。さらに、ホテルインディゴ長崎グラバーストリート、インターコンチネンタル札幌、リージェント京都などのほか、2025 年には日本初の「ヴィニエツト コレクション」ブランドを冠するリーガロイヤルホテル大阪 ヴィニエツト コレクションを開業予定です。IHG ホテルズ&リゾーツは日本においても拡大を続け、さらなる旅の選択肢をお届けしてまいります。

※2024 年 3 月 30 日現在

IHG グローバルサイト: <https://www.ihg.com/hotels/gb/en/reservation>

IHG ワンリワーズアプリ: <https://apps.apple.com/us/app/ihg-hotel-deals-rewards/id368217298>

IHG ワンリワーズアプリ: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.ihg.apps.android>

IHG ニュースルームサイト: <https://www.ihgplc.com/en/>

IHG・ANA・ホテルズグループジャパン公式サイト: <https://www.ihg.com/content/jp/ja/japan>

メディア関連の問い合わせ: ケントス・ネットワーク 03-3403-5328 / info@kentosnetwork.co.jp