

耳より情報局

ヘルスツーリズム 参加してみませんか？

ヘルスツーリズムは健康ウォーキングや温泉療法などの医学的な根拠に基づき健康回復や維持増進を図る観光旅行のことです。大田市では、一昨年から温泉津温泉や三瓶、石見銀山などで、地域資源を生かしたヘルスツーリズムが行われています。



温泉津温泉で

早朝ウォーキング

自然と歴史を体感してもらい、健康増進と温泉津の良さをPRしようと、早朝ウォーキングが平成26年12月14日に温泉津温泉街周辺で開催されました。

このイベントは、温泉津温泉旅館組合と温泉津町ヘルスツーリズム推進協議会が企画したものです。

早朝ウォーキングには、自律神経のバランスを整え血流アップやストレス解消、免疫力の向上、脳の活性化など多くの効果があるといわれています。

当日は、岡山県や山口県などから参加した温泉津温泉宿泊者と地元住民を合わせた23人が、約1時間、温泉津の町並みをウォーキン



▲温い海水と冷たい海水で交互に足浴を行う参加者(温泉津)

グし、楽しみました。

また、ウォーキング出発前と終了後にICチップを利用したストレスチェックを行うと、ほとんどの参加者のストレス値が減少しました。

今回は試験的な取り組みで、来年度から定期的な開催が予定されています。

一泊二日

「さんべ健康楽座」

温泉津での取り組みの他にも、国民宿舎さんべ荘によつて企画された「さんべ健康楽座」が11月6日から一泊二日で行われました。

用意されたプログラムの一つが、2本のスキーで使用するような専用ポールを使うノルディックウォーキングで、インストラクター

山陰道 仁摩・温泉津道路 全線開通

昨年、仁摩・温泉津道路の内「湯里IC～石見福光IC間(5.9km)」が大田市で初めての高規格道路として開通しました。平成27年3月14日(土)には、残る「仁摩・石見銀山IC～湯里IC間(5.9km)」の開通が予定されており、いよいよ「仁摩・温泉津道路(11.9km)」が全線開通となります。

現在、市内では「仁摩・温泉津道路」のほか、「多伎・朝山道路(9.0km、平成30年度開通予定)」、「朝山・大田道路(6.3km、平成30年度開通予定)」、「大田・静間道路(5.0km)」、「静間・仁摩道路(7.9km)」の各区間で事業が進められており、「福光・浅利間」では事業化の前提となる都市計画決定に向けた手続きが進められています。

山陰道の整備により国道9号通行止め時の代替路の確保、狭いトンネルや急なカーブを回避することにより交通事故の削減につながるだけでなく、輸送や移動時間が短縮され、相互の地域間交流の活発化、物流、産業の活発化、地域経済の活性化が期待されます。



▲琴ヶ浜第一高架橋からの風景

