

## 魅惑の自然 旅して健康に

近年、観光と健康増進を融合させた「ヘルスツーリズム」への関心が高まっている。

観光庁によると、「自然豊かな地域を訪れ、そこにある自然、温泉や身体にやさしい料理を味わい、心身ともに癒され、健康を回復・増進・保持する観光形態」だという。個人の健康維持だけでなく、地域資源をいかした交流の促進や、自然や文化などの地域の特色を発信することで、地域の活性化にもつながると期待されている。

例えば、群馬県みなかみ町では、一般社団法人「みなかみ町体験旅行」が日本百名山の一つ、谷川岳などの観光資源をいかした多様な体験型旅行プログラムを展開している。アウトドアや温泉滞在にヘルスツーリズムの要素を加えた内容も含まれており、プログラム参加者の約95%を県外からの来訪者が占めるなど、交流人口の拡大にも寄与している。

県内でも自然や文化をいかしたプログラムが展開されている。明和町では、一般社団法人「明和町観光商社」が天照大神に仕えた斎王が神嘗祭で伊勢神宮へ向かう際に身を清めた「禊」の地とされる大淀海岸において、砂浜を素足で歩き心身を整える「大淀海岸トラソテラピーウォーク」を実施している。

また、津市の藤田医科大学七栗記念病院では、23年10月より「くつろぎ温泉七栗脳ドック」を提供している。榊原温泉での入浴や食事と脳ドックを組み合わせた“プチ旅”感覚のプランであり、家族や友人同士などグループでの利用が多く、気軽に検査が受けられると好評を得ている。24年10月には津市のふるさと納税の返礼品に登録された。プラン提供開始からこれまでに県内外から200人以上が利用している。

ヘルスツーリズムは健康づくりを楽しく持続可能なものとするとともに、地域の魅力を見つめ直す機会ともなる。特色をいかした体験価値の向上が域内外からの誘客を促し、地域活性化の推進力となることを期待したい。

(地域調査部 研究員 岡澤 初樹)