

研究指導 八木橋 彰 准教授

ヘルスツーリズムが地域活性化に及ぼす影響

—上山市を事例に—
木村 能尚

1. はじめに

まず、「ヘルスツーリズム」とは日本ヘルスツーリズム振興機構の「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 (EBH: Evidence Based Health) 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」活動と定義されている[1]。ヘルスツーリズムの歴史は海外ではギリシア・ローマ時代に定着した休養・保養文化が17世紀以降、近代医学と共に復活し、保養地形成に発達した。日本では奈良時代から湯治の習慣が存在した。次に、「クアオルト」とはドイツ語でクア (Kur)「治療・療養・保養のための滞在」とオルト (Ort)「場所・地域」という単語が統合された言葉で「療養地」という意味になる。

2. 研究背景

日本は世界でも有数の市場規模を誇っている。また、ヘルスツーリズムの市場は世界規模で年々成長を続けており今後も成長の見込みがある(図1)。

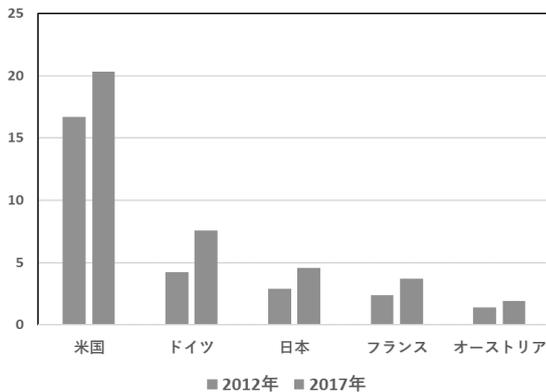


図1 ヘルスツーリズムの市場規模(単位:兆円)

出典:一般財団法人日本規格協会【「ヘルスツーリズム認証」の事業化にむけた活動について】(2018)[4]とGlobal Wellness Tourism Economy NOVEMBER 2018 (2018)[5]をもとに筆者作成

日本国内でも温泉や自然などを活かし取り組みを始める地域が増加している。ヘルスツーリズム市場が多くの地域や日本全体の経済に対しての影響力が大きくなってきている。ヘルスツーリズム推進地におけるプログラム内容は運動(ウォーキング・ハイキング・ヨガなど)や温泉を利用したものが圧倒的に多い(図2)。

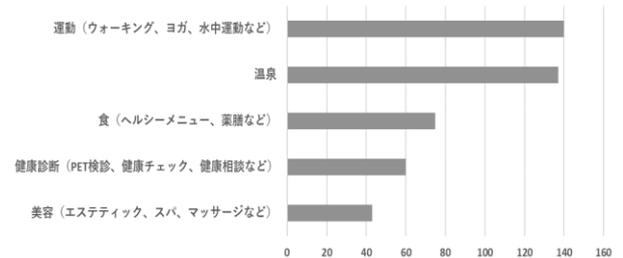


図2 推進地のプログラム内容(単位:数)

出典:ヘルスツーリズム認証制度委員会「ヘルスツーリズムの現状と認証基準について」(2016)[6]をもとに筆者作成

本研究で山形県上山市のヘルスツーリズムに注目した理由として、ヘルスツーリズムが盛んな地域であること、ヘルスツーリズムの先進地域ドイツ発祥の気候性地形療法を基本にしたクアオルト健康ウォーキングを日本で先んじて始めた地域の一つであること、地元の宿泊施設や行政などがクアオルト健康ウォーキングと温泉・食膳をPRし様々な取り組みをしていることがあげられる。

3. 研究目的

上述より、ヘルスツーリズムの市場は世界規模で年々増加傾向にあること、日本国内でも地域の自然や温泉を活用して取り組みを行う地域が増えていることが分かる。そのため、クアオルト健康ウォーキングや温泉・食を利用したヘルスツーリズムが地域活性化にどのように影響を与えているか、経済面や行政と企業の関係などの観点から調査し考察することで、「ヘルスツーリズムによる地域活性化を行うために効果的な方法」を検討し提案する。

4. 先行研究・調査

今回の研究テーマを調査するにあたり、以下の2つの先行研究と1つの調査結果を取り上げる。

岩壁ら(2005)では熊野および研修での心理的効果を測定するため、対象者(どちらかもしくは両方が、現在働いている夫婦・どちらかもしくは両方が、40~50代の夫婦)60名に対して熊野旅行のありなしでA(熊野旅行群)・B(統制群)に分け、それぞれに事前・事後で質問紙調査と面接調査を行った。ここで、行った質問紙調査により事前・事後の充実感の変化、ポジティブな気分の変化など気分に関する項目で熊野旅行群では変化があったが統制群では変化がな

かったため、旅行後に心身の回復、リフレッシュの感覚などの効果が得られるとわかった[7]。

後藤・高橋(2015)ではクアオルト健康ウォーキング参加前後の血圧値の推移を2013年10-11月の参加者に対する参加時の健康調査票を用いて、ウォーキング参加前後の血圧値を比較した。2ヶ月間で参加者は延人数342名、実人数118名(男性33名・女性85名)となった。ウォーキング参加前の平均最高血圧130.7 mmHg が参加後には120.8 mmHgと約10 mmHg(−10~40 mmHg)低下し、平均最低血圧も81.3 mmHg が参加後には76.1 mmHg と約5 mmHg(−19~47 mmHg)有意に低下した。これは男性と女性、64歳以下と65歳以上で比較してもすべて有意な低下を示した。そのため、クアオルト健康ウォーキングは健康に効果があるとと言える[8]。

明治安田生命が行った「健康」に関するアンケート調査(2020)ではコロナ禍の影響を受けた健康への意識や健康管理の変化を中心にインターネットを利用し全国調査を行い5640人から回答を得ている。この調査では、約半数(45.1%)が「健康への意識が高まった」と回答した。その他に「食事・栄養に気を配るようになった」(50.9%)、「運動を心がけるようになった」(35.3%)のように健康増進に取り組む人が増えるなど健康意識が高まっていることがわかる。そして、実際に健康増進に取り組んでいる人は約半数(48.1%)の人がコロナ禍より前と比べて「健康になった」と実感している。この調査の結果としてはコロナ禍以前に比べて健康意識の高まりや健康増進に取り組む人の増加などが確認できた[9]。

5. 新規性・仮説

5.1 新規性

先行研究では研修を受けた人と実際に旅行に行きウォーキングや温泉を体験した人に分けて心身の効果の違いを証明することで実際に現地に行き活動を行った人の方が心身の回復やリフレッシュの感覚を得られた人が多いことが分かった。また山形県上山市のクアオルト健康ウォーキングを対象にして血圧値を測った結果では最高平均血圧と最低平均血圧が有意な低下を示していることからクアオルト健康ウォーキングは実際に健康に効果があることが分かっている。これらの先行研究では、ヘルスツーリズムの心身への効果や上山市のクアオルト健康ウォーキングによる健康への効果などは検証されているが、上山市という地域での経済面や行政と企業の関係などにどのような影響を与えているかは分かっていないため、本研究ではヘルスツーリズムの経済面や行政と企業との関係などからヘルスツーリズムがどのように地域活性化に影響しているのか明確にすることを本研究の新規性とする。

5.2 仮説

先行研究・調査では、ヘルスツーリズムが身体や精神の面で健康に効果があることが分かっている。また、健康意識のアンケート調査では現在のコロナ禍によって健康意識の高まりや食生活、運動などの生活習慣の改善などに取り組む人が増加していることが分かる。以上の事を踏まえて以下の仮説を立てた。
仮説1

ヘルスツーリズムに関わる行政と宿泊施設は良好な関係を築くことができているのではないかと。

仮説2

実際に健康増進に効果があることや健康意識が高まっていることからヘルスツーリズムへの参加者が増加し、経済効果が得られるのではないかと。

6. 調査

6.1 調査概要

上山市の市役所とヘルスツーリズムの宿泊プランを提供しているホテルを対象にヘルスツーリズムが地域活性化にどんな影響を与えているかを調査するためインタビュー調査を実施した。

6.2 調査結果(市役所)

上山市役所インタビュー(項目・回答)

- ① ヘルスツーリズム(クアオルト)に積極的なホテルなどに補助金や支援などは行っているのですか？また、支援の内容、支援先との関係はどのようになっていますか？

回答

ヘルスツーリズム認証プログラム申請に必要な費用の半分を補助、5年ごとの更新時期に更新の手続きを補助している。上山市温泉クアオルト協議会(市内宿泊施設やウォーキングガイドの団体などが所属)の運営で地域内連携・関係は良好。

- ② 上山市では観光客や宿泊者数の減少という課題がありますが、これらの回復にヘルスツーリズム(クアオルト)は効果がありましたか？また、効果があった・なかった場合その原因はなんですか？

回答

効果はなかった。原因として認知度を高めるために広報活動などはしているがヘルスツーリズムという考え方が個人レベルまで浸透していないから。現在は、蔵王高原坊平を中心に企業等の健康経営支援に力を入れており、従業員の健康づくりや研修、福利厚生、ワーケーションなどのフィールドとして上山市へ会社単位で呼び込もうとしているため、今後、交流人口が拡大すると見込んでいる。

- ③ 上山市の市民一人あたりの医療費や高齢化率

は県内でも高いですが、ヘルスツーリズム(クアオルト)によってこれらを減少させるような効果がありましたか？効果があった・なかった場合そう言ったのはどうしてですか？

回答

高齢化率には効果がない。医療費はウォーキング・活動量計を市内に設置された端末にかざしポイントを貯める・活動量計で歩数や血圧の確認・健康づくりを学ぶセミナー・体操などの取り組みに参加した人は参加前に比べて、国民健康保険医療費は約34000円削減、後期高齢者医療費は約60000円削減できていた。また、参加者の50%は外出頻度が高くなったとしており、端末の設置場所での交流、貯めたポイントを商品券に交換できることによる買い物機会の増加などで地域活性化に繋がっている。

- ④ ヘルスツーリズム(クアオルト)の取り組みを通して地域活性化は出来ていると思いますか？出来ている・出来ていない場合はどのようなところが活性化している・していないと思いますか？また、その理由はなんですか？

回答

活性化している(ヘルスツーリズムの観点を除く)。理由として市民のクアオルトの認知度79.4%(R2年度)と約8割の方が認知している。令和2年度から開始した「かみのやま健康事業」では、約930名の市民が参加し、データの読み取り端末が設置されているスーパーやコンビニ、公民館などで自分たちの歩数や健康に関する話をするなど市全体の機運が上がっていると感じるから。ヘルスツーリズムの観点でいえば、実績としてはまだまだであるが、受入側の機運はかなり高まってきている。現在は、令和2年度の林野庁「森林サービス産業」をきっかけに、企業等の健康経営支援の受入をしようと民間団体が主導となって各企業へ提案、プログラムの開発、ブラッシュアップをしている。

6.3 調査結果(ホテル)

仙溪園月岡ホテルインタビュー(項目・回答)

- ① 行政もヘルスツーリズム(クアオルト)に取り組んでいますか？どのようなところで連携を取っていますか？また、行政との関係は良くなりましたか？

回答

行政との関係は良好。上山市役所が広報活動などでヘルスツーリズムをする企業を呼び込み、その企業が実際にヘルスツーリズムで宿泊するときにホテルを利用してもらう。また、上山市温泉クアオルト協議会の会合の場と

してもホテルを利用している。ヘルスツーリズム認証プログラムの補助を市役所が行ってくれた。

- ② ヘルスツーリズム(クアオルト)に取り組むことでお客さんが増える、売上が上がるなどプラスの効果はありましたか？

回答

2017-2019年で年間100~150人ほどがヘルスツーリズムのプランを利用して宿泊している。主に保険会社の社員研修などで利用されることが多かった。しかし、コロナ禍になり団体がなくなってしまったため、このプランでの売上はほとんどなくなった。コロナ禍以前から利用人数が特別多いわけではなかったため、ホテル全体の売上に占める割合はもとと多くはなかった。

- ③ ヘルスツーリズム(クアオルト)は地域経済活性化に貢献していると思いますか？また、している・していない場合をそれはどうしてだと思いますか？

回答

そこまで活性化していない。市民の参加は多いが宿泊を伴う外からの参加者はまだまだ少ないため、経済的には活性化しているとは言えない。ヘルスツーリズムの宿泊プランではヘルシーな食事を提供しているが、お客さんはせっかく宿泊するなら豪華な食事を食べたいと思う方が多いためヘルスツーリズムのプランを選ぶ人が少ない。

7. 考察

調査結果から本研究の仮説について考察していく、最初に仮説1の「ヘルスツーリズムに関わる行政と宿泊施設は良好な関係を築くことができているのではないか」についてである。市役所へのインタビュー結果から、行政では市内のヘルスツーリズム認証プログラムを申請する宿泊施設などに補助を行っていることや上山市温泉クアオルト協議会の運営としてヘルスツーリズムを支えていることから地域内連携ができていたことがわかった。ホテルへのインタビュー結果からは、ヘルスツーリズムへ参加する企業などには行政からの紹介でホテルを利用してもらうことも多々あり、ヘルスツーリズム認証プログラム申請・更新への補助もあるため交友関係は良好であるとわかった。これらのことから、ヘルスツーリズムを通して行政や宿泊施設などが関係を深めることができ、協力・連携を取りやすくなっていると言えるため、仮説1で期待していた良好な関係を築くことは出来ている。また、この関係はヘルスツーリズムの他にも市内イベントなど

企業の協力が必要なところでも活躍し地域活性化に貢献できると考えられる。

次に仮説2の「実際に健康増進に効果があることや健康意識が高まっていることからヘルスツーリズムへの参加者が増加し、経済効果が得られるのではないか」についてである。市役所へのインタビュー結果から、ヘルスツーリズムについてクアオルト健康ウォーキングを中心にPR活動などを行ってはいたが、ヘルスツーリズムの考え方がまだまだ浸透していないため参加者が伸び悩んでいること、ホテルへのインタビュー結果からはヘルスツーリズムのプランを利用するのは企業の研修が多いが、それでも参加人数や売上を見るとホテルの年間の利用者や売上に占める割合はとて少なくなってしまうことがわかった。また、せっかく宿泊するならヘルシーな食事より豪華な食事を食べたいと思う方が多いためヘルスツーリズムのプランが選ばれづらいということもわかった。これらのことから、仮説2では参加者の増加やそれに伴う経済効果を期待していたが、効果はないという結果になった。しかし、経済面ではあまり効果がなかったものの市民の交流や健康意識の向上、医療費の削減などには効果を発揮しているため、まずは地域内での交流の増加や健康意識向上を促進していくことで外部からの参加者を増加させるための魅力やアピールポイントを増やしていくことが大切であると考えられる。これに加え、外部への広報活動を根気よく継続しヘルスツーリズムを広く認知してもらうことで少しずつ参加人数を獲得してもらいたい。

8. 今後の課題

本研究では、インタビュー調査を行った結果からヘルスツーリズムへの参加が多いのは企業であることが判明した。しかし、参加企業へのインタビュー調査は行っていないため、これを行うことで参加企業がヘルスツーリズムに求めているものを把握し、これからヘルスツーリズム事業の発展にどのように貢献できるか検討することと、市役所へのインタビューから判明した市民の医療費の減少という点から市民の生活水準や購買行動にどのように影響し、地域活性化に貢献しているのかということをも明らかにすることを本研究の今後の課題とする。

9. 謝辞

本研究において、対面インタビュー調査にご協力いただいた上山市市政戦略課クアオルト推進室様、仙溪園月岡ホテル様にこの場を借りてお礼申し上げます。

参考文献

- [1] ヘルスツーリズム研究所「ヘルスツーリズムの定義」(2020)
<https://www.tourism.jp/project/hti/health-tourism/>

- [2] ヘルスツーリズム研究所「ヘルスツーリズムの歴史」(2020)
<https://www.tourism.jp/project/hti/health-tourism/>
- [3] (株)日本クアオルト研究所「クアオルトについて」(2020) <https://www.kurort-japan.com/blank-7>
- [4] 一般財団法人日本規格協会【「ヘルスツーリズム認証」の事業化にむけた活動について】(2018)
https://www.meti.go.jp/committee/kenkyukai/shoujio/jisedai_healthcare/sinjigyo_wg/pdf/009_06_00.pdf
- [5] Global Wellness Tourism Economy NOVEMBER 2018 (2018)
https://globalwellnessinstitute.org/wp-content/uploads/2018/11/GWI_GlobalWellnessTourismEconomyReport.pdf
- [6] ヘルスツーリズム認証制度委員会「ヘルスツーリズムの現状と認証基準について」(2016)
<https://www.npo-healthtourism.or.jp/pdf/Authentication.pdf>
- [7] 日本ヘルスツーリズム振興機構「旅と癒し～旅で人はどう変わるのか～」(岩壁ら、2005)
https://www.npo-healthtourism.or.jp/outline/pdf/semi110914_b.pdf
- [8] 山形保健医療研究第18号 {新しい健康日本21へ山形県上山市の「クアオルト健康ウォーキング」がめざす健康なまちづくりから}(2015)
https://japankurort.jp/wp-content/themes/japankurort/doc/p_kaminoyama_12.pdf
- [9] 明治安田生命「健康」に関するアンケート調査を実施！～ステイホーム・コロナ禍を機に健康に対する意識と行動が変化！～(2020)
https://www.meijiyasuda.co.jp/profile/news/release/2020/pdf/20200902_01.pdf