ヘルスツーリズム認証プログラム

ふるさと納税　京丹後市おすすめの返礼品

海の京都「百寿人生のレシピ」体感プログラム

～長寿のまち、京丹後に学ぶ食＆ウォーキングプラン～

日本海に面した京丹後には、健康に長生きする“健康長寿”の方が多いことに着目し、先人から伝わる「暮らしの知恵」を再編した「ヘルスツーリズム認証委員会」認証のプログラムです。“健康長寿”の理由と考えられる、ユネスコ世界ジオパークにも認定される「山陰海岸ジオパーク」の貴重で美しい自然遺産、各地で湧き出る泉質多様な温泉、豊かな自然が育む山海の幸とその保存方法など、プログラムを通して京丹後ならではの地域資源にふれ、心と体のリフレッシュや、日々の健康への気づき、明日への活力をえていただくことを目指しています。

ヘルスツーリズム認証証

プログラムの流れ　プログラムの開始前と終了後にシート記入と血圧測定の「健康チェック」(約10分)も実施します！

＼ 前半は「百寿人生のレシピ」セミナー(約40分)と「百寿弁当」のご昼食(約40分) ／

栄養バランスを考慮した地元素材で作られた「百寿弁当」

『百寿人生のレシピ』本をもとに、昔ながらの食材の保存方法・調理方法など、京丹後に伝わる先人の知恵を学びます。

「百寿人生のレシピ」

京丹後市が誇る長寿食の秘密を伝授

「百寿人生のレシピ」セミナー

昼食メニューの説明

百寿弁当

＼ 後半はノスタルジック健康ウォーキング(約80分) ／

ウォーキング後に美人の湯と言われる宇川温泉「よし野の里」で入浴も可能です(別途入浴料が必要です)

弱アルカリ単純泉

ジオパークの美しい海岸線とレトロな漁師町の宇川・中浜地区を歩きながら、健康の気付きを得ることができるウォーキングです。

静かな漁村で昭和の趣を感じる町並みです

ウォーキング風景

旧中浜郵便局

ウォーキング風景

宇川温泉「よし野の里」

※写真は全てイメージです。

ヘルスツーリズム認証とは

旅の喜びとともに健康への気づきをもたらす旅行プログラムの品質を評価し、消費者が安心して効率的・合理的に事業者を選択することができるよう、ヘルスツーリズム認証委員会が行う、第三者認証サービスです。プログラム内容、および提供する事業者の取組体制において、「安心・安全への配慮」「楽しみ・喜びといった情緒的価値の提供」「健康へのきづき促進」という3つの柱からヘルスケアサービスを評価・認証しています。

ヘルスツーリズム認証プログラム
「海の京都「百寿人生のレシピ」体感プログラム」は
ふるさと納税の返礼品としてお申込いただけます。

詳しくはこちら

2名様分	3名様分	4名様分	5名様分
参考寄附額：70,000円【管理番号】BM002	参考寄附額：80,000円【管理番号】BM003	参考寄附額：90,000円【管理番号】BM004	参考寄附額：100,000円【管理番号】BM005

実施日　**2021年10月～2022年11月末まで**（設定除外日：年末年始を含めた冬季（12月～3月中旬頃）と金曜日）

お申込の流れ　**返礼品のお申込み ➡ 京丹後市観光公社からメールにてご案内を送信します ➡ 希望日をご返信ください**（参加希望日については3つご提示をお願いします。※希望日以外でお願いさせていただく場合が稀にあります。）**➡ 手配完了後、「参加確認書」送付**（当日現地にご持参ください）**➡ 集合場所の受付にて参加確認書をご提示ください。**

集合/解散場所　**宇川アクティブライフハウス**（旧下宇川保育所）　〒627-0242　京都府京丹後市丹後町久僧1070

その他注意事項
- **有効期限：返礼品お申込みから1年間**
- **申込締切日：参加希望日の3週間前までにお願いします。**

問合せ先
京丹後市観光公社
〒629-3101　京丹後市網野町網野367　アミティ丹後1階
TEL：0772-72-6070／FAX：0772-72-0822　営業時間：8:30-17:15／営業日：月～土曜日

京丹後市観光公社 公式ホームページ
京丹後ナビ