



環境省全国「新・湯治」 効果測定調査プロジェクト 6カ年調査結果 (平成30年度～令和5年度) 概要報告



～「新・湯治-ONSEN stay」の推進～

環境省では、温泉地の協力を得て、温泉地全体で得られる療養効果を全国初の統一フォーマットで把握し、全国の温泉地の視点に立って情報発信するため、平成30年度より「全国『新・湯治』効果測定調査プロジェクト」を実施しました。6年分（19,575件）の結果がとりまとめられましたので、ご報告いたします。

結果① 温泉地滞在後は心身に良い変化が得られました。

結果② 単に湯に浸かるだけではなく、ゴルフや登山などの運動、温泉地での周辺観光や食べ歩き、マッサージやエステなどのアクティビティを行うこと等が、より良い心身への変化に関連していました。

結果③ 長期間の温泉地滞在ではなくても日帰りや年間を通して高頻度で温泉を訪れることで心身への良い影響が見受けられました。

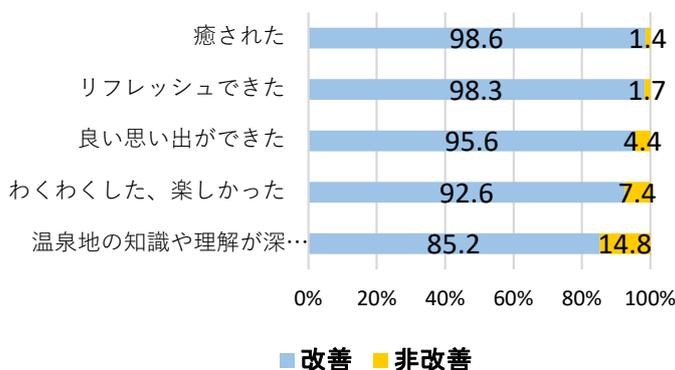
■調査の実施方法

- ・方法：全国統一の自記式調査票（調査紙、WEB）を用いた横断調査
- ・調査地点：平成30年度（20カ所）・平成31年度（19カ所）・令和2年度（16カ所）・令和3年度（15カ所）・令和4年度（6カ所）・令和5年度（6カ所）の全国の温泉地又は温泉施設（ただし、令和2-3年度はWEBによる全国自由参加と大分県民健康アプリ併用）
- ・調査対象：温泉地を訪れた成人 平均年齢55.5歳（標準偏差15.7）
- ・調査時期：平成30年7月10日～令和5年11月3日
- ・有効回答数：19,575件（男：7,892人 女：8,821人 性別未記入：2,862人）
- ・調査事務局：一般財団法人 日本健康開発財団（環境省から委託）

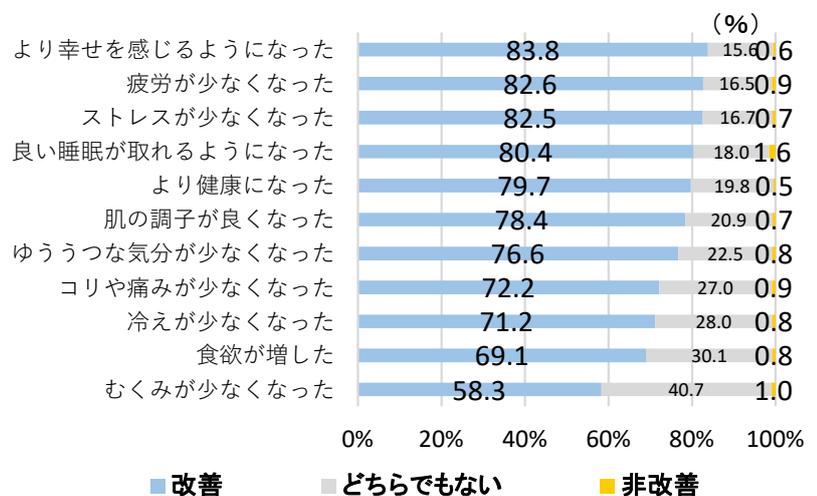
■主な調査結果

（1）温泉地訪問・利用後の主観的变化

①温泉地訪問の主観的な感想（複数回答）



②温泉地利用後の心身の主観的变化（複数回答）



- ・温泉地訪問の主観的な感想では、「癒された」「リフレッシュできた」「よい思い出ができた」「わくわく、楽しかった」を9割以上の者が実感し、良好な変化があった。
- ・温泉地利用で、「幸せを感じる」「疲労」「ストレス」「睡眠」など多くの主観的項目で8割以上の者が改善したという変化を感じていた。

(2) アクティビティ（ゴルフ登山などの軽い運動、周遊観光、エステ等）の実施の有無と

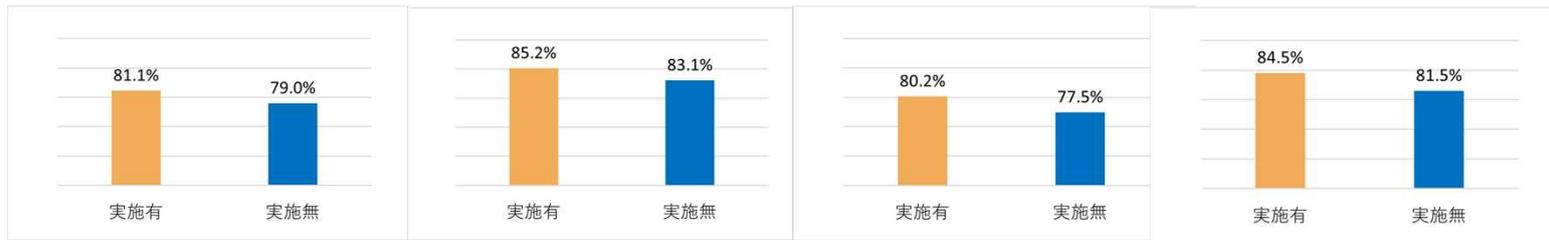
温泉地滞在前後の主観的変化の関連（有意差のあったものから抜粋）

・より健康になった

・より幸せを感じるようになった

・肌の調子が良くなった

・ストレスが少なくなった



⇒ 温泉に浸かるだけでなく、軽い運動や周辺観光や食べ歩き、マッサージやエステなどの何らかのアクティビティに参加すると、心身の主観的変化で改善した者の割合が高かった。

(3) 1回あたりの温泉地滞在期間と滞在前後の心身の主観的変化の関連（有意差のあったものから抜粋）

日帰り

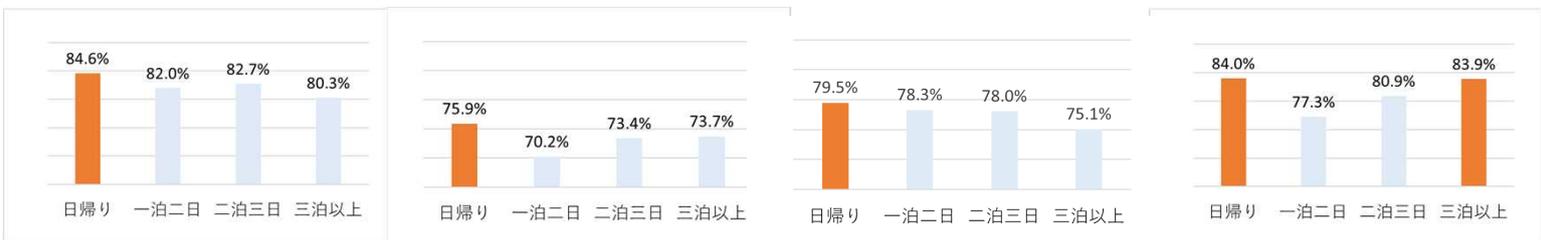
日帰りと3泊以上

・疲労が少なくなった

・コリや痛みが少なくなった

・肌の調子が良くなった

・より健康になった

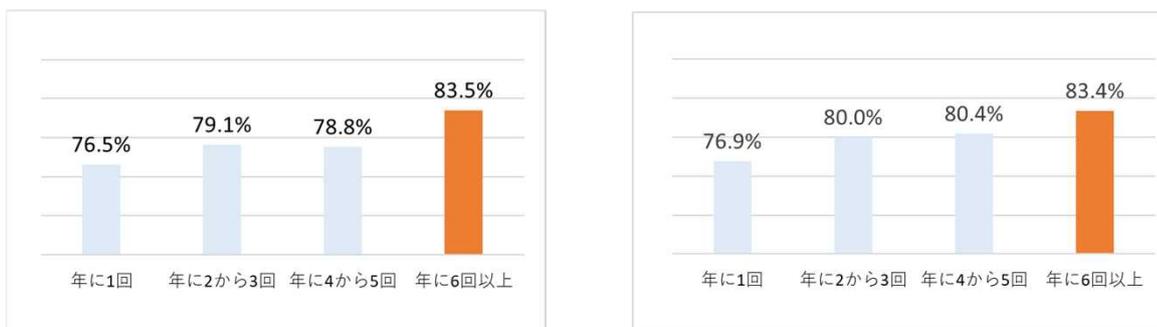


⇒ 「日帰り」の短期間の温泉地滞在でも一定の改善傾向が認められ、十分な時間が取れない人においても一定の療養効果の享受が可能。

(4) 1年間の温泉地訪問回数と温泉地滞在前後の心身の主観的変化の関連（有意差のあったものを抜粋）

①より健康を感じるようになった

②ぐっすりとした良い睡眠が取れるようになった



⇒ 現代のライフスタイルに合わせて、短期間の温泉地訪問を年に複数回行うことでも、様々な療養効果を得られる。

本調査で使用した同じフォーマットのアンケートを利用すれば、全国の温泉地と比較することも可能となり、温泉地の活性化を考える際において、その温泉地独自の特色やメリットを把握するツールにもなります。

【アンケートフォームや、集計ツールはこちらをご活用ください】

https://www.env.go.jp/nature/onsen/spa/spa_project.html

