

ジオパークにおける健康ウォーキングの可能性 —伊豆半島の松崎町雲見地区での事例

永井結登*・北嶋泰成*・辻真衣子*・中橋幸作*・山本隆太** * 静岡大・学、**静岡大

なぜ、ジオパークで健康ウォーキングなのか？

ジオパークでは、大地の遺産の保全と活用とともに住民活動が鍵であり、特に多くの場所で少子高齢化問題は著しいため、住民の健康は喫緊の課題である。

本研究で対象とする伊豆半島ジオパークにおいても同様で、雲見地区を含めた特に小さな漁村由来の西伊豆エリアでは顕著である。西伊豆エリアには、火山岩頸による安息角を超える急斜度を超える烏帽子山や凝灰岩が堆積してできた伊豆産の桜石の石切場、雲見霊廟などの火山の地形やそれから産まれた資源を人々が活用してきたジオサイトがある。また西伊豆の松崎町では、2030松崎プロジェクト住民たちが静岡大学の学生と協力して産業や教育など他分野にて地域を活性化させる活動を行っている。西伊豆エリアはジオサイトとともに、ウォーキングでの健康づくりのポテンシャルを持つエリアである。

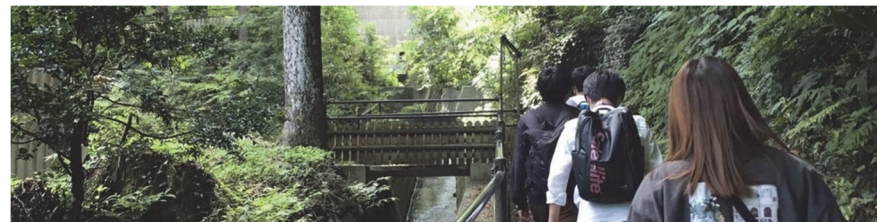
健康ウォーキングとしてのクアオルトとは？

ドイツ発祥の保養・療養方法（保険適用）

日本語では**気候性地形療法**

- = 気候（澄んだ空気や植生）
- × 地形（標高差、ジオ）
- × 療養（ウォーキング・温泉）

健康向上のためのクアオルトは気候性地形療法という名前の示すように、ジオパークでも重視する地形の要因が重要である。この地形（標高差・ジオ）を楔として、ジオパークとクアオルトの取り組みを結び付けることで、ジオパークを通じた「健康と教養」を実現するツアーや教育を考案し提案する。



伊豆半島ジオパークの雲見でのクアオルトの取り組み

○研究の手法・経緯

発表者らは、静岡県内のクアオルト先進地である静岡県小山町主催のクアオルト健康ウォーキングに参加するとともに、オンライン講演会を開催し、クアオルトの方法や効果などを学んだ。

続いて、伊豆半島ジオパークの雲見地区を対象エリアとし、伊豆半島ジオガイドにジオスポットのガイドを受けた。また、温泉施設に温泉の特徴などについてヒアリングを行い、温泉と組み合わせたツアーを「ジオ・クアオルト」を企画した。



ジオ・クアオルトによる「教養と健康」コンセプト



ジオサイトで心拍数を図る心拍数の目安は160-年齢



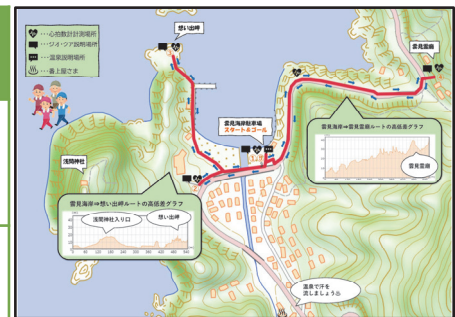
ジオ・クアオルトパンフレット

伊豆半島ジオパーク雲見地区でのジオ・クアオルトルート案

○ジオ・クアオルトのルート（案）

雲見地区でのジオサイトをめぐるクアオルトルートについて示す。

ジオパーク的ジオツアー	クアオルト的健康ウォーク
① 案内板 雲見の大地の成り立ちの説明	・運動テスト ・安静時心拍数 血圧の測定
② 雲見浅間神社、 磐長姫命の話	・心拍数の測定
③ 想い出岬と烏帽子山	・心拍数の測定
④ 雲見の海産物	・心拍数の測定
⑤ 雲見霊廟の桜石	・心拍数の測定
⑥ 雲見温泉の解説	・心拍数 血圧の測定



○期待される効果クア面

- ・徒歩による健康増進
 - ・温泉入浴による疲労回復
 - ・コミュニケーションの場
- ### ジオ面
- ・雲見の地質・歴史学習
 - ・雲見の観光メニュー化

効果

- ・住民意識の健康増進と健康意識の向上
- ・公衆入浴施設の付加価値と再整備の促進
- ・「ジオ・温泉クアーツリズム」の「新たな顔」の創出
- ・運動を兼ねた住民の学習によりジオパーク認定に必要な教育活動の展開。

展開

- ・松崎町クアオルト【公認】の認証申請の土台作り
- ・伊豆半島ジオガイド協会、静岡県温泉協会の協力による「ジオ・温泉クアーツリズム」の伊豆半島全域への展開
- ・静岡県温泉協会との連携によるツアー商品化