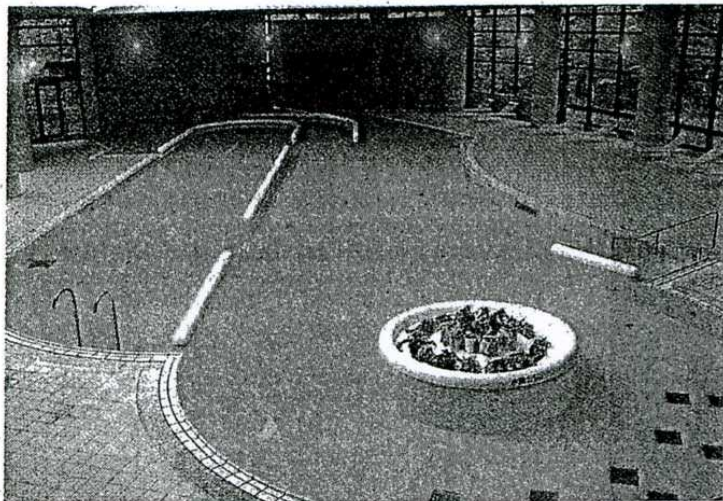


温泉+食+運動 健康づくり講座



常設型の「健康づくり大学」オープンに向け改修中の温水プール=大町市のくろよんロイヤルホテル

大町に「滞在型保養」拠点

温泉を核に自然環境、食、運動などを組み合わせた「健康づくり大学」事業に取り組む民間活力開発機構(経済産業省所管)は九月五日、全国初の「常設キャンパス」を大町市内に開設する。地元自治体、宿泊施設、商工団体、企業に加え、医師、運動指導者、栄養士らが連携。温泉を活用した健康づくり交流の場として、「滞在型温泉保養」の普及を目指す。

健康づくり大学は、中(群馬県)で一泊二日、高年の健康志向の高まり、開講した。〇六年度は、と地域活性化の要望を背、飯山市(十月二十一二十景に企画。温泉入浴、地二日)など全国十一町村元食材を生かし健康に配慮した食事、散策やウォーキング、水中運動、文行して「常設型」導入に化活動を取り入れた療養向けモデルをつくることカリキュラムを温泉地ごとに作成。専門医、スポーツ指導者、栄養士らによる温泉実践講座で健康づくりを行う。

二〇〇四年度に箱根強羅温泉(神奈川県)で二泊三日の実証実験を実施。〇五年度は草津温泉常設キャンパスは「くろよんロイヤルホテル」に開設する。「市内の運動施設、ゴルフ場、スキ場、健康食レストラン、文化施設などと常時連動させ、産・官・学の共同事業として進めていく

民間活力構 開設 地元も連携 来月開設

い」と里敏行・同機構理事長。大町市などの協力を得ており、運営費は同機構と関西電力が分担。利用者は宿泊費と交通費を負担する。周辺の宿に泊まって通うこともできる。

オープンを記念し、九月五〜七日、六〜八日に二コースの実践講座を開く。開講時と閉講前の健康チェック、「温泉療法と健康づくり」「運動と健康」「栄養と健康」といった講義のほか、入浴早朝散策、森林浴ウォーキング、水中運動、音楽療法など。県内の温泉療法医ら七人の医師も講師・アドバイザーとして加わる。

問い合わせ、参加申し込みは民間活力開発機構(03・3543・8777)へ。希望者には宿も紹介する。