

第3回

日本クアオルト協議会大会 inおおだ

～全国各地から150人が参加し盛大に開催～

りゅうげんじまぶ
龍源寺間歩を活用し
た坑道療法を体験。

サザエの貝殻を使つ
た「ら灯」を頼りに坑内
へ。

明暗差などが自律
神経を刺激し、ストレ
ス軽減効果が得られ
ます。

大森プログラム



温泉街から温泉津港
を往復する早朝ウォー
ク。町並みや文化財な
ど、スポットごとに説
明を聞きながら散策。

朝食前の適度な運動
がもたらす健康効果を
体験。

温泉津プログラム



鳴砂の浜「琴ヶ浜」を
ボールを使ってウォー
キング。

砂浜の感触を楽しん
だり、冷たい海水や潮
風の刺激を感じたりす
ることで得られる健康
効果を体験。

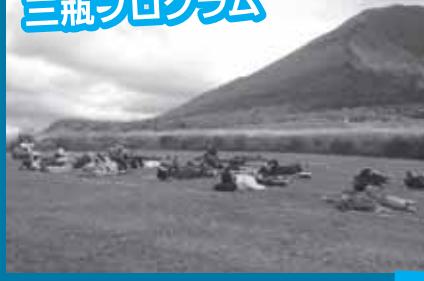
琴ヶ浜プログラム



自然歩道を歩きながら
の森林浴と芝生に
寝転んでのストレッチ
を組み合わせたプログ
ラム。

紅葉に彩られた自然
を堪能し、心とからだ
をリフレッシュしま
した。

三瓶プログラム



大田市が加盟する「日本ク
アオルト協議会」の第3回全
国大会が11月9日から3日
間、当市を会場に開催されま
した。

この協議会は、加盟団体が
連携し、自然・文化・温泉な
どの地域の資源を活用して、
滞在型の健康保養地づくりを
推進することを目的に平成26
年度に発足。「健康まちづくり」
に取り組む当市は、平成27
年度から加盟しています。

「世界遺産・山・海 地域
資源を活かした健康のまちづ
くり」をテーマとした今大会
には、加盟8自治体をはじめ
全国各地から約150人が参
加。市内4地区で、健康プロ
グラムを体験しま
した。

各地区の資源を
活用したプログラ
ムが、参加者の皆
さんから高い評価
を得ました。



大田市では、「市民の健康づくりとそ
の環境づくり」と「健康と観光を組み合
わせた保養地づくり」を一体的に推進す
る「健康まちづくり」を施策の柱に位置
づけ取り組んでいます。

今年度、その指針となる「健康まちづ
くり推進方針」を策定し、各種の計画に
この推進方針の内容を反映するととも
に、「健康まちづくり」の視点を持つて
事業を実施していきます。

「健康まちづくり」を推進