

令和5年3月1日(水)
 一社)京都府北部地域連携都市圏振興社 京丹後地域本部

健康経営に関心を抱く企業や団体を対象とした 「健康経営®推進ヘルスツーリズム活用セミナー（～ヘルスリゾートで楽しみながら健康について学ぶ～）」を開催します！

京丹後市は、男性の長寿世界一としてギネス記録に認定された木村次郎右衛門さん(享年116)が暮らした街であり、また人口あたりの100歳以上の比率が全国平均の3倍以上と高く、健康に長生きする方が多いことから「長寿のまち」として知られています。

2017年度から京都府立医科大と共に疫学調査「京丹後長寿コホート研究」を始め、これまで京丹後市の65歳以上の方を対象に健康診断や食事、生活習慣などの調査をしてきました。その中で、京丹後の長寿者には血管年齢の若い人が多いことや、腸内フローラ(腸内細菌叢)に特徴があることなど、長寿の秘訣が明らかになってきています。

2020年12月21日に、京丹後市観光公社が京都府内で初めて、海の京都「百寿人生のレシピ」体感プログラムがヘルスツーリズム認証を取得しました。プログラムの内容は、「①セミナーを通じて百寿者の食生活や習慣を紹介し、京丹後の土地や食資源が育んだ長寿の秘訣を探る。②セミナーの後は、ノスタルジックな宇川／中浜地区をめぐる健康ウォーキングを体験し、③美肌の湯も堪能する」といったもの。心も身体も癒され、健康的な暮らしの知恵を学び、健康の気づきを得ることができるプログラム構成となっています。昨年度は、クラブツーリズム(株)・神姫観光(株)・近江トラベル(株)の3社が、同商品のツアー造成をしていただきました。



第15回 旅の喜びと、健康への気づきを

海の京都「百寿人生のレシピ」体感プログラム

京都市内 日帰り 1950円 往復同行

京丹後市は、健康に長生きする「健康長寿」の方が多く、100歳以上の人口比率は全国平均のおよそ3倍！研究で、「血管年齢が若い・体内の善玉菌が多い」ことが明らかになっています。先人から伝わる「暮らしの知恵」をお伝えします。

宇川温泉よし野の里 入浴料！

10,700円

「百寿人生のレシピ」古籍を全員の方に贈呈！

「地元食材の百寿弁当」購入アプローズを体験！

各地一食育セミナー(レシピ本を鑑賞)→昼食(栄養バランスを考慮した地元食材で作られた百寿弁当)→京丹後市宇川ノスタルジック健康ウォーキング(美しい海岸線を眺めながら、地元ガイドと一緒に歩きます)→宇川温泉よし野の里(天然温泉美人の湯)→名産(18:00～19:30頃)

| | | | | |
|----------------------------|----|----|-----|----|
| 姫路(7:40)・福崎(8:20) | 4名 | 16 | 5,1 | 13 |
| 加古川(7:20)・三木(8:10)・社(8:40) | 4名 | 23 | 5,1 | 17 |
| 名谷(7:30)・三宮(8:00) | 4名 | 22 | 5,1 | 14 |

京丹後市宇川ノスタルジック健康ウォーキング 企画協力:京丹後市観光公社おびまちづくりサポートセンター

バス1日 40名以下
 高齢者参加歓迎
 案内人同行
 ウォーキング

～旅の楽しみに健康へのケアをプラス～

適度に歩いて 美味しい物を食べて 温泉に浸って **ヘルスツーリズムツアー**

全3回

ヘルスツーリズム認証とは
 ヘルスツーリズム認証は、「旅と健康」という新しい視点から観光商品を客観的に評価する第三者認証サービスです。

第1回 百寿人生のレシピ体験!～京丹後・宇川編～
 長寿のまちで長寿食と漁師町健康ウォーキングと美肌の湯を堪能するプログラムです!

全人口に占める百歳以上の方(百寿者)の割合が全国平均の約3倍という“長寿のまち”で先人の「百寿人生のレシピ」を学びつつ実食、ジオパークのレトロな漁師町をガイドと一緒にウォーキングします。

歩 静かな漁村で昭和の趣を感じる町並みをウォーキング
食 京丹後市が誇る長寿食の秘密を伝授
温 ウォーキング後に、「美人の湯」と呼ばれる「よし野の里」で入浴

ノスタルジック健康ウォーキング 百寿人生のレシピを実食!百寿弁当 宇川温泉よし野の里

●前半は「百寿人生のレシピ」セミナー(40分)と「百寿弁当」のご昼食
 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識を学びます。
 ●後半はノスタルジック健康ウォーキング
 ジオパークの美しい海岸線とレトロな漁師町を歩きながら、健康の気付きを得ることができるウォーキングです。

コース番号 **G1501-083** 日帰り
 出発日 12月13日(火)・17日(土) 旅行代金(おひとり) **11,800円**
 定員1名 定員20名 同行 要なし 回不可 飲食禁煙帝産観光バス同等
 歩行約2.5km・約2時間 新大阪(7:30発)＝竹田(8:40発)＝宇川アクティブライフハウス「百寿人生のレシピ」セミナー(約40分)…昼食「百寿弁当」(栄養バランスを考慮したお弁当で、百寿人生のレシピを実食)…ノスタルジック健康ウォーキング＝宇川温泉よし野の里(入浴)＝各地(18:30～19:30予定) 〇閉口

10月・11月に継続回販売予定!

特定非営利活動法人日本ヘルスツーリズム振興機構によると、「日本企業は健康経営優良法人としての取組を模索しており、従業員の健康保持・増進の取組が、将来的に収益性を高める投資であるとの考えの下、認定制度の再認定等に向けた内容の充実や義務化されている「安全衛生管理」の充実に向けて必要な予算を組んでおり、健康経営優良法人の取得を目指す企業も右肩上りで増えている。コロナ禍を経て、かつてのように福利厚生として保養所を持ったり慰安旅行を催したりするのではなく、ヘルスツーリズムを利用するというトレンドも生まれている」とのことです。

そこで、京丹後市観光公社では、「Kyoto Health Resort 京丹後」ブランド(商標権を出願中)を構想中で、市全体でヘルスツーリズムに取り組むムーブメントを醸成していくこととしています。豊かな自然と健康長寿のイメージを生かした、京丹後ならではのヘルスツーリズムを展開し、企業の健康保養地を目指していきます。

2023年3月8日(水)に京都経済センター(京都市下京区)にて、「健康経営®推進ヘルスツーリズム活用セミナー」と題した健康経営に関心を抱く企業約30社を対象としたセミナー(詳細別紙)を開催し、京丹後への法人単位での誘客促進を図ります。



海の京都

＜本件に関するお問い合わせ＞

一般社団法人京都府北部地域連携都市圏振興社 (海の京都 DMO)
 京丹後地域本部 (通称: 京丹後市観光公社) 事務局 (担当: 楠山・森本)
 電話 0772-72-6070 FAX 0772-72-0822
 E-mail: info@kyotango.gr.jp



海の京都

健康経営®推進ヘルスツーリズム活用セミナー ～ヘルスリゾートで楽しみながら健康について学ぶ～

企業が従業員の健康に配慮することによって、経営面においても大きな成果が期待できるとの基盤に立って、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実施することを意味する(健康経営研究会)とする健康経営の考え方が、最近では社会の意識の高まりとともに、益々注目を浴びるようになってきました。今回は、健康経営を支える民間サービスとして「楽しみながら健康について学ぶ」ことが期待されている、「ヘルスツーリズム」について産業保健の視点を交えた活用方法と合わせて、企業のヘルスリゾートを目指して取組を進めている京丹後市のプログラム事例も交えながら解説します。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です

**参加費
無料**

開催日:2023年3月8日(水) 受付:13時30分/開始14時00分

場所:京都経済センター3階「3-H」

共催:京丹後市観光公社(一般社団法人 海の京都DMO 京丹後地域本部)

特定非営利活動法人 日本ヘルスツーリズム振興機構

協力:株式会社JTB京都中央支店

後援:京丹後市、京都新聞、東京海上日動火災保険株式会社京都支店

14:00~14:05 挨拶

京丹後市観光公社(一般社団法人 海の京都DMO 京丹後地域本部)

オンライン視聴も
ご利用いただけます

14:05~14:30 次世代ヘルスケア産業としてのヘルスツーリズムとは

講師:特定非営利活動法人日本ヘルスツーリズム振興機構

事務局長 西崎 徹



健康と観光を融合させたヘルスツーリズム(健康増進型旅行)を活用した持続可能なまちづくりの検討、事業推進主体(まちづくり会社やDMO等)における戦略策定とビジネス開発を専門とする。大手旅行会社にて医療機関を中心とした法人営業を約20年経験したのち、新規事業開発に従事。医療機関向けの人材定着支援事業の立ち上げや医療ツーリズム事業などに関与。その後、シンクタンクの主任研究員としてヘルスツーリズムを活用した地域活性のコンサルティングに従事。独立後はツーリズムとヘルスケア双方の知見を活かし、NPO法人日本ヘルスツーリズム振興機構の事務局長として運営を担っている。

14:30~15:30 産業保健の視点で見た対象別ヘルスツーリズムの活用方法

～集団対策と個別対策としてのアプローチ方法～

講師:株式会社ウェルネスツーリズム研究所

代表取締役 木下 藤寿



地域資源を活用したヘルスツーリズムのプログラム開発、人材育成、商品開発、講座に長年携わる。日本のヘルスツーリズムの先進モデルを開発。グループや企業の健康ウォーク引率の実績多数。経済産業省ヘルスツーリズム認証品質評価限定委員。熊野古道のヘルスツーリズムをはじめ、全国各地のヘルスツーリズムプログラム開発や人材育成、韓国でのヘルスツーリズムコンサルティングを数多く実施。最近では健康経営プログラムの開発と監修を行っている。気候療法の講座開催と指導についてはドイツ・ミュンヘン大学の公認指導者に認定。毎年大学での公開講座を実施。

15:30~15:40 休憩

15:40~16:10 食を通じた健康についての講演

～きのうの夕食なに食べた?～

(あなたの身の価値を決めるもの)

講師:ピオ・ラビッツ株式会社

代表取締役 梅本 修



大手食品会社を辞めて27年前に農業へ。食べることの大切さから有機農業にとりくんで21年。有機JAS認証取得・有機野菜栽培のほか無添加加工品の製造やカフェ営業・他にはない収穫体験や農業体験を行っている。また、有機農業技術を広める活動と併せて、学校給食の地産地消100%推進や児童生徒への食育活動に力を注いでいる。

16:10~16:30 京丹後市観光公社(一般社団法人 海の京都DMO 京丹後地域本部)

からの京丹後の取り組むヘルスツーリズムプログラム紹介

ご参加申し込み方法について

- ①右下に掲載の二次元バーコードをスキャンしてWEBサイトにアクセスしてください。
- ②システムへのログインにはご利用中のLINEやFacebook、GoogleなどのIDを使うか、メールアドレスとパスワードを設定してシステムへのログインを行います。
- ③画面上部の虫眼鏡マークにパスワード「ypSfntvwzz」を入力します。

- ★【ご参加条件】法人や団体の総務/人事担当者様・健康保険組合の担当者様、等々
- ★全て半角文字です。記号や英数、大文字小文字の違いなど、間違のないように入力してください。
- ★入力後「改行」ボタンを押してください「完了」ボタンでは入力できません。

問い合わせ先

〒629-3101 京都府京丹後市網野町網野367 アミティ丹後1F

TEL : 0772-72-6070 Mail : info@kyotango.gr.jp

