

島根県立大学出雲キャンパス  
紀要 第13巻, 133-138, 2018

# 出雲観光におけるストレス対策としての ヘルスツーリズムの可能性

山下 一也・石橋 照子・大森 眞澄・松本亥智江・  
小田美紀子・藤田小矢香・林 健司・松谷ひろみ・  
日野 雅洋・宇原 均・工藤 祐司

## 概 要

出雲観光におけるストレス対策としてのヘルスツーリズムの可能性を検討した。ヘルスツーリズム商品化には、単に医療のみだけでなく、観光、経営の部分の比重も大きい。ツアーのメニューの内容次第では十分にヘルスツアーとして成立し、メンタルヘルス増進を打ち出すことなどにより、観光客の増加につながる可能性がある。

キーワード：ヘルスツーリズム, 出雲観光, ストレス対策, 出雲大社

## I. はじめに

ヘルスツーリズムは「健康・未病・病気の方、また老人・成人から子どもまですべての人々に対し、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」ものと定義されている（日本ヘルスツーリズム振興機構, 2017a）。

現在のヘルスツーリズムに似た旅行スタイルは古くは湯治という形で行われてきた。例えば鎌倉中期の浜脇温泉（別府市）には大友頼康によって温泉奉行が置かれ、別府温泉の楠温泉には元寇の役の戦傷者が保養に来たという記録が残っている。また「出雲国風土記」では、川辺に湧く「出湯」（現在の玉造温泉）が病気を治癒してくれる「神湯」と評され、当地の老若男女はこぞって利用していたことが記されている。ただ効能が認知されていたというよりは、効験あたたかな湯と考えられていたようだ。

しかし、現代においてもヘルスツーリズムの健康への効果に関する研究は未だ十分とは言えないが、ストレス解消やメンタルヘルスなどと

の関係で多くの取り組みが既に実施されている（日本ヘルスツーリズム振興機構, 2017b）。

大学などがヘルスツーリズムの健康への効果の科学的検証をし、それまである地域資源を活用できるならば、地域活性化には大きな役割を果たすものと思われる。

## II. 島根県立大学出雲キャンパスでのヘルスツーリズム研究

島根県立大学出雲キャンパスでは2016年より学内にヘルスツーリズム研究会を立ち上げ、様々なチームを編成しそれぞれ健康と旅行との関連について研究してきている。例えば、「糖尿病患者のためのヘルスツアー」「ロコモ予防のためのツアー」「エゴマ収穫体験ツアー」など、地域のニーズを把握しつつ健康面からの考察を加え多くの企画をしている（藤田, 2017a）（藤田, 2018）（藤田, 2017b）（小田, 2017）（林, 2017）。

また、その成果を平成29年11月3日、4日に開催された「いずも産業未来博2017」において紹介展示した（図1, 2）。



図1 「いずも産業未来博 2017」出展の様子



図2 「いずも産業未来博 2017」出展の企業と本学との共同開発品

### 出雲地域

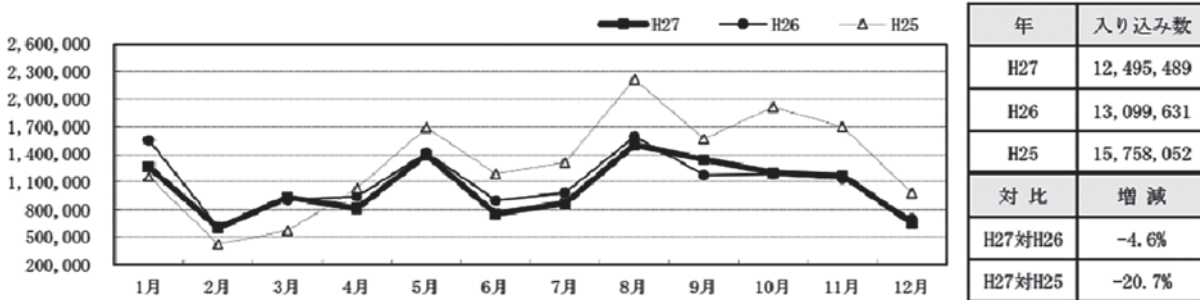


図3 出雲地域の観光客。(平成 27 年島根県観光動態調査結果による)

今後、市内旅行会社、市内観光関係者などを中心に折衝していく予定であるが、実際の旅行商品化までにはいくつかのハードルをクリアする必要がある。

ヘルスツーリズムで期待されるのは、まさに行動変容であり、旅に出れば誰もが規則正しく起き、しっかりと朝食をとり、観光地を巡って適度な運動をする(高橋, 2016)。旅行という非日常に身を置くことで、自己効力感が高まり、健康な生活への行動変容を起こすことが割と容易になるからである(高橋, 2016)。

### Ⅲ. リラックス効果を検証した「出雲大社参拝ツアーの新たな魅力作り」

出雲地域の観光客は、出雲大社の「平成の大遷宮」や、広島県三次市と松江市を結ぶ松江自動車道の全線開通などにて観光客の増加が見られたもののその後徐々に減少傾向にある(図3)。

今回われわれは、図4に示すように、日頃ス

トレスを強く感じている人を対象に、出雲大社早朝参拝、稲佐の浜でのヨガ、温泉浴、マコモダケ、雑穀を使用した薬膳料理、瞑想、医療面談等の1泊2日の体験をしてもらうヘルスツアーの科学的検証を行った(藤田, 2017b)。アンケート調査以外の例えば自律神経機能活動や唾液でその人のストレス度を測定するなどの科学的検証を行うことで従来のツアーに付加価値を付けようというものである。その結果、参加者のツアー前のネガティブな感情がポジティブな感情に変わり、また自律神経機能活動も活性化し、自律神経のバランスが大きく改善していた(藤田, 2017b)。

これらのことをエビデンスとして、図5に示すように、地元ホテル・旅館経営の方々など出雲商工会観光部会は本学との月1回の討論会を開催し、来年度には実際の旅行商品化を目指している。



図4 実証実験の様子。上から順に稲佐の浜でのヨガ、出雲大社早朝参拝、瞑想の様子。



図5 出雲商工会観光部会との意見交換会



図6 出雲大社の外国人観光客

4%減少したが、外国人宿泊者数は6144人と27%も増加している。実際に図6に示すようなアジア系の外国人観光客を見る機会も多くなった。

そのためわれわれも、市内の旅行会社と提携してヘルスツーリズムに関しての外国人向けのホームページ・パンフレット・ビデオも作成する必要がある。インターネット（スマートフォン・パソコン・タブレット）上に旅行情報を出していくことは重要である。

#### IV. インバウンドの問題

2015年に日本を訪れる外国人が45年ぶりに日本人出国者数を上回り、また日本政府は2020年に訪日外国人旅行客数の目標を4000万人と掲げるなど、昨今のインバウンドの増加は、目覚ましい。

2016年の島根県の外国人宿泊者数は約5万8千人で、前年比で3割増えた一方、都道府県別では46位にとどまっている（毎日新聞、2017）。

実際に出雲でも外国人観光客が増えつつあり、昨年に出雲市を訪れた観光客数は前年より

#### V. 出雲におけるメディカルツーリズムの可能性

メディカルツーリズムとは、治療や手術、検診など医療を目的にした観光交流をさす。

近年、アジア近隣諸国では、医療を国家の観光資源として捉え、医療を受けに来訪する国際医療患者（メディカルツーリスト）を、国策として積極的に取り込んでいる。

国内の医療ツーリズムの市場規模は2020年



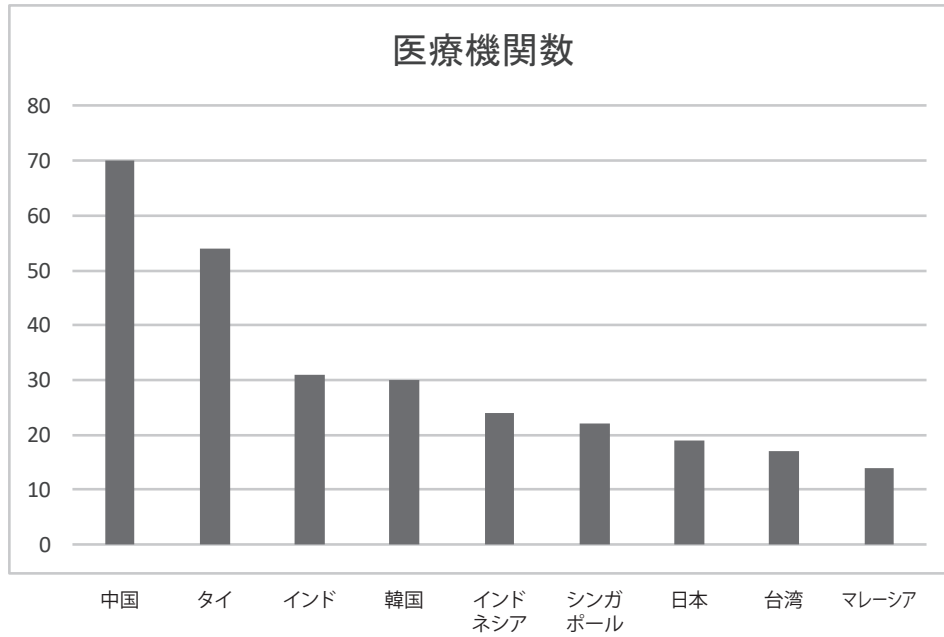


図7 JCI (Joint Commission International) 認証医療機関数 (アジア)。(2016年12月現在)  
(出典: [http://www.medical-tourism.or.jp/jci\\_list/](http://www.medical-tourism.or.jp/jci_list/))

には約5,500億円と推計されている。さらに経済波及効果は約2,800億円と予測されている。

しかし、国際的に医療の質と患者の安全性を審査するJCI (Joint Commission International) の認証は、図7に示すようにわが国ではまだ少ない。

日本病院会が2015年10月に発表した「平成27年医療の国際展開に関する現状調査結果報告書」によれば、患者の主な出身国は中国76.2%、韓国45.6%、アメリカ43.0%、フィリピン38.3%、それに対して医療機関として対応できる言語は英語88.5%、中国語27.6%、韓国語12.9%と、患者数の多い中国語・韓国語に対応できる病院はまだ少ないのが現状である(日本病院会「国際医療推進委員会」, 2015)。

医療ツーリズムに参加する旅行者は、一般の旅行者に比べて観光消費額が高く、21世紀の国際観光(インバウンド)に欠かせないキーワードに位置付けられている。高度な医療技術やホスピタリティ、ホテルのように豪華な病院施設と最新鋭の医療機器をもって世界の富裕層を対象にしているのが特徴で、医療ハブ(メディカル・ハブ)をめざす動きも他国では著しい。

出雲市内にはPET, MRIなどの装置が整っ

ている病院や施設もあり、因幡の白ウサギ伝説の残る医療の発祥の地としてのストーリー性も加えて、観光と検診を組み合わせたメディカルツーリズムの企画が成り立つ可能性はあると思われる。

ただ従来のメディカルツーリズムでの経験では外国人患者が健診の目的や内容を十分に理解してもらうこと、言葉の壁を解決することなどハードルは高いとされている(経済産業省, 2017)。

## VI. おわりに

国民の健康志向、旅の個人旅行化に伴い、ヘルスツーリズムへの期待が最近徐々に高まっている。また2015年12月より、労働者がメンタルヘルス不調になることを未然に防止することを主な目的としたストレスチェック制度も開始されたので、健康経営の観点からもヘルスツーリズムは企画次第では大きな発展が期待できる(野村, 2017)。

ヘルスツーリズム商品化には、単に医療のみだけでなく、観光、経営の部分の比重も大きい。そこで島根県立大学としての強みである観光、

医療，経営の3分野を併せて，ヘルスツーリズムを企画し，実際に旅行商品化を目指していくことが重要と思われる。

## 謝 辞

稿を終えるにあたり，多大なご協力を得ました，川本6次産業化ネットワークの関係者の皆さまに深謝申し上げます。

## 文 献

藤田小矢香，小田美紀子 (2017a)：社会人へのヘルスツーリズムを活用したメンタルヘルス対策 (第2報) 散策・温泉浴の心身への効果. 日本看護研究学会雑誌, 40 (3), 202.

藤田小矢香，山下一也 (2017b)：きりつ名人のヘルスツーリズムへの応用の試み. 第2回臨床自律神経機能 Forum, 横浜

藤田小矢香，山下一也 (2018)：宿泊滞在型癒しのヘルスツーリズムにおける就労男性の自律神経活動への効果宿泊滞在型癒しのヘルスツーリズムにおける就労男性の自律神経活動への効果. 日本医学看護学教育学会雑誌 (投稿中)

林健司，川瀬淑子 (2017)：地域資源を活用したロコモ予防におけるヘルスツーリズムの効果. インターナショナル Nursing Care Research, 16 (4), 113-120.

経済産業省商務情報政策局，ヘルスケア産業課 (2017)：外国人患者の医療渡航促進に向けた現状の取組と課題について, 2017-12-17, [http://www.meti.go.jp/committee/kenkyukai/shoujo/iryuu\\_coordinate/pdf/001\\_04\\_00.pdf](http://www.meti.go.jp/committee/kenkyukai/shoujo/iryuu_coordinate/pdf/001_04_00.pdf)

毎日新聞 (2017)：インバウンド集客の挑戦／1 外国人宿泊者数増やせ, 2018-1-12, <https://mainichi.jp/articles/20170420/ddl/k32/020/392000c>

日本ヘルスツーリズム振興機構 (2017a)：ヘルスツーリズムとは. 2017-12-17, <http://www.npo-healthtourism.or.jp/about/index.html>

日本ヘルスツーリズム振興機構 (2017b)：活動事例. 2017-12-17, [http://www.npo-healthtourism.or.jp/about/about\\_ex01.html](http://www.npo-healthtourism.or.jp/about/about_ex01.html)

日本病院会「国際医療推進委員会」(2015)：「平成27年医療の国際展開に関する現状調査結果報告書」. 2017-12-24, [https://www.hospital.or.jp/pdf/06\\_20151028\\_01.pdf](https://www.hospital.or.jp/pdf/06_20151028_01.pdf)

野村宗嗣 (2017)：温泉を核としたヘルスツーリズム取組地域と「健康経営」需要のマッチング促進に関する研究. 日本健康開発雑誌, 38, 79-83.

小田美紀子，藤田小矢香 (2017)：社会人へのヘルスツーリズムを活用したメンタルヘルス対策 (第1報) 当日開始前後, 1ヵ月後の効果. 日本看護研究学会雑誌, 40 (3), 202.

高橋伸佳 (2016)：16年度から認証制度がスタート「ヘルスツーリズム」とは何か. 2018-1-11,

<https://www.projectdesign.jp/201607/tourism-business/003005.php>

産経ニュース (2017)：島根の出雲大社・神門通りに外国人観光客向け「ウエルカムボード」, 2018-1-12,

<http://www.sankei.com/region/news/170426/rgn1704260022-n1.html>

Possibility of Health Tourism as Stress Measures in Izumo Sightseeing

## **Possibility of Health Tourism as Stress Measures in Izumo Sightseeing**

Kazuya YAMASHITA, Teruko ISHIBASHI, Masumi OMORI,  
Ichie MATSUMOTO, Mikiko ODA, Sayaka FUJITA, Kenji HAYASHI,  
Hiromi MATSUTANI, Masahiro HINO, Hitoshi UBARA and Yuji KUDO

Key Words and Phrases : health tourism, Izumo sightseeing,  
measure against stress, Izumo taisha shrine