



港町・神戸の海沿いをウォーキングする観光客ら＝神戸市中央区

観光楽しみながら 旅して健康!

旅を楽しみながら健康に。そんな新しいスタイルの旅行「ヘルスツーリズム」が注目されている。旅のサービス品質を保証するヘルスツーリズム認証制度が昨年、民間団体によって創設され、企業も自治体からウォーキングツアー

や温泉めぐりなどプログラムの提案が相次いでいる。観光客誘致に苦戦する地方にとっては新たな集客策となる可能性もあり、専門家も「健康長寿と地域活性化の双方に貢献できる」と期待する。

(土屋宏剛)

資格者指導のもと

風光明媚な港町・神戸の海沿いにある健康増進施設「神戸みなと温泉」からウォーキング用ポールを持ったグループが出てきた。さわやかな海風を受けながら、同行するインストラクターの指示で脈拍を測定。息が上がらないペースで神戸市中心部にある生田神社や旧居留地といった観光地をめぐり、心地よい汗を流す。

施設では平成29年9月から「ウェルネスウォーキング」と名付けたプランを企画。約4〜7+のコースを歩いた後、施設内の温泉で疲れを癒やす。運動不足解消のほか、温浴による免疫

全国各地の主なヘルスツーリズム推進地



企業や自治体から提案された旅行プランの健康増進効果や安全性を認証するヘルスツーリズム認証制度も始めた。今年3月末現在、全国で計25のプログラムが認証を受けている。

関西では神戸みなと温泉のほか、日用品メーカー「サンスター」(大阪府高槻市)が歯科衛生士のプラクティシング指導などを受けるツアーを企画。和歌山県田辺市は、熊野古道の歴史や文化に精通したインストラクターと教策しながら、温泉を楽しむコースを用意した。同機構の担当者は「今後もプログラム数は増えていくはず」と話す。

地方の活性化にも

厚生労働省の統計によると、日本人の平均寿命は全国平均で男性が80・98歳、女性が87・14歳。対して「元気に動ける年齢」を示す健康寿命は男性が72・14歳、女性は74・79歳。男女とも平均寿命と健康寿命の差は約10年で、2つの寿命の差をどう短くするかが課題となっている。

全国で25案認証

ヘルスツーリズムは日本に先駆け海外で普及が進んだ。欧米諸国では自然豊かな温泉街や景勝地を単なる観光地でなく療養地として認定し、一緒に宣伝するケースも多いという。

国内では18年、JTBや日本航空などがNPO法人「日本ヘルスツーリズム振興機構」を発足。昨年4月には、同機構や専門家らが

ヘルスツーリズムに詳しい神戸山手大の西村典芳教授は「人生の早い段階でヘルスツーリズムに参加し、生活習慣を見直す人が増えれば、健康寿命の延びにつながる」と強調。観光資源の少ない地方でもヘルスツーリズムが定着すれば「地方経済の活性化にも寄与するはずだ」と指摘している。