

2024年度 卒業論文

ウェルネスツーリズムに基づく
地域振興の可能性
－島根県松江市を事例として－

島根県立大学
人間文化学部 地域文化学科 4年
国際文化・国際関係研究室（赤坂ゼミ）

秦 美貴

目次

- 1。 ウェルネスツーリズムとは
- 2。 ウェルネスツーリズムに資する先進事例
 - (1) 自然環境でのアクティビティ
 - (2) 歴史的資源の活用
 - (3) 温泉による健康増進
 - (4) 心身が満たされる食事
 - (5) 多様な観光資源を組み入れたパッケージ
- 3。 ウェルネスツーリズムに基づく地域振興の可能性
 - (1) 松江市にウェルネスツーリズムを導入するには
 - 1) まちあるきによる健康増進プログラム
 - 2) 地域の食材を活かした食事プランの開発
 - 3) 多様な観光資源のパッケージ化
 - 4) 「松江時間」のブランド化
 - (2) ウェルネスツーリズムに基づく地域振興の可能性

課題背景

島根県松江市は、宍道湖や堀川といった魅力的な水辺や玉造温泉などの名湯を有している。

癒やしと観光をかけたウェルネスツーリズムの発想で松江市民と松江を訪れる人の双方を巻き込んだ地域振興をすることができるのではないか。

研究方法

島根県で実施されてきた観光事業の内容と課題を取り上げる。
ウェルネスツーリズムに資する先進事例からの学びを考察する。
松江にウェルネスツーリズムを導入するための具体的な方策を提言する。

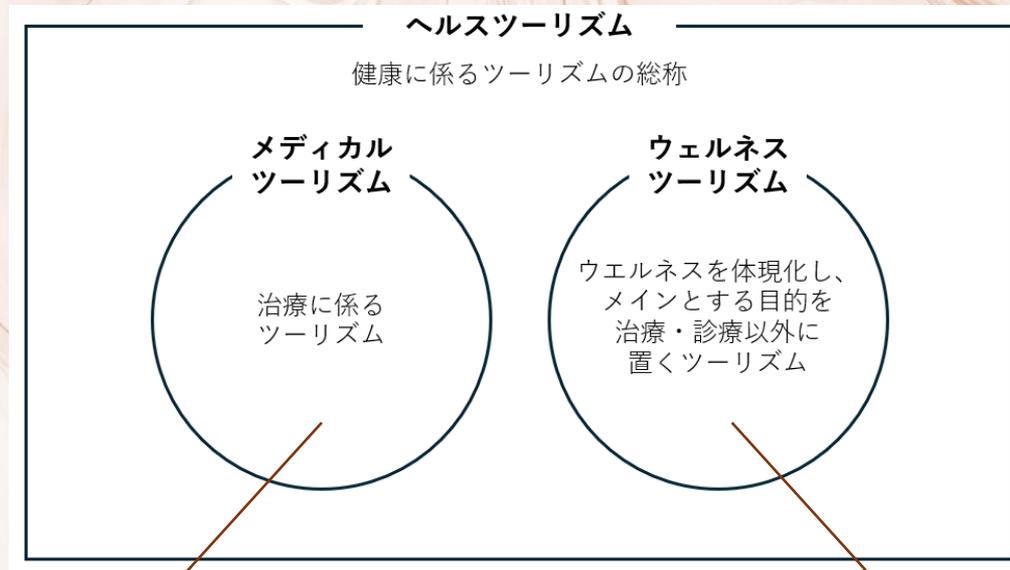
1. ウェルネスツーリズムとは

ウェルネスツーリズム

- **心と身体のバランスを整え、健康の維持と増進を主な目的とする旅行**
- ウェルネス（より良く生きようとする生活態度）を体現
- 主な旅行内容は スパや温泉、健康食、ヨガなど
- 特徴① 専門的なプログラムの提供（ガイドの指導）
- 特徴② 地域資源の活用（地域の特性を活かしたアクティビティ）
環境保護や地域振興とも親和性があり、持続可能な観光形態
- **旅行者の消費単価が高く、滞在日数が長い**
- 日本には温泉などの資源が豊富にあり、**市場規模の拡大**が予想されている
- 健康志向の高まりや地域活性化の動きに対応するために、**ウェルネスツーリズムを推進する取り組みは徐々に拡大している**

1. ウェルネスツーリズムとは

ウェルネスツーリズムと似た観光形態



メディカルツーリズムの
主な目的は
身体的な健康の「改善」

ウェルネスツーリズムの
主な目的は
心と身体の健康の「増進」

ウェルネスツーリズムは
医療的な支援を必要とする人に加え、より幅広い層に適している

1. ウェルネスツーリズムとは

島根県の観光事業

観光入込客延べ数、県内宿泊施設の宿泊客延べ数ともに
新型コロナウイルス感染症拡大以前の水準には戻っていない

島根県の観光プロモーション

「ご縁の国しまね」

平成25年
平成の大遷宮を機に登場
出雲大社などの
縁結びスポットを発信

「美肌県しまね」

美肌県グランプリで
複数回1位を獲得後に開始
玉造温泉などの
温泉地を積極的にPR

「ご縁も、美肌も、しまねから。」

縁結びスポットに温泉や豊かな自然、新鮮な食材といった
他の観光資源を掛け合わせる。

情報発信や誘客促進、民間企業との連携、
「美肌県しまね推進事業補助金」制度で事業者の支援も行う。

2. ウェルネスツーリズムに資する先進事例

(1) 自然環境での アクティビティ

- ウォーキングを
主な旅行内容とする
- 地域の特性を活かし、
健康意識が高くない人も
惹きつけられる内容
- 住民との交流が生まれる

日本ウェルネス
ウォーキング協会、
兵庫県神戸市
「ウェルネスウォーキング」、
島根県大田市
「島根おおだ
ヘルスツーリズム事業」

(2) 歴史的資源の活用

- 日本らしい「和」の文化を
活かした観光事業
- 歴史的景観を楽しみながら
- 健康について考える
観光プログラムの開発
- 知的好奇心を刺激しながら
健康について考え直す

石川県金沢市
観光公式サイト「**金沢旅物語**」
歴史散歩モデルコースの紹介、
時間帯に注目した特集ページなど

神奈川県小田原市
「**小田原合戦ヘルスツーリズム**」

2. ウェルネスツーリズムに資する先進事例

(3) 温泉による健康増進

- 温泉をフィールドにした健康増進プログラム
- 入浴データの記録や
- おすすめ施設の提案をするLINEアプリ
- 「癒やしの場所」としてのブランド力向上

兵庫県神戸市 **有馬温泉**、
大分県竹田市 **長湯温泉**
ツアー「健康ながゆ旅」と
社会保障制度、
大分県別府市 **別府温泉**
LINEアプリ「湯プリ」

(4) 心身が満たされる食事

- 食事制限のある人も楽しむことができる
イタリアンやフレンチのフルコース
- 日本らしい和食
- 食を通してその土地の文化を五感で楽しむ
- 日々の行動変容へ

静岡県静岡市
「**駿河湾レシピ**」、
石川県金沢市
料亭文化・茶道文化

2. ウェルネスツーリズムに資する先進事例

(5) 多様な観光資源を組み入れたパッケージ

- 訪問者が訪れた地域の観光資源を最大限に満喫し、特別な体験をするための取り組み
- 地域をスムーズに周ることができるパッケージ商品

北海道函館市
函館国際観光コンベンション協会
「**函館西部地区**
ウェルネスパスポート」
レンタサイクル、入浴券、
特典施設での会計割引や
サービスなど

3. ウェルネスツーリズムに基づく 地域振興の可能性

(1) 松江市にウェルネスツーリズムを導入するには

**松江にウェルネスツーリズムを
新たに導入する観光プランを提案**

なぜ松江市に
ウェルネス
ツーリズム？



城下町のまちなみ、水辺、温泉地、
新鮮な食材や海産物、抹茶の文化がある。
歴史と自然が融合した観光地であり、
「和」の文化を活かさない手はない。

1) まちあるきによる健康増進プログラム

地域の特性と健康増進を掛け合わせた、ウォーキング
プログラムの開発を行う。

- ① 宍道湖を中心とするコース
- ② 松江城を中心とする城下町コース
- ③ 玉造温泉を中心とするコース

③。ウェルネスツーリズムに基づく 地域振興の可能性

- (1) 松江市にウェルネスツーリズムを導入するには
**松江にウェルネスツーリズムを
新たに導入する観光プランを提案**

2) 地域の食材を活かした食事プランの開発

- ① 食事制限のある人も楽しめる、
イタリアンやフレンチのフルコース
- ② 日本らしい和食

3) 多様な観光資源のパッケージ化

情報発信・旅行会社や宿泊施設と連携した販売戦略
デジタルパスポートの提供により、
アクティビティの予約やクーポンの取得をスムーズに。
レンタサイクル等の貸し出しや、
特典施設での会計割引、サービス提供

③。 ウェルネスツーリズムに基づく 地域振興の可能性

(1) 松江市にウェルネスツーリズムを導入するには

**松江にウェルネスツーリズムを
新たに導入する観光プランを提案**

4) 「松江時間」のブランド化

松江市民の日常生活と時間の流れそのものを
新たな観光資源として活用し、

「松江時間」とネーミングすることでブランド化する。

時間帯に注目

朝：宍道湖湖畔での運動、朝市での買い物など

夜：夕日、ライトアップされた幻想的な歴史的景観など

松江の魅力を新たな手法で発信する。



観光客の普段の生活と非日常が交わる
新たな旅行スタイルを提供

3. ウェルネスツーリズムに基づく 地域振興の可能性

(2) ウェルネスツーリズムに基づく地域振興の可能性

経済振興

長期滞在型の旅行日程促進とリピーター増加により
地元産業の経済への波及効果
新たな雇用の機会に地域の人材を活用

人のつながりの創出

地元組織が連携し、まち全体で運営する体制づくり
松江市民と関係人口が相乗効果を
得られるような好循環

地元への愛着の醸成

地元住民が地域の魅力を再認識し、
松江の歴史や自然、生活には固有の価値があると発見
若い世代を中心にシビックプライド(市民の誇り)を育む