

種子島とヘルスツーリズム ～心とからだを整える島としての新たな価値創造～

理学部 理学科 化学プログラム3年 桂妃菜

研究の目的

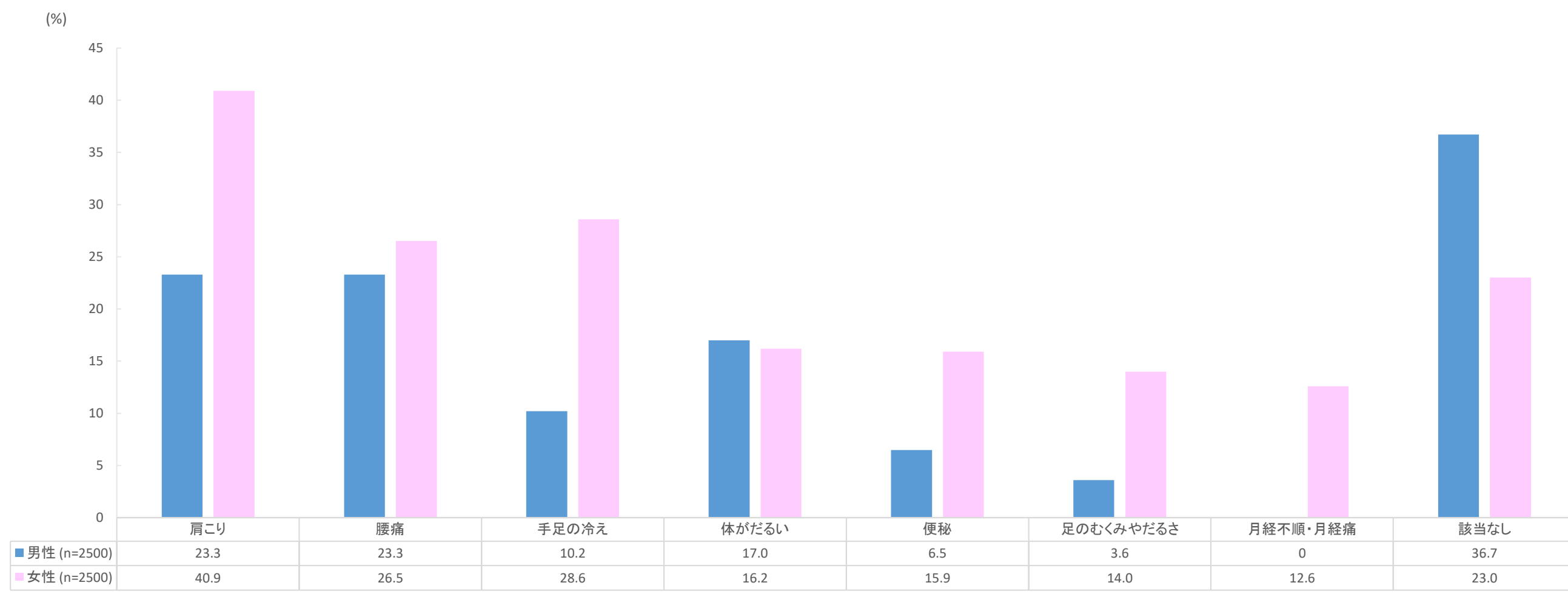
鹿児島県民の観光客を増やすためにはどのような旅行が効果的か

おいしくて健康的な食べ物、体験型アクティビティ、ゆっくりとした時間が流れるといった3つの魅力を持つ種子島はリラクゼーションを求める人に打って付けの観光地である。しかし、これらの魅力が種子島を訪れたことのない人には伝わりにくいという課題を持つ。

種子島のヘルスツーリズムとして、① 観光客のターゲット層、② 活用可能な地域資源の2つを検討し、**鹿児島県民に向けたヘルスツーリズムプラン**を提案する。

検討① ターゲット層

✓ 男性に比べて**女性の方が体の不調を訴える割合が極めて高い項目が多い**



(内閣府男女共同参画局, (2018), 平成29年度男女の健康意識に関する調査報告書 表4.1.2. 現在抱えている病気やけが等の不調 (性別・性年代)より作成)

✓ 「人生100年時代」の到来によって、**より若い世代で幅広い意味での健康への関心が高まっている**

若者は健康維持を目的にヘルスケアを行っているわけではなく、「**今を楽しく快適に生きるために必要なこと**」としてヘルスケアを捉えている。また、若者のヘルスケアの取り組み方の特徴として、**SNSで情報収集しながら、各自で心と身体のバランスを保つために試行錯誤を繰り返す傾向**がある(Canon 2021)。

✓ 西之表市役所は「**女子旅プロモーション**」として若い世代の女性をターゲットにしてPRを既に進めている

西之表市観光サイトにのしのおもて×Trip 女子カアップコース (西之表市ホームページより)



ヘルスツーリズムのターゲット層を**鹿児島県在住の20～40代の女性**とする

特に、**鹿児島県民が観光で種子島を訪れるためにはどうすれば良いか?**

⇒3連休や土日休みのような**短期休暇**に気軽に観光できるプランを提案する

種子島は**20～40代の女性を対象にしたヘルスツーリズムを推進することで、種子島の魅力を効果的に伝えることができる観光地**である

種子島におけるヘルスツーリズムのモデル案 (1泊2日)

| | |
|-------------------------|--|
| 西之表港到着 | 最先端科学技術から日常生活を送るうえで健康に過ごすための学びを得る |
| 昼食 | |
| 1日目 | 種子島宇宙センターでのセミナー |
| 夕食 | |
| 天体観測 (プラネタリウム) | 宇宙に最も近い島である種子島で星を眺め、リラックス効果を得る |
| ヨガの聖地認定地、浦田海水浴場にてヨガ | 自らの身体・精神を鍛え、生きる活力を得る |
| 種子島産の食材を使った料理教室 | |
| 2日目 | 種子島の新鮮な食材を調理し、コミュニケーションを取ることで、精神的な充足感を得る |
| 女子会(昼食)、安納芋詰め放題イベント | |
| 2日間の振り返り (滞在前との健康状態の比較) | |
| 西之表港発 | |

参考文献
・NPO法人 日本ヘルスツーリズム振興機構. ヘルスツーリズムとは. <https://npo-healthtourism.or.jp/about/>
・大嶋淳俊. (2018). 健康ビジネス論 序説 新しい観光と「ウェルネス」「ヘルスケア」「スポーツ」. いわき明星大学大学院人文科学研究科紀要, 15, 13-29.
・沖繩県久米島市. (2019). 平成30年度沖繩県活性化推進事業 観光客誘客強化事業 久米島ウェルネスモデル構築事業報告書. pp. 3-17
・鹿児島県西之表市. (2022). 鹿児島県西之表市ふるさと応援寄付金 送礼品カタログ たねがしまる. pp. 27-28
・和秀俊. 中島洋二郎. & 寄正彦. (2021). 介護施設職員のアンダーマネジメントおよびメンタルヘルスに向けたプログラム開発. Bulletin of Den-en Chofu University Vol. 16, 1.
・Canon. (2021). Ichikara Lab ワカモノスタディ report workshop.6 若者の「ヘルスケア」に対する意識とは? <https://web.canon.jp/personal/ichikaralab/wakamonostudy/report6/>
・内閣府 男女共同参画局. (2018). 第4章 男女の健康意識に関する調査の結果. p. 23. https://www.gender.go.jp/research/kenkyu/pdf/ishiki_4.pdf
・西之表市観光サイトにのしのおもて×Trip. 女子カアップコース. <http://www.city.nishinoote.lg.jp/kanko/course/2304.html> (すべて2023年1月7日最終アクセス)

ヘルスツーリズムとは

定義: 健康・未病・病気の方、また老人・成人から子供まで全ての人々に対し、科学的根拠に基づく健康増進を理念に、旅をきっかけに健康増進・維持・回復・疾病予防に寄与する

目的: **旅をきっかけに健康になる・健康を意識する**

例) 久米島 (沖繩)

【健康資源】海洋深層水

【経緯】世界2位取水量を誇る久米島海洋深層水を琉球大学と提携して健康データベース化したことで、科学的根拠に基づく久米島でのウェルネスプログラムの基盤が構築された。

【モニターツアー】
美と健康に関心の高い女性に訴求力ある久米島ウェルネスツアー (2泊3日)

| 日 | 内容 |
|-----|--|
| 1日目 | 美体験(クチャバック体験、美容セミナー) 海洋深層水の施設体験 パーベキュー&芸能・焚火 古民家でのマインドフルネス 阿嘉の湧水でのマインドフルネス |
| 2日目 | 浜辺での座禅 ワッツ体験 古民家・ホームビジット |
| 3日目 | 朝ヨガ 女子会 |

検討②ヘルスツーリズムとして活用可能な地域資源

体験 ヨガ

【効果】身体の弛緩 / 免疫機能の活性化 / 不安の軽減 / 睡眠の質の向上など

【他の地域との差別化】ヨガの聖地第1号として認定されている

ヨガは身体だけではなく、**精神**も鍛えることができます。**迷いが多い若者にこそ**、ヨガを通して物事をいろんな角度から見れることを体感してほしい。座学を含めた短期集中講座やインストラクターの育成も行っています。



(ヨガスタジオ インストラクターへのインタビューより)

食 月桃茶

【効果】抗酸化作用 / アレルギー体質の改善 / 美容効果 など

【他の地域との差別化】月桃を使った健康志向品は国内では出ておらず、商品としてほとんど手が付けられていない状態。

種子島では月桃を薬草として認識している人ほとんどいません。しかし、健康茶としてのポテンシャルは十分に持っており、**女性を中心に認知度が高まりつつあります**。しかし、産業化するためには現段階では**科学的根拠が足りません!**



(月桃生産者へのインタビューより)

学び

種子島宇宙センター: 例) 宇宙飛行士によるメンタルヘルス指導、日本宇宙食から学ぶ栄養バランス など

体験

天体観測: アンガーマネジメントの向上やリラックス効果、仕事満足度の向上(和ほか 2021)を目的に日本一の星空を眺める

✓ 種子島でしか得られない疲労回復効果・美容効果のあるウェルネス体験やサービスが複数ある

✓ 日常生活に戻ってからも、健康に良い食事や習慣を意識することができる

結論

鹿児島県民の観光客を増やすためには、若い世代の女性を対象にヘルスツーリズムを推進することが効果的である

● “ウェルネス”という新たな価値を付加することで、西之表市が観光客のターゲット層としている若い世代の女性観光客が持つニーズに応えることができる

● 種子島はヘルスツーリズムとして、活用可能な地域資源を複数持っている

● マイクロツーリズム+ヘルスツーリズム=休日に疲れた心とからだを気軽に癒すことができる

【今後の課題】

● 健康増進の可能性を秘めていながらも、科学的根拠が不十分である食品などが存在する一地元大学との連携によって分析・検証が必要

● 複合的なツアーであるため、種子島内外含めた多方面との連携が必要