

チセピリカ はアイヌの言葉で「美しい家」という意味です。
森の謡がみなさまにとって、第二の帰る場所になりますように。

VOL. 12

AUTUMN 2024

CHISE PIRIKA

MORI NO UTA SEASON LETTER

特集

秋の夜長 安眠のススメ。

夏が過ぎ去り、森一面を覆う色鮮やかな紅葉が、
秋の訪れを感じさせてくれます。活動的だった夏で
疲れた身体を癒すため、豊富な栄養を蓄えた旬の
味覚を愉しみ、夜は良質な睡眠をとることを心が
け、秋の夜長を満喫してみてください。



定山溪
鶴雅リゾートスパ

森の謡

Jozankei Tsuruga Resort Spa Mori no uta

秋の夜長

安眠のススメ。

秋こそ良質な睡眠を

「秋になると眠くなる」こんなことを感じたことはありませんか？これには様々な要因がありますが、秋分の日が過ぎると徐々に日照時間が短くなっていき、人間が本来もつ身体のリズムから、本能的に眠る時間が長くなっていくということが考えられます。寝苦しかった夏の熱帯夜から解放され、秋は気候的にも睡眠に最適な季節。夏の疲れをしっかりと取るため、秋こそ良質な睡眠を心がけ、心身ともにリセットするべき季節でもあります。

睡眠は人間にとって欠かすことのできないもので、身体と心のメンテナンスを行う大切な時間です。睡眠の質を上げることで、健康的な日常生活を維持することはもちろん、ダイエットや美容促進をはじめ、肥満や高血圧といった生活習慣病の予防など、日中の活動のなかでも多くのメリットをもたらしてくれます。日々の睡眠の質を上げ疲れをしっかりと解消し、秋の夜長をお愉しみください。



全16種の枕からあなたにピッタリのものをご提案いたします。

質の良い睡眠を得るために欠かせないのが枕選び。ピローギャラリーでは、高さや硬さ、材質にもこだわった全16種類の枕をご用意し、お好みの枕をお部屋でご利用していただくことができます。理想の枕は十人十色。豊富なラインナップから、ご自身に合った枕をお選びいただき、快適な睡眠時間をお過ごしください。フロントにて販売中の商品もございますので、この機会にご自分に合った枕を見つけてみてください。



Pillow
Gallery

当館オススメの枕

ホテルタイプ マイ枕®

30万人のデータを元に作られた、マイ枕のワイドタイプ（ホテルタイプ）です。

首肩楽寝枕 DX

後頭部をしっかり支えるサークルキルト。首と肩への負担を軽減します。

首肩快適プレミアム 3

お客様満足度95%達成！首と肩に自然にフィットします。

首肩快適プレミアム 4

女性に人気のコンパクトサイズ。寝返りしても大きすぎずに快適です。

お貸出し時間 16:00～20:00

※フロントにて販売中の商品もございます

美肌は夜のリズムから。
質の高い睡眠で、肌も心もリフレッシュ

フェイシャルエステ

お客様のお肌のコンディションに対応したお肌づくりをお手伝いします。天然ミネラルクレイ（泥）パックまたは卵白パックからお選びください。



クレンジング+パック+フェイシャルマッサージ+整肌 40分 7,150円 [税込]

クレンジング+パック+フェイシャルマッサージ+デコルテ+整肌 60分 10,670円 [税込]

クレンジング+パック+フェイシャルマッサージ+デコルテ・ヘッドマッサージ+整肌 90分 15,950円 [税込]



オイルトリートメント

アロマオイルを使用してお身体をほぐします。アロマは全4種（ラベンダー・ベルガモット・ゼラニウム・グレープフルーツ）からお選びいただけます。

部分うつ伏せ（上半身 or 下半身） 40分 6,930円 [税込]

全身 60分 10,120円 [税込]

全身+お疲れの箇所+ヘッド 90分 15,180円 [税込]

ご利用時間 12:00～深夜0:00（最終受付23:00）

ご予約 フロントまで



秋風とともに、バーで味わう贅沢な夜。



1 森の果樹園 880円 [税込]

クランベリーと甘さが爽やかで、定山溪の紅葉を思わせる情熱の赤色が目を惹くショートカクテルです。

2 モスコミュール 1,100円 [税込]

ウォッカとライムをジンジャーエールで割ったロングカクテルです。ジンジャーの香りが秋の肌寒さを和らげてくれます。ジンジャーエールは甘口、辛口をご用意しておりますのでお好みでどうぞ。

3 ブラッディーメアリー 880円 [税込]

名前の通り血の色を思わせる赤みとドロツとした口当たりが特徴の、トマトジュースを使用したカクテルで、ハロウィンにもピッタリです。名前とは反対に二日酔いの予防にも良い体に優しいカクテルです。

MORI BUFFET

～ 森ビュッフェ ～



旬を迎える秋の食材が存分に愉しめる和洋創作料理の数々を、ビュッフェスタイルでご提供いたします。新鮮な海の幸と山の幸。約60品のお料理から、お好きなものをお好きなだけお召し上がりください。



サンマ変わり寿司

秋の代表的な味覚である旬なサンマを、照り焼きのたれでアレンジした変わり寿司です。

砂肝と薩摩芋 十勝マッシュのアヒージョ

コリコリとした食感の砂肝とホクホクの薩摩芋、味が濃く旨味たっぷりの十勝マッシュをふんだんに使用し、オリーブオイルとニンニクで煮込みました。ワインとの相性も抜群です。

杏露酒香るアプリコットコンポートと南瓜のモンブラン仕立て



杏露酒がふわっと香る特製のアプリコットコンポートと、モンブランに見立てた南瓜の甘みが絶妙な秋を感じる一品です。



【南アフリカ】
ビッグベア・
カペルネソーヴィニヨン

熟したプラムやブルーベリーの香りに、カペルネ特有のミントやコーヒのような香ばしさ。複雑な風味とバランスの取れたタンニンで、程よい酸味が味わいを引き締めます。

グラス 825円 [税込] ボトル 4,730円 [税込]



【フランス】
シャトー・レ・サブローネ

フルボディながら、程よい丸みと柔らかいタンニン。カシスやラズベリーのアロマに、ブラックペッパーのようなフィナーレで、牛肉のステーキとも相性が良いです。

グラス 825円 [税込] ボトル 4,730円 [税込]



【フランス】
ロシュマゼ・
カペルネソーヴィニヨン

カシスやサクランボ、トリュフのようなアロマがパニラのニュアンスと混じり合う、全体的にバランスの取れた繊細な味わいのワイン。チーズなどと合わせるとより美味しいです。

グラス 825円 [税込] ボトル 4,730円 [税込]

ランチ ビュッフェ

ご利用料金

【大人】2,800円 [税込]

【小人】1,400円 [税込]

※2歳～小学生

営業時間

【平日（月・木・金）】11:15 ～ 13:00

【土日祝】〈前半〉11:15 ～ 12:35

〈後半〉13:00 ～ 14:20

※火・水は定休となります

※二部制にてご案内いたします

ランチビュッフェ+日帰り入浴

ご利用料金

【大人】3,900円 [税込]

【小人】2,500円 [税込]

※2歳～小学生

ご入浴ご利用時間

11:30 ～ 14:30まで [最終入場14:00]

※バスタオル、フェイスタオルはホテルにてご用意しております。 ※ビュッフェの営業時間は上記と同様です。



森の
楽
家

森の
しゃぶしゃぶ



Shabu-shabu in the forest
FOREST DEN

シックな色合いで設えたプライベートな空間は、まるで隠れ家のように。落ち着いた雰囲気の中個室タイプのお部屋で「しゃぶしゃぶコース」をお楽しみいただけます。北海道の四季の恵みをご賞味ください。



開業14周年 特別プラン

北海道産 牛食べ比べ しゃぶしゃぶコース

当館はおかげさまで今年で開業14周年。記念といたしまして上富良野牛と北海道産牛が味わえるお得なプランをご用意しました。

【1人前】 11,000円 [税込]



ご宿泊者様限定 要予約

PATISSIER LAB. ORIGINAL SWEETS

「パティシエ・ラボ」オリジナルスイーツ

下記の中から好きなものを **21:00まで**にご予約いただくと、翌朝のチェックアウト時に朝一番のつくりたてスイーツをお持ち帰りいただけます。詳しくは専用の申込み用紙をご覧ください。ホテルスタッフまでお気軽にお尋ねください。

選べる 9種類

- ◆森の譚 まつぼっくり
- ◆鶴雅プリン
- ◆森の譚 苺ショート
- ◆森の譚 モンブラン
- ◆タルト・ポム

- ◆紅茶フロマージュ
- ◆しっとりクリームマカロンベリー [4個入り]
- ◆シュークリーム
- ◆森の譚 ティラミス



タルト・ポム

りんごに見立てたベリームースとキャラメルりんごのタルトです。

464円 [税込]



森の譚 ティラミス

コーヒーを染み込ませた生地とジュレメーブルマスカロボーネを合わせた森の譚オリジナルティラミスです。

497円 [税込]

秋の
新作

Christmas Cake

10月15日 火 より ご予約受付

パティシエ・ラボのクリスマスケーキが10月15日[火]より予約受付を開始します。パティシエの手づくりによる、こだわりの特製ケーキで特別なクリスマスをお過ごしください。



ノエル・フレーズ

4号 3,800円 [税込]

5号 4,800円 [税込]



ノエル・ショコラ

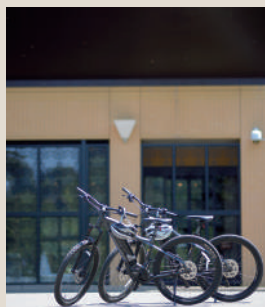
4,800円 [税込]

※表示価格は、原材料の高騰の影響により予告なく変更する場合がございます。ホテルスタッフにご確認ください。

【コラムニスト】TOIRO THE GIFT 後藤 みさと

各2,808円 [税込]

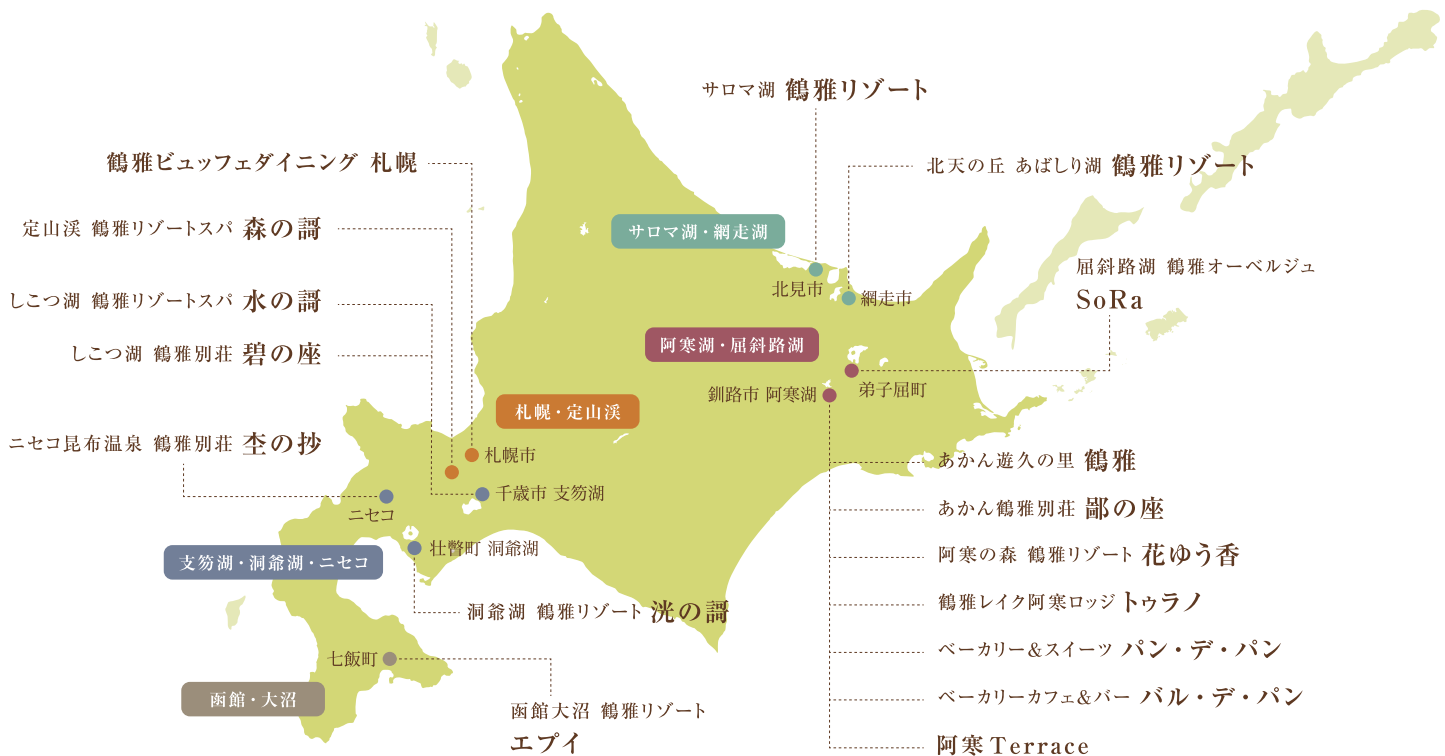
坂道も砂砂利も身体に負荷をかけずに楽しむことができるE-バイク(電動アシスト自転車)。実用性はもちろん、電動ならではの推進力で体力差、体重差もカバーし、みんなでライドを楽しむことができます。



鶴雅グループのごあんない

TSURUGA GROUP INFORMATION

阿寒湖をはじめ、サロマ湖、網走湖、屈斜路湖、支笏湖、そして定山溪、ニセコや函館、全道で展開しております。鶴雅グループは皆様のお越しを心よりお待ちしております。



阿寒湖・屈斜路湖



釧路市阿寒町阿寒湖温泉 4-6-10
TEL.0154-67-4000

www.tsuruga.com



釧路市阿寒町阿寒湖温泉 2-8-1
TEL.0154-67-5500

www.hinanoza.com



釧路市阿寒町阿寒湖温泉 1-6-1
TEL.0154-67-2500

www.hanayuuka.com



札幌市南区定山溪温泉 東 3-192
TEL.011-598-2671

www.morino-uta.com



札幌市中央区北 2 条西 4-1 札幌三井JPビルディング
TEL.011-200-0166

www.tsuruga-buffet.com



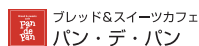
釧路市阿寒町阿寒湖温泉 1-6-11
TEL.0154-67-2500

www.akan-turano.com



川上郡弟子屈町屈斜路 269
TEL.0154-84-2538

www.auberge-sora.com



釧路市阿寒町阿寒湖温泉 1-6-6
TEL.0154-67-4188

tsurugasp.com/akan-pandepan



千歳市支笏湖温泉
TEL.0123-25-2211

www.mizunouta.com



千歳市支笏湖温泉
TEL.0123-25-8020

www.aonoza.com



釧路市阿寒町阿寒湖温泉 1-6-1 花ゆう香 1F
TEL.0154-65-5510

www.hanayuuka.com/akan-bardepan



釧路市阿寒町阿寒湖温泉 2-2-37
TEL.0154-67-4123

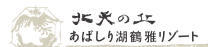
www.akanterrace.com

サロマ湖・網走湖



北見市常呂町栄浦 306-1
TEL.0152-54-2000

www.s-tsuruga.com



網走市呼人 159
TEL.0152-48-3211

www.hokutennooka.com



亀田郡七飯町大沼 85-9
TEL.0138-67-2964

www.onuma-epuy.com



虻田郡ニセコ町ニセコ 393
TEL.0136-59-2323

www.mokunosho.com



有珠郡壮瞥町壮瞥温泉 88-26
TEL.0142-82-7160

www.hikarino-uta.com

Mori no Uta SNS Information



森の謳 Website



森の謳 Facebook



森の謳 Instagram



各種プランや最新情報が見られる森の謳公式ウェブサイトをはじめ、FacebookやInstagramでもリアルタイムで旬の情報を発信中です。ぜひチェックしてみてください。