



チバソム ホアヒン

タイ伝統医学に根差した季節限定プログラム

「Reflections on Wellness」を開催

静けさの中で自分自身と向き合うウェルネスの旅と、特別オファーを提供



2026年6月

世界的に評価されるウェルネス・デスティネーション、[チバソム ホアヒン](#)は、2026年を通じて展開するタイ伝統医学（Traditional Thai Medicine：TTM）プログラムの一環として、季節限定プログラム「Reflections on Wellness」を実施します。30年以上にわたりチバソムのホリスティックなウェルネスアプローチを支えてきたタイ伝統医学の哲学に基づき、6月から9月にかけて「風（Wind）」と「水（Water）」の二つの元素に焦点を当てた多彩なアクティビティ、クラス、トリートメントをご用意します。期間中は、新たな体験プログラムに加え、特別オファーもご利用いただけます。

身体・心・環境の調和を重んじるタイ伝統医学は、東洋の伝統的な癒しの知恵と最新のウェルネスを融合するチバソムならではのアプローチを支える重要な哲学です。その中心にあるのが、地（Earth）・水（Water）・風（Wind）・火（Fire）の四大元素（Dhatu）の考え方であり、個々の体質や健康状態、感情のバランスに影響を与えるとされています。チバソムでは2026年を通じて各元素



を順に取り上げ、トリートメント、ムーブメント、栄養、ホリスティックセラピーを自然のリズムと調和させながら展開しています。

一年の後半へと季節が移ろうなか、「Reflections on Wellness」では、静けさの中で自分自身と向き合い、パーソナライズされたケアを通じて心身を整えるひとときをご提案します。この期間は「風」と「水」の元素にフォーカスし、動きや循環、流動性、再生をテーマにしたプログラムを通じて、より穏やかで親密な環境の中でバランスを取り戻す機会を提供します。

6月 | 風 (Wind) - 動き・明晰さ・神経系のバランス

風の元素は、身体と心における動きや循環、エネルギーの流れを司ります。6月には、精神的な明晰さや適応力を高め、体内の風の元素と機能的なシステムの調和を促すさまざまなプログラムを展開します。

チネイザン (Chi Nei Tsang)

道教の伝統に由来する腹部トリートメント。内側に蓄積した緊張を解放し、消化機能の活性化とエネルギーの流れを促します。身体全体に軽やかさと調和をもたらします。

50分 THB 4,500++

タイ・ウィスダム・フォー・エレメント・バランス (無料 / 6~9月隔週開催)

シニア TTM プラクティショナー兼ホリスティックセラピストのチャナンチダー・バンイアムが案内するセッション。四大元素の考え方や、ホリスティックトリートメント、栄養、ライフスタイル、日々の習慣への応用について学びます。

ベター・スリープ・クラス (無料)

不眠症や睡眠時無呼吸症候群、睡眠障害などが睡眠に与える影響を理解し、より質の高い休息を得るための実践的なアプローチを紹介します。

ユースフル・ラディアンス・フェイシャル / 新トリートメント

14歳以上のティーンエイジャーを対象とした植物由来のフェイシャル。厳選した天然成分を用いて肌を整えながら潤いを与え、健やかなバリア機能をサポートします。

50分 THB 3,800++

高気圧酸素療法 (Hyperbaric Oxygen Therapy)

酸素供給を高めることでエネルギーの向上や血行促進、精神的な明晰さの回復をサポートします。

90分 THB 6,600++~

チベタンボウル・サウンドバス (6月23日、7月14日、8月19日、9月10日 / 無料)

ホリスティックセラピストのガイドのもと、音の振動を用いて緊張を解放し、心を静め、内なる調和へと導く瞑想的な体験です。





バイオフィードバック・リバランス

心拍変動（HRV）を測定するバイオフィードバック技術を活用し、ストレス耐性や適応力への理解を深めるセッションです。呼吸法とリアルタイムのフィードバックを通じて、ストレスマネジメントを学びます。

お一人様 THB 2,450++

7月 | 水 (Water) - 流れ・再生・感情のバランス

7月からは、水の元素に焦点を当てます。流動性や滋養、感情の安定を象徴する水の特性に着目し、循環や水分バランス、深いリラクゼーションを促すプログラムを展開します。

ワッツ (Watsu)

温水の中で行うストレッチとマッサージ、穏やかな動きを組み合わせた水中セラピー。心身の緊張を解きほぐし、感情のバランスを整えます。

50分 THB 4,500++

頭蓋仙骨療法 (Craniosacral Therapy)

頭蓋仙骨系に働きかける繊細なセラピー。脳脊髄液の自然な循環と神経系の調整を促し、全身のバランスを整えます。

50分 THB 4,500++

H2O ボディ・コンプレックス

関節への負担を軽減しながら、筋力や可動域の向上を目指す水中エクササイズプログラム。

50分 THB 3,500++

アウエイクニング・オブ・チー - 鍼灸&ブレスワーク体験 (7月12日 / 無料)

中医学スペシャリストのプラタナ・クンプーンチュによるセッション。呼吸法と鍼施術を組み合わせ、エネルギーの流れを整えながら心身のバランスを回復へと導きます。

ターラ・リニューアル・トーク (7月21日、8月21日、9月18日 / 無料)

水分補給やデトックス、体液バランスをテーマに、日常に取り入れやすい持続可能なセルフケアについて学ぶセッションです。

8月 | 水 (Water) - 循環・リズム・再生

Bo.lan との TTM 四大元素シェフコラボレーション / 特別イベント (8月7日・8日)

バンコクのみシュラン星付きレストラン「Bo.lan」を率いるシェフ・ポー (Duangporn "Bo" Songvisava) とシェフ・ディラン・ジョーンズが、チバソムのエグゼクティブシェフ、シンチャイ・スリヴィパとコラボレーション。宿泊ゲスト限定で、タイ伝統医学の栄養哲学に着想を得た特別な食体験を提供します。



Bo.lan は、伝統的なタイ料理とサステナブルなゼロウェイストの取り組みを融合した「マインドフル・ガストロノミー」で知られています。今回のコラボレーションでは、ガストロノミーとホリスティックウェルネスが交差する特別なメニューをお届けします。8月7日にはエメラルド・ルームにて6品のコースディナーを、8月8日にはビーチサイドの「テイスト・オブ・サイアム」にてライブステーションランチを開催します。

チューニングフォーク・サウンド・レゾナンス・セラピー / 新トリートメント

精密に調整された音叉の振動を用いてエネルギーの調和や循環をサポートするセラピー。2026年8月1日～12月31日の期間は30%割引にて提供します。

50分 THB 3,150++

TECAR マッサージセラピー (8月・9月)

高周波電流を活用し、細胞の再生を促進する先進的なトリートメント。身体的な外傷やリウマチ性疾患、静脈系の不調、スポーツによる怪我などに伴う痛みや炎症の緩和をサポートします。

25分 THB 4,500++

オンセン・ハイドロセラピー・ジャーニー / 新トリートメント

温かなミネラルウォーターと冷水を組み合わせたプライベートハイドロセラピー体験。血行促進や筋肉の緊張緩和を促し、本来備わる回復力を呼び覚まします。180のジェットによる心地よい刺激と、最後に行う冷水浴が感覚を研ぎ澄ませます。

30分 THB 2,200++

サウンドスケープ&マントラ (8月16日 / 無料)

メンタルヘルス&ウェルネススペシャリストのテーロン・クルサットラによるガイドのもと、音とマントラを通じて深いリラクゼーションと内なる気づきを促す体験です。

9月 | 水 (Water) - 統合とホリスティックな活力

ニュートリショナル・ボディ・オリエンテーション / 新サービス

自然療法の視点から栄養バランスや水分状態、全身のコンディションを評価するコンサルテーション。身体の動きや姿勢の観察を通じて、一人ひとりに合わせた食事とライフスタイルのアドバイスを提供します。

50分 THB 5,500++



From Farm to Fork — オーガニックが育む健やかな暮らし (9月22日の国際オーガニックデー特別プログラム / 無料)

レジデント自然療法士兼栄養スペシャリストのケレツォ・ケロシワングによるセッション。食を薬として捉える考え方やマインドフルな栄養、持続可能なライフスタイルについて探求します。

Reflections on Wellness 期間中の特別オファー

「SERENE GETAWAY OFFERS (セレーン・ゲッタウェイ)」

「2026年6月1日～9月30日」期間の5泊以上の新規予約で、下記の特典が付帯されます。

- Stay 5 Pay 4 (5泊するごとに1泊分が無料)
- タイ国際空港到着時のVIPファストトラックサービス
- タイ国際空港⇄チバソム間の専用送迎車(往復)無料

- 他プロモーションオファーとの併用はできません。
- VIPファストトラックサービスは、空港内バギーの利用は含まれておりません。

ABOUT CHIVA-SOM, HUA HIN

1995年の創業以来、ウェルネスのパイオニアとして世界に名を馳せるチバソムは、革新的な取り組みで世界的に高く評価されています。チバソムが誇るマインド、ボディ、スピリットの調和をもたらすイノベティブでホリスティックなアプローチは、タイ王国ホアヒンに位置するフラッグシップリゾートのほか、チバソムファミリーの最新プロパティ、カタールのアルルワイスにオープンした「ズラル・ウェルネスリゾート by チバソム」でもお楽しみいただけます。

ゲスト一人ひとりに合わせた最適なウェルネス体験は、チバソムの神髄です。チバソムは、地域固有の伝統とエビデンスに基づくウェルネス療法のユニークなシナジーを活用し、ライフスタイルの変革のためにパーソナライズされたウェルネスの旅をゲストと共に進みます。チバソムならではの心からのおもてなしでゲストのモチベーションを上げ、高い専門性とホスピタリティを備えたスタッフがサポートします。新しいズラル・ウェルネスリゾートでは、ファミリー向けのプログラムも提供しています。

チバソムのウェルネスに対する真摯な取り組みは、同ブランドが行う全ての活動の核心であり、教育機会の提供や地球規模の持続可能性に関するイニシアティブへの参画など、より広範囲なコミュニティにまで拡大しています。

チバソム、ホアヒン詳細は www.chivasom.com をご覧ください。

ご予約・お問い合わせ：

チバソム・コンシューマーサービス 03-3403-5355 / c_service@kentosnetwork.co.jp