

日時：10月2日（火）13：30～17：00

場所：桂川ウェルネスパーク 2F 集会室

テーマ 大月市における健康トレッキング

1. 山梨県のウェルネスツーリズムの取り組み

山梨県観光部観光振興課 古屋 美代子氏

「ウェルネスツーリズム」とは、温泉、森林、高原気候など、山梨県の恵まれた環境や地域資源を活かして運動やリラックス、美容、食事等の健康プログラムを提供する新しい旅行形態で、県では平成 23 年 3 月に策定された山梨県産業振興ビジョンの中に位置づけられている。

「ウェルネスツーリズム」とは・・・

山梨県産業振興ビジョン(平成23年3月策定)

・ウェルネスツーリズム

温泉、森林、高原気候などの地域資源を活用した運動、リラックス美容、食事などの健康プログラムを提供することにより、観光振興や健康増進を目指す旅行形態。

疾病予防・健康増進が中心で軽度なりハビリも含む。

基本的に医師の関与は不要。

・「ウェルネスツーリズム」を成長が期待できる分野(産業領域)として位置づけ。

※「医療(メディカル)ツーリズム」について

本県においては、地域医療の水準を確保することがまず優先される課題であることから、国の動向を見守る。

現在ウェルネスツーリズムを運営するための協議会が設立され、実践団体 15 団体他個人会員により運営されている。

山梨県の自然環境や都市部からのアクセスの良さはウェルネスツーリズムを振興する上での強みとなる。こうした活動を通じて山梨県をウェルネスツーリズムの聖地としていきたい。現在協議会ではパンフレットやウェブサイトを作成し、ツーリズムの PR を行っている。

今後、協議会の活動の活性化、連携強化等を図るとともに、さらに魅力的なプログラムを構築し、誘客促進を図っていきたいと考えている。



今後の課題

◆「ウェルネスツーリズム推進協議会」活動の活性化、連携強化

- ・協議会として、新たなPR方法の試行
- ・パンフレット、HPの充実
- ・FBによる情報発信
- ・会員の連携による、新たなプログラム、ツアーの造成
- ・会員増加によるネットワーク強化 等



◆魅力的なプログラムの構築

- ・プログラムのブラッシュアップ、充実
- ・地域資源、一般観光と組み合わせた「ウェルネスプログラム」の提供
 →「ウェルネスプログラム」だけではマーケットが限られる。
- ・「通過」「日帰り」から「宿泊」「滞在」へ・・・
- ・「自然」を活かしたプログラム、こだわりの「食」の提供 等



◆誘客促進、PR

- ・各ターゲットへの効果的なPR媒体の活用
 - ①女子旅 → 女性誌、SNS等
 - ②中高年、アクティブシニア → 健康雑誌、旅行会社
 - ③企業福利厚生 → 各企業、福利厚生代行業者 等

2. 大月市の資源と観光振興

大月市産業観光課課長 鈴木 邦彦氏

「秀麗富嶽十二景」は、大月市域の山頂から望む美しい富士山を伝えようと平成4年に制定された。大月市はトレッキングによる観光振興をすすめており、富嶽一二景を目指して多くの登山客が訪れる。

また、写真家の白旗史朗氏は大月市の出身であり、山岳写真の講習会等でご協力を頂いている。

岩殿山(丸山公園登山口)

平成26年(1月1日から12月31日まで)

年	月	入山者数 (カウンター数値)	下山者数 (カウンター数値)	のべ登山者数 (推定)
平成26年	1月	3606人	3499人	7105人
平成26年	2月	---人	---人	大雪のためデータなし
平成26年	3月	1404人	785人	2189人
平成26年	4月	3859人	2587人	6446人
平成26年	5月	2671人	1180人	3851人
平成26年	6月	1033人	594人	1627人
平成26年	7月	960人	621人	1581人
平成26年	8月	917人	662人	1579人
平成26年	9月	1648人	802人	2450人
平成26年	10月	1500人	818人	2318人
平成26年	11月	2702人	1396人	4098人
平成26年	12月	3915人	3935人	7850人
計		24215人	16879人	41094人

平成25年(1月1日から12月31日まで)

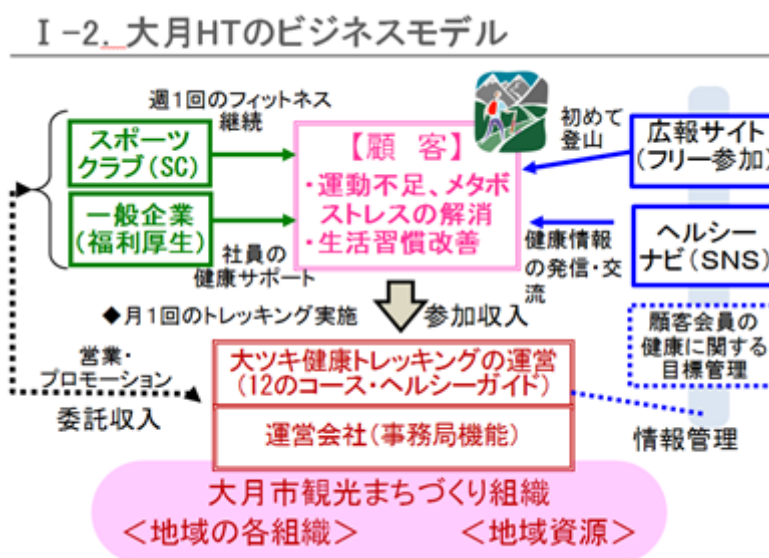


3. 健康トレッキングの事業化に向けて

大月短期大学教授 佐藤 茂幸氏

現在行政等と連携してトレッキング等をツーリズムに組み込んだ「大月ヘルスツーリズム (HT)」の実証実験を行っている。目的はHTのビジネス化である。

我々が想定するHTのターゲットは首都圏の30~60歳の中高年とし、企業の福利厚生やスポーツクラブ(SC)の会員と連動することを想定している。想定中のHTは、①月一回のガイド付きトレッキングに②日々の健康生活・運動習慣を組み合わせたものである。



こうしたビジネスを展開するに当たり収支計算を行った。想定では3年目から黒字化すると算出できた。

I-6. 収支・コスト構造

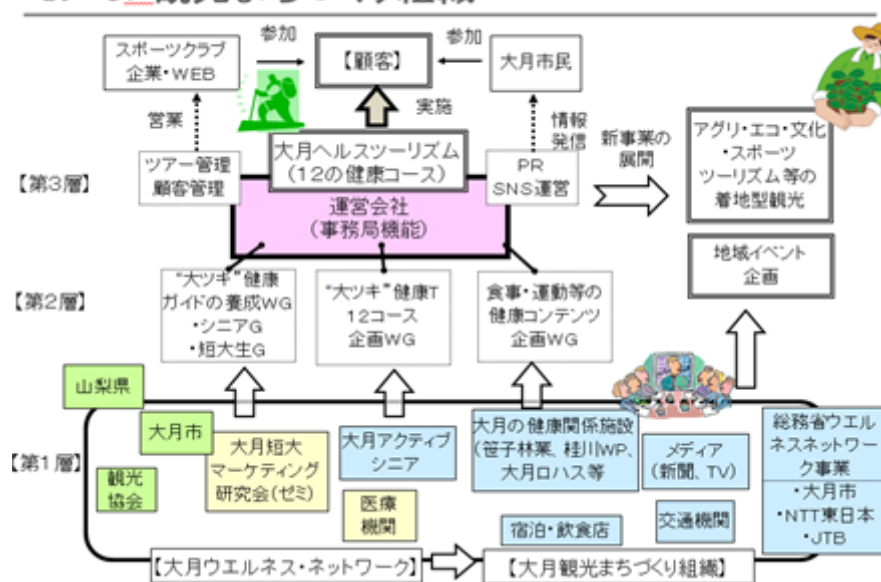
■ 収支計画 (単位:千円)

科目	1年目	2年目	3年目
売上高	1,440	4,320	14,400
売上原価	540	1,620	5,400
販売管理費	900	2,700	7,200
人件費	600	1,800	4,800
通信費	50	150	400
旅費交通費	50	150	400
広告宣伝費	200	600	1,600
利益	0	0	1,800

黒字化

これらのビジネスを運営する組織について考察を行った。第1層として行政機関、大月短大、メディア、地域企業等多くの組織を交えた協議会（ネットワーク組織）の設立を提案する。次に第2層としてそれぞれの構成員のリーダーや専門家からなるワーキンググループを設立し、ガイドの養成、メニューの開発等を行う。最後に第3層として、NPO大月すたいるによる事務局機能である。この事務局が顧客管理を含め、事業の運営を行うことを想定している。今後、このHTがビジネス化できるようにご支援願いたい。

IV-3. 観光まちづくり組織



4. 健康登山に必要な身体機能と装備

健康科学大学准教授 村松 憲氏

近年の登山者の急増に伴い、山岳遭難の増加が大きな社会問題となっている。警察庁の報告によると山岳遭難の半数は60歳以上の高齢者によるもので、その原因の約42%が転落・転倒など身体機能に起因するもの、約41%が道迷いといった認知機能に関連するものである。一方、高山病や低体温症による遭難は約10%程度にとどまるという特徴がある。また、登山行動に関する統計調査によって登山習慣のある人口の約半数が60歳以上の高齢者であるが、今後、よりいっそうの高齢化が進む事が予想されている。これらの事実は今後、**高齢者による身体機能**が原因となる山岳遭難が増加することを強く示唆している。

我々、理学療法士はリハビリテーション関連職種の一つであるが、特に高齢者や身体障がい者の歩行等、基本的な動作の回復を主な業務としているため、高齢者の身体特性や機能改善のために必要な運動を熟知している。そこで、我々の専門的な知識が山岳遭難予防に役立てる事ができるのではないかと考え、様々な基礎的な研究を行っている。今回は登山道に相当する坂道歩行が身体に与える影響と登山靴の種類による身体負荷の違いに関する研究を紹介する。

5. 森林と準高地環境と健康

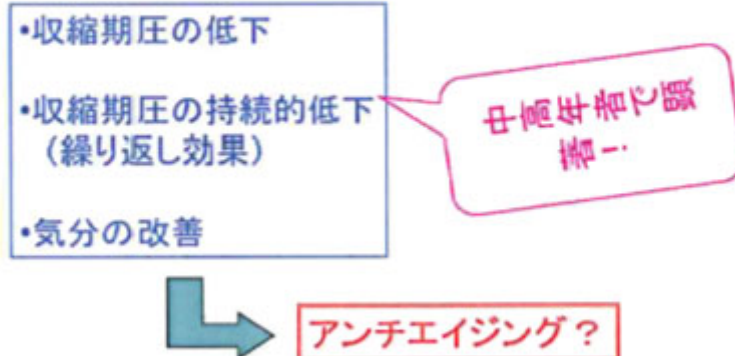
健康科学大学教授 永井 正則氏

長年、山梨県の環境科学研究所で森林と準高地環境と健康について研究してきた。今回はその成果の一部を発表する。

まず森林での安静の効果については、粘膜免疫能の強化、心機能の安定化、気分の改善等が認められ、ストレス耐性の強化につながると思われる。

次に森林散策の効果についてであるが、収縮期圧の低下、収縮期圧の継続的低下、気分の改善が認められ、これはアンチエイジングにつながっていく可能性がある。収縮期圧の継続的低下は中高年者で顕著であった。

森林散策の効果(まとめ)



次に高原環境がヒトの心と体に与える影響であるが、想定したのは利用されることが多い準高原（海拔 800～1500m）で、実験結果から準高地の気圧条件は不安を軽減すること、体内の活性酸素がヒトの体に与える傷害を軽減することが示された。

高原環境が人の心と体に与える影響

- 利用されることが多い準高地(海拔800～1500 m)
- 準高地の気圧条件は不安を軽減する。
- 準高地の酸素条件は、体内で発生する活性酸素が人の体に与える傷害を軽減する。

