

# 茨城県大子町—森林セラピー基地で体験する新たな森林滞在型観光の実証プラン—

## 事業概要

|            |  |
|------------|--|
| 実施主体       | 大子町観光協会  |
| その他連携する団体等 | 株式会社さとゆめ   |
| プランの概要     | <p>森林セラピーメニュー（後述）を中心として、ストレス低減につながるようなリラックス体験を提供することに加え、森林セラピーと親和性の高い飲食メニューや宿泊体験を提供するモニターツアーを開催します。大子町で行う様々な体験や、温泉旅館でのご宿泊など、大子町での滞在期間を通じて、癒し・リラックス効果を感じて頂くツアーを実施します。ツアー実施に際しては、大子町の観光マイスターが全工程に帯同し、移動中であっても大子町の癒し資源を感じて頂くために、様々な町内の見所を紹介していきます。</p> <p>【提供する体験】<br/>森林セラピーウォーク、アロマセラピー、煎茶体験、湯治体験、町内レンタサイクル周遊体験</p> |
| 事業スケジュール   | 9月中旬よりモニターを募集し、10月中旬ごろにモニターツアーを実施。12月上旬までにツアー結果を分析し、今後の取組みに反映。   |

## 森林セラピーとは？



“森の中を歩くとリラックスした気分になる”、そんな感覚的な森林の効果が医学的・科学的に近年証明されてきています。森林セラピーは、その医学的・科学的なリラックス効果が認められた森で癒しを得られる体験です。特に、「森林セラピー基地」は、現地と都会との比較実験を通じて癒しの効果・病気の予防効果が科学的に認められたお墨付きの地域であり、大子町も認定されている基地の一つです。

## プランの特徴・ポイント

### 1 茨城県内でも自然資源が豊富な大子町 県内唯一の森林セラピー基地



大子町は茨城県唯一の森林セラピー基地であり、茨城県立「奥久慈憩いの森」は森林セラピーロードとして認定されている森林の癒し・リラックス効果が科学的に証明されている森となっています。ただの森林散策ではなく、科学的な根拠にあるリラックス効果をもたらすことができる

### 2 ポストパンデミックでは体験型観光が主流に 現在のトレンドに適合



新型コロナウイルスの流行を境として、精神的苦痛（うつ病など）を訴える人の割合は2倍以上に上昇しており、森の癒し効果を体験できる森林セラピーへのニーズは高まっています。加えて、昨今のアウトドアブームに代表されるように、今後は名所を訪ねる観光から、自然や体験をメインとした観光が主流になると考えられ、森林セラピーでの体験と合致しています。

### 3 町民トレーナーの活躍の場を作る事業 町内雇用創出に直結



大子町の森林セラピーは、全ての体験が町内で育成された森林セラピートレーナーが提供する体験となっており、森林セラピーの体験者の増加は、トレーナーである町民の所得向上に直結するものとなっています。副業として実践できるレベルの価格帯として設定していることで、品質も求められますが、雇用創出につながる取組みとなっています。