

# 1. 事業の目的

労働安全衛生法の改正によってストレスチェック義務化法が施行されました。飯南町の地域資源を組み合わせた心とカラダに美味しい「滞在型健康プラン」(ツアー商品)を健康ビジネスモデルとして構築しました。

①超高水圧加工技術



②森林セラピー



③地域食材・温泉



# 心とカラダに美味しい 健康ビジネスモデル構築事業報告

平成28年3月24日  
心とカラダに美味しい協議会  
(代表団体：特定非営利活動法人里山コミッション)

# 2. 実施事業概要①

## 【心とカラダに美味しい協議会】

設置	平成27年9月1日	8団体15名
第1回	平成27年9月1日	<ul style="list-style-type: none"> <li>●規約制定</li> <li>●事業説明</li> <li>●事業の進め方決定</li> </ul> 飯南町役場会議室 委員：11名出席、事務局2名
第2回	平成27年11月16日	<ul style="list-style-type: none"> <li>●実施事業の中間報告</li> </ul> 憩いの郷衣掛ミーティングルーム 委員：9名出席、事務局2名
第3回	平成28年3月16日	<ul style="list-style-type: none"> <li>●実施団体からの事業報告・まとめ</li> <li>●県報告書作成</li> </ul> 憩いの郷衣掛ミーティングルーム 委員：9名出席、事務局2名



# 3. 実施事業概要②-1

## 【森林セラピーモニターツアー】

第1回 平成27年10月12日
参加者：34名(広島市内在住女性) 参加費：2,000円 内容：りんご狩り、森林セラピー体験 杉と銀杏の連理鑑賞など 募集：HP・メルマガ(広島市内事業者に委託)
<b>【アンケート結果】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・天気がまいちだったが、雨の中でも空気が違うということが実感できた</li> <li>・体内が浄化されたような爽やかな気持ち</li> <li>・自然のエネルギーに癒されて充電された感じ</li> <li>・仕事で色々悩んでいたことが楽になった</li> <li>・晴れた日に土の上で横になりたいたい</li> <li>・霧に煙る山の風景、霧の中の杉の木立が幻想的</li> <li>・ガイドさんの心遣いに感動した、説明も分かりやすくてとても楽しかった</li> </ul>



## 4. 実施事業概要②-2

### 第2回 平成27年11月3日

参加者：7名(松江市内在住者)  
 参加費：2,000円  
 内容：ミニしめ縄作り、森林セラピー体験  
 杉と銀杏の連理鑑賞など  
 募集：HP・チラシなど(町観光協会にて実施)

#### 【アンケート結果】

- ・心にゆとりが生まれた気がする
- ・普段運動していない人でも楽に散歩できる
- ・時間を忘れて植物を拾い童心に返った

### 第3回 平成28年3月5日

参加費：4,000円 ※応募者2名のため中止  
 募集：HP・メルマガ(広島市内事業者にて委託)  
 【課題】卒業式など日程的な問題、参加費の調整  
 内容を飯南町ならではのものに改善



4

## 5. 実施事業概要③

### 【ツアー商品販売】

森林セラピー体験によるヘルスチェックツアーは東京都内の企画会社と契約を締結予定です。ツアー商品企画を(一社)飯南町観光協会が行い、募集・販売を広島市内の委託事業者が行う仕組みを構築しました。2回実施したモニターツアーから、地域の特徴を活かしたプログラムづくりが必要とされました。

※「森弁」イメージ



### 滞在型健康プラン

#### 滞在プログラム

##### 森林セラピー

(運動手法のプログラム化)

- \* 商品企画：(一社)飯南町観光協会
- \* 募集販売：広島市内の委託事業者
- \* 事業委託：東京都内の企画会社

心

#### 食事プログラム

##### 低糖質メニュー「森弁」

(超高水圧加工玄米+地域食材)

- \* 製造販売：町内業者(2社)

カラダ

5

## 6. 実施事業概要④

### 【滞在プログラム】

各種研修サービスやカウンセリングサービスを組み込んだ企画商品を作成し、(一社)飯南町観光協会が関連団体の総務人事担当およびメンタルヘルス担当などへ販売します。



※旅券宿泊一括手配可能(旅行業2種)

6

## 7. 実施事業概要⑤

### 【食事プログラム】

飯南町産玄米(6000気圧処理した加工玄米)を主食とし、野菜やヤマトイモを食材に低糖質でヘルシーなメニューを開発しました。11月の試食会には、3名の料理人から多くのメニュー提案があり、その中から「森弁」をはじめ数点を採用しレシピカードを作成しました。また「森弁」は町内飲食店での提供や、森林セラピー弁当として採用する予定としています。

試食会	平成27年11月12日 (広島市内)	料理人3名 試食者12名
料理教室	平成28年2月16日 (広島市内)	料理人1名 試食者5名
メニュー提示	平成28年3月4日 (飯南町内)	料理人1名 事務局2名
試食会	平成28年3月10日 (飯南町内)	料理人3名 試食者10名
試食会	平成28年3月18日 (飯南町内)	料理人1名 試食者8名



#### 飯南町ヘルシーレシピカード



7

## 8. 実施事業概要⑥

### 【ヒト介入試験 … 玄米摂取】

超高水圧加工玄米摂取群と白米摂取群にわけ、2回の採血検査、情動試験(心理状態調査)などを実施しデータを分析中です。玄米摂取モニターの勧誘には労力を要しましたが、モニターからは「カラダの調子が良い」と好評を得ています。本年11月まで、事業継続することとしており、エビデンス取得を目指しています。

- モニター数 玄米：28名 白米：25名  
※飯南町在住の65歳～85歳の男女
- 共同研究機関 島根大学医学部  
共同研究題目「超高水圧加工玄米による認知予防効果の検証」



第1回検査	平成27年11月15日	採血・骨密度 腹囲・身体測定など
第1回未受診者追加検査	平成27年11月25日	
第2回検査	平成28年2月27日	採血・情動
第2回未受診者追加検査	平成28年3月6日	

8

## 10. 実施事業概要⑥

### 【ヒト介入試験 … 森林セラピー】

ヒト介入試験項目などの調整に時間を要し、平成27年12月から4回の実施となりました。飯南町在住のモニター21名を森林セラピー散策群と散策しない群に区分し、その効果を検証しました。

- モニター数 21名  
※飯南町在住の20代～60代の男性
- 共同研究機関 島根大学医学部  
共同研究題目「ストレスチェックの義務化に伴う森林の持つ癒し効果の検証」



第1回	平成27年12月17日	採血・POMS・唾液検査など
第2回	平成28年1月21日	POMS・唾液検査など
第3回	平成28年2月18日	POMS・唾液検査など
第4回	平成28年3月17日	採血・POMS・唾液検査など

9

## 12. まとめ

② ツアー商品内容	飯南ならではの自然と体験施設活用 ⇒ <b>特色ある体験メニュー提案が必要</b> しめ縄作り体験・りんご狩り・雪合戦・冬野菜の鍋など
③ ツアー商品販売	情報発信力のある広島市内の業者に販売・募集などを委託 ⇒ <b>飯南町の魅力を発信するとともに</b> <b>ヤマトイモなどの農産物の店頭販売も行っていただく</b>
④ 滞在プログラム	東京都内の企画会社との契約締結 ⇒ <b>③及び⑤をセットにした滞在プログラムを構築</b>
⑤ 食事プログラム	飯南町の食材を使った新メニュー開発 ⇒ <b>飯南町ヘルシーメニューレシピカード作成</b> <b>町内業者(2社)が平成28年4月から「森弁」販売提供</b> <b>町内農産物の付加価値が高まる</b>
⑥ ヒト介入試験	玄米摂取採血検査など ⇒ <b>平成28年11月まで継続</b> 森林セラピー体験採血検査など ⇒ <b>医学的根拠による体験ツアーで誘客促進</b>



12