

## 全国「新・湯治」効果測定調査プロジェクトの6カ年調査結果について

環境省では、平成30年度より、入浴のみならず、温泉地における滞在の総合的な療養効果を科学的に把握し、その結果を全国的な視点に立って発信するため、「全国『新・湯治』効果測定調査プロジェクト」を実施しています。

今般、平成30年度から令和5年度までの6カ年分の調査結果を取りまとめました。

(※令和3年度に前期3カ年分について報告)

### 0. 総括

全国の温泉地において、温泉利用者（日帰り利用、宿泊利用問わず）に対して統一フォーマットの調査票を用いてアンケート形式で実施し、その結果を集計・分析しました。

- ・ 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)
- ・ 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 : 2018 年 7 月 10 日～2023 年 11 月 3 日
- ・ 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)

主な調査結果としては、以下の結果が得られました (結果の一例)。

- (1) 温泉地滞在後は、心身に良い変化が得られました。
- (2) 単に湯に浸かるだけでなく、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。
- (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。

環境省では、本調査で得られた結果を全国的に発信して「新・湯治」の効果普及を図ることで、多くの人が温泉地を訪れることによる、温泉地の更なる賑わいの好循環の創出を期待しています。

1. 回答者

回答者数：19,575 人（男 7,892 人、女 8,821 人、未回答 2,862 人）

平均年齢：55.5 歳

居住地：国内 16,791 人、国外 24 人、未回答 2,760 人

北海道	895	東京	1,418	滋賀	111	香川	48
青森	34	神奈川	859	京都	359	愛媛	54
岩手	57	新潟	109	大阪	903	高知	19
宮城	306	富山	29	兵庫	857	福岡	1,005
秋田	43	石川	28	奈良	158	佐賀	35
山形	119	福井	17	和歌山	54	長崎	57
福島	252	山梨	58	鳥取	139	熊本	170
茨城	240	長野	68	島根	133	大分	3,345
栃木	267	岐阜	114	岡山	259	宮崎	58
群馬	94	静岡	237	広島	759	鹿児島	53
埼玉	721	愛知	406	山口	829	沖縄	16
千葉	543	三重	416	徳島	40	国外	24

2. 滞在期間

	回答数
日帰り	4,557
1泊2日	12,123
2泊3日	1,520
3泊以上	1,222
未回答	153

3. あなたの現在の健康状態はいかがですか。

	回答数		回答数
よい	8,628	あまりよくない	1,013
まあよい	4,333	よくない	114
ふつう	4,933	未回答	554

4. 今回の旅行の主な目的はどれですか。（複数回答）

目的別	回答数	目的別	回答数
温泉	13,054	飲食	1,177
宿泊施設	2,007	温泉地の祭りやイベント	126
観光	3,018	帰省、冠婚葬祭、親戚・知人訪問	803
スポーツ	509	ビジネス、研修など	537
買い物	164		

5. この温泉を利用した目的は何ですか。(複数回答)

	回答数
身体の疾病の療養	2,931
自律神経不安定症やストレスの改善	889
病後回復期の改善	844
疲労回復、健康増進	5,348
ストレス解消 (リフレッシュ)	9,585
美容、若返り	1,421
温泉が好きだから	11,459
なんとなく、特にない	994
その他 (泉質の効能に期待して、家族・友人等の勧めで、近場であるため、ツアー等の利用、食、を目的等)	1,898

6. この温泉地に来て、どのような感想を持ちましたか。

	とても そう思う	そう思う	やや そう思う	ややそう思 わない	そう 思わない	全くそう 思わない	未回答
癒やされた	8,985	7,771	2,062	155	72	42	488
わくわくした、楽しかった	5,169	6,994	5,130	900	388	87	907
リフレッシュできた	9,127	7,514	1,975	206	73	36	644
良い思い出ができた	7,434	6,965	3,495	514	217	87	863
温泉地の知識や理解が深まった (自然・環境・歴史・食・文化など)	1,543	2,195	2,645	700	312	100	12,080

7. この温泉地に来る前の普段の状態と比べて、今はどのような健康状態ですか。

	とても 思う	そう 思う	やや 思う	変わらない	やや 思 わない	そう 思 わない	全く 思 わない	未 回 答
より健康になった	3,347	5,882	4,342	3,363	27	31	34	2,549
より幸せを感じるようになった	4,271	5,992	4,014	2,655	38	34	38	2,533
ぐっすりとした良い睡眠が取れるようになった (取れそうになった)	4,313	5,594	3,732	3,059	150	72	51	2,604
肌の調子が良くなった※	3,837	5,271	4,167	3,537	48	40	36	2,639
食欲が増した	3,191	4,808	3,657	5,074	53	41	43	2,708

	とてもそう 思う	そう思う	ややそう 思う	変わらない	ややそう 思わない	そう思 わない	全くそう 思わない	未回答
ストレスが少なくな った	4,036	5,549	4,438	2,845	48	31	43	2,585
疲労が少なくな った	3,836	5,709	4,453	2,796	77	39	40	2,625
冷えが少なくな った	3,526	4,759	3,661	4,703	53	33	47	2,793
肩・腰・ひざ等 のコリや痛みが 少なくなった	2,946	4,721	4,544	4,564	65	40	41	2,654
ゆううつな気分 が少なくなった	3,678	5,238	4,000	3,796	48	42	51	2,722
むくみが少なくな った	2,155	3,826	3,741	6,785	49	51	64	2,904

※本設問で「とてもそう思う」「そう思う」「ややそう思う」と回答された方について、具体的にどのような肌の変化を感じましたか。（複数回答）

うるおい	なめらか さ	はり	弾力	血色	つや	かゆみ 軽減	赤み軽減
2,472	2,525	621	380	1,223	869	577	168

8. この温泉地ではどんなことをしましたか。（複数回答）

	回答数
温泉に入浴すること	16,792
息が弾み汗をかく程度の運動（ゴルフ、スキー、登山など）	2,340
周遊観光や食べ歩き、買い物など、歩行又はそれと同等以上の活動	6,177
マッサージやエステなどの保養や休養	1,475
宴会	671
自然・環境・歴史・食・文化等を学ぶ活動・セミナーの参加	373
仕事・業務に従事（ワーケーションや出張など）	297
その他（ウォーキング、友人等に会う、岩盤浴、地域での活動参加等）	1,025
何もしていない	1,678

9.温泉地には1年に何回ほど訪れますか。

	回答数
年に1回	3,167
年に2～3回	5,970
年に4～5回	2,913
年6回以上	5,131
未回答	2,394

## 全国「新・湯治」効果測定調査プロジェクトへご協力をお願い

現在、本温泉地では、環境省が推進する「新・湯治」の幅広い効果検証のため、**温泉に入浴された皆様**を対象に調査を実施しています。「新・湯治」とは、従来の温泉地での過ごし方から、温泉入浴に加え、周辺の自然等を活かしたプログラム等を楽しむことを通じて、現代人のライフスタイルに合った温泉地での過ごし方を提案するものです。

いただきました貴重なご意見は、全国の温泉地全体での療養効果等の把握に使用させていただき、今後の温泉地の新たなあり方のために活用させていただきます。趣旨ご理解賜り、アンケートにご協力くださいますようお願い申し上げます。

※自然等の地域資源を活かした温泉地の活性化に向けた提言

- 「新・湯治」の推進に関する環境省ホームページ <http://www.env.go.jp/press/104349.html>

【1】本調査票の記入日と本温泉地での滞在時間を教えてください。（○はひとつだけ）

年 月 日	1. 日帰り	2. 一泊二日	3. 二泊三日
	4. 三泊以上		

【2】あなたの現在の健康状態はいかがですか。あてはまる番号1つに○をつけてください。

1. よい	2. まあよい	3. ぶつう	4. あまりよくない	5. よくない
-------	---------	--------	------------	---------

【3】今回の旅行の主な目的はどれですか。（○はひとつだけ）

1. 温泉	6. 飲食
2. 宿泊施設	7. 温泉地の祭りやイベント
3. 観光（名所旧跡、自然景観、文化施設等の見学）	8. 帰省、冠婚葬祭関連、親族や知人の訪問
4. スポーツ（ゴルフやスキー等）	9. ビジネス、研修など
5. 買い物	..

【4】この温泉を利用した目的は何ですか。（○はいくつでも）

1. 身体の疾病の療養	5. ストレス解消（リフレッシュ）
2. 自律神経不安定症やストレスによる諸症状（睡眠障害、うつ状態など）の改善	6. 美容、若返り
3. 病後回復期の改善	7. 温泉が好きだから
4. 疲労回復、健康増進（生活習慣病改善など）	8. なんとなく、特にない
	9. その他（ ）

【5】この温泉地に来て、どのような感想を持ちましたか。（①～⑤の設問それぞれに該当する数字に○を1つだけ回答ください。）

	とても そう 思う	そう 思う	やや そう 思う	やや そう思 わない	そう 思わな い	全く そう思 わない
① 癒された	6	5	4	3	2	1
② わくわくした、楽しかった	6	5	4	3	2	1
③ リフレッシュできた	6	5	4	3	2	1
④ 良い思い出ができた	6	5	4	3	2	1
⑤ 温泉地の知識や理解が深まった（自然・環境・歴史・食・文化など）	6	5	4	3	2	1

【6】この温泉地に**来る前の普段の状態と比べて、今は**どのような健康状態ですか。(①～⑪の設問それぞれに該当する数字に○を1つだけ回答ください。)

	とても そう 思う	そう 思う	やや そう 思う	変わら ない	やや そう思わ ない	そう 思わ ない	全く そう思わ ない
① より健康になった	3	2	1	0	-1	-2	-3
② より幸せを感じるようになった	3	2	1	0	-1	-2	-3
③ ぐっすりとした良い睡眠が取れるようになった(取れそうになった)	3	2	1	0	-1	-2	-3
④ 肌の調子良くなった ※	3	2	1	0	-1	-2	-3
⑤ 食欲が増した	3	2	1	0	-1	-2	-3
⑥ ストレスが少なくなった	3	2	1	0	-1	-2	-3
⑦ 疲労が少なくなった	3	2	1	0	-1	-2	-3
⑧ 冷えが少なくなった	3	2	1	0	-1	-2	-3
⑨ 肩・腰・ひざなどのコリや痛みが少なくなった	3	2	1	0	-1	-2	-3
⑩ ゆうつな気分が少なくなった	3	2	1	0	-1	-2	-3
⑪ むくみが少なくなった	3	2	1	0	-1	-2	-3

※④の設問で「3：とてもそう思う」「2：そう思う」「1：ややそう思う」を選択された方は、具体的にどのような肌の変化を感じましたか？該当する項目すべてに○をつけてください。

うるおい ・ なめらかさ ・ はり ・ 弾力 ・ 血色 ・ つや ・ かゆみの軽減 ・ 赤みの軽減

【7】この温泉地ではどんなことをしましたか。(○はいくつでも) おおよその回数や時間もご記入ください。

1. 温泉に入浴すること (※今回滞在中の入浴回数をご回答ください)	( ) 回
2. 息が弾み汗をかく程度の運動 (ゴルフ、スキー、登山など)	( ) 分
3. 周遊観光や食べ歩き、買い物など、歩行又はそれと同等以上の活動	( ) 分
4. マッサージやエステなどの保養や休養	( ) 分
5. 宴会	
6. 自然・環境・歴史・食・文化等を学ぶ活動・セミナーの参加	( ) 分
7. 仕事・業務に従事した (ワーケーションや出張など)	( ) 分
8. その他の活動 (内容: )	( ) 分
9. 何もしていない (温泉入浴を除く)	

【8】この温泉地に対するご感想をお聞かせください。

【9】今回の滞在を含め、全国の温泉地には1年に何回ほど訪れますか。(○はひとつだけ)

1. 年に1回      2. 年2～3回      3. 年4～5回      4. 年6回以上

【10】今回のアンケートに対するご感想をお聞かせください。

【11】あなた自身の住所・性別・年齢・現在通院中の病気などについて教えてください。

<input type="text"/>	都道府県	<input type="text"/>	(日本以外・国名)	1. 男性 2. 女性	<input type="text"/>	歳	現在通院中の病気: なし・あり ( )
----------------------	------	----------------------	-----------	----------------	----------------------	---	------------------------

～ご協力ありがとうございました～



(施設利用欄)

(施設利用欄)

全国調査実施主体 環境省 / 調査受託 一般財団法人 日本健康開発財団  
温泉地での実施主体 ○○○観光協会  
連絡先: ○○-○○○○-○○○○