

三井ガーデンホテルズ開業31(みつい)周年「ホテ活女子プロジェクト」追加企画！

人気快眠セラピスト・三橋美穂氏監修

『女性のための快眠枕セレクト』プラン

～ 1～3月の特典はシルクの「おやすみ腹巻」をプレゼント！ ～

「首のシワ・肩こりが気になる人は、枕選びから気を使ってみては！？」

株式会社三井不動産ホテルマネジメント(本社:東京都港区東新橋)は、三井ガーデンホテルズ開業31(みつい)周年を記念して、2014年8月より、女性のトマリゴコチを迫及する『ホテ活女子プロジェクト』を始動いたしました。このプロジェクトから生まれた第一弾の宿泊プランとして、9月より人気の快眠セラピスト・三橋美穂氏監修による「女性のための快眠枕セレクトプラン」を試行し、好評を得ていることから、1～3月のご宿泊では、三橋氏監修シルクの「おやすみ腹巻」をプレゼントいたします。

三橋氏によると、「自分にフィットしない枕は、首のシワや肩こりの原因になる」と解説しています。ホテ活女子プロジェクトの座談会においても、女性にとって「自分に合った枕を選びたい」という希望がある一方、「枕選びのために、わざわざお店までは足を運びたくない・・・」などの声も多かったことから、この度、「ホテルに泊まったついでに、枕とじっくり向き合う」プランをご用意しました。

■三橋美穂氏プロフィール(快眠セラピスト/睡眠環境プランナー)

寝具メーカーにて、商品開発や枕のアドバイザー育成、マーケティング、広報などを経験後、研究開発部長を経て、2003年独立。心の環境、体の環境、睡眠の環境を整えることが快眠の3つの柱と考え、睡眠とストレス、食事、色彩、体操、呼吸法、寝具などとの関わりについて研究。特に枕は、1万人以上をフィッティングしてきた経験から、その人の頭を触っただけで、どんな枕が合うかわかるほど。手軽にできる数多くの快眠メソッドが、テレビや雑誌、書籍等で支持を集め、睡眠のスペシャリストとして多方面で活躍中。



■枕診断

<三橋美穂氏の枕診断>

- 朝起きると、首や肩が凝っている
  - 寝ている途中で枕を外してしまう
  - あお向けで寝ると、首にシワが入る
  - 横向きばかりで寝ている
  - 枕の上に手を添える
- ※一つでも当てはまる人は、枕が合っていない可能性大!



<正しい枕選びのチェックポイント>

- あお向けで楽に呼吸ができる(首にシワがない状態)
- あお向けで、頭の収まりがよい
- 横向きで肩の圧迫感がない
- 寝返りがスムーズにできる
- 枕をしていることを忘れるくらい自然な寝心地



枕が高い×  
・首のシワ  
・肩こり  
・いびき



頸部が高い×  
・首こり  
・肩こり  
・いびき



ちょうどよい◎  
・首がキレイ  
・呼吸がスムーズ

※ご取材を希望される場合は、ホテルのお部屋にて、三橋美穂氏による「枕診断」を行うことも可能です。但し、日程の調整が困難な場合もございますので、予めご了承ください。

—本件に関する報道関係お問合せ先—

『ホテ活女子プロジェクト』事務局 株式会社MOPS内 担当:岩淵・江里  
E-mail: iwabuchi@mops-pr.net TEL:03-6452-9191 直通:080-9287-3932(岩淵携帯)

■三橋美穂氏監修「女性のための快眠枕セレクトプラン」5 SELECT

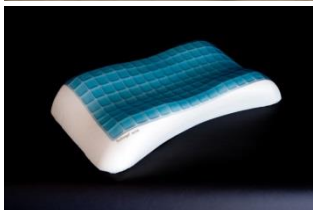


**三井ガーデンホテルズ オリジナル快眠枕  
(ロフテー社と共同開発)**

5つのユニット構造で、首をやさしく支える枕。枕の表と裏で「かため・柔らかめ」枕の上下で「高め・低め」が選べる。中綿と炭入りマルコピーンズの2層式。

こんな方におススメ

- 首のサポートをしっかりしたい人
- 好みで使い分けたい人



**Technogel(r) Sleeping コントアープロー (type7)  
(ディープレス社)**

からだの曲線や寝返りなどの動きに合わせて、水のようになめらかに変形しながら頭部を支える、スーパーフィット枕。

こんな方におススメ

- やわらかい枕が好きの人
- 低めの枕が好きの人



**レ・ムールソフト<<眠りの妖精>>  
(眠り製作所®)**

エアサポートシステムで、首部の高さを簡単に調整できる枕。中材のウールは吸放湿性がよく、爽やかな素材。

こんな方におススメ

- 首のアーチが深い人
- 横向き寝が多い人
- 高めの枕が好きの人



**スマートフィットピロー ミニ (LOWタイプ)  
(パラマウントベッド社)**

フラット形状で、寝返りがスムーズにできる枕。ショルダーサポートで、肩から首までやさしく包みこまれるような寝心地。

こんな方におススメ

- ふだん枕を使っていない人
- うつぶせ寝が多い人
- 首が長い人



**トゥールスリーパー cero(セロ)ピロー  
(オークローンマーケティング社)**

通気性がよい三層構造の枕。高反発で、どんな寝姿勢にも自然にフィット。肩のラインに沿うアーチ形状が女性向き。

こんな方におススメ

- 適度な高さでクッション性好きな人

「ホテ活女子プロジェクト」 宿泊プラン(追加企画)

『快眠セラピスト 三橋美穂氏監修 女性のための快眠枕セレクトプラン』 概要

- 監修者 三橋美穂氏(快眠セラピスト/睡眠環境プランナー)
- プラン内容 三橋氏が厳選した至極の枕(5点)をお部屋にご用意して、宿泊者が自分にあった枕を選び一晩ご体感いただく
- 特典 三橋氏監修のnelne(ネルネ) シルクの快眠アイテムを1泊1室につき1つプレゼント(1~3月のご宿泊では、アイマスクorレッグ&アームウォーマーor腹巻の中から、お好きな商品の一つお選びいただけます)
- 対象ホテル 三井ガーデンホテル銀座プレミア・三井ガーデンホテル汐留イタリア街  
三井ガーデンホテル四谷・三井ガーデンホテル上野
- 期間 2015年3月31(火)まで
- 部屋タイプ 銀座プレミア スーベリアダブル(禁煙)  
汐留イタリア街 モデレートシングル(禁煙)  
四谷 レディースモデレートシングル(禁煙)  
上野 レディースルーム(禁煙)
- 料金 銀座プレミア ￥20,300~ 汐留イタリア街 ￥11,600~  
(素泊まり・税込) 四谷 ￥10,900~ 上野 ￥13,310~
- プラン詳細 三井ガーデンホテルズHP内 <http://www.gardenhotels.co.jp/campaign/ladies/plan-01/>



イメージ



宿泊者全員に「おやすみ腹巻」をプレゼント!

## <三井ガーデンホテルズについて>

今年で三井ガーデンホテル大阪淀屋橋の開業から31周年を迎える三井ガーデンホテルズは、全国で18ホテル(4,809室)を運営しており、2016年に名古屋に開業し、チェーン運営客室数が5,000室超となる予定です。「記憶に残るホテル」「感性豊かなお客様の五感を満たすホテル」という理念・ホテルコンセプトのもと、デザイン性の高さと機能性を備えた滞在空間に、ホスピタリティ溢れるサービスを提供する「ワンランク上の宿泊主体型ホテル」として展開しています。



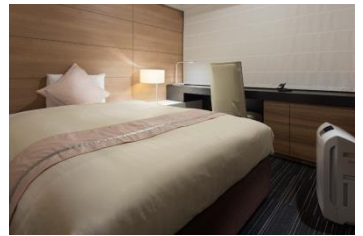
銀座プレミア:ロビー



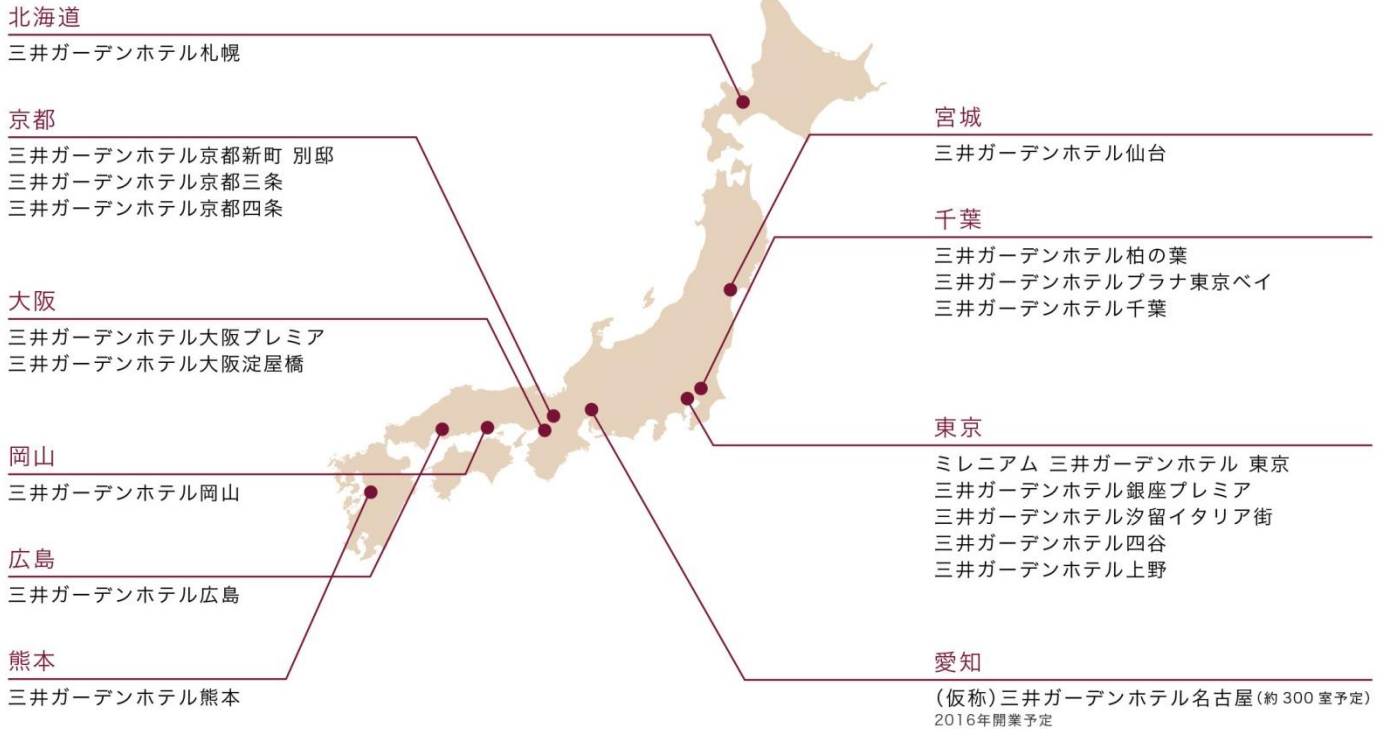
汐留イタリア街:モデレートシングル



四谷:ロビー



上野:レディースルーム



## 会社概要

- 名称 株式会社三井不動産ホテルマネジメント
- 本社 〒105-0021 東京都港区東新橋二丁目14番1号 NBFコモディオ汐留4階
- 設立 1981年(昭和56年)5月8日
- 従業員数 352名(2014年4月1日現在)
- 資本金 4億9千万円(三井不動産株式会社全額出資)
- 代表者 足立 充
- 事業内容
  - ホテルの経営及び管理業
  - ホテル施設計画及び建築計画に関する指導
  - ホテル経営に関する情報の収集、処理及び分析
  - レストラン・バーの経営及び管理業
  - 観光客に対する観光情報提供及びホテルの斡旋業
  - 不動産の売買、賃貸、管理及び運営業
  - 酒類、煙草、印紙、切手の販売業
  - 医薬品、土産品、食料品、什器、日用品雑貨並びに新聞・雑誌等の販売及びその斡旋業
  - 広告宣伝業 その他前各号に付帯する一切の事業