

環境省 全国「新・湯治」 効果測定調査 プロジェクト 平成30年度結果報告



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に、「全国『新・湯治』効果測定調査プロジェクト」実施しています。平成30年度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、温泉地で何らかのアクティビティを行うことが、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、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あると考えられました。

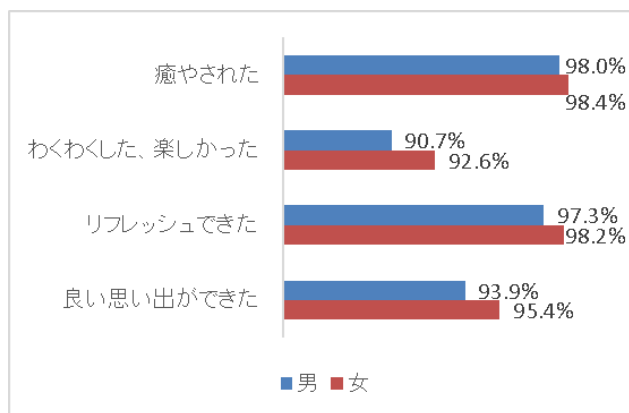
■調査の実施方法

- 調査地点：全国20カ所の温泉地または温泉施設
- 有効回答数：3,844人
(男：1,672人 女：1,674人 未回答：498人)
- 調査時期：平成30年7月10日～平成31年2月15日
- 調査方法：各温泉地で統一された調査票で実施
- 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）

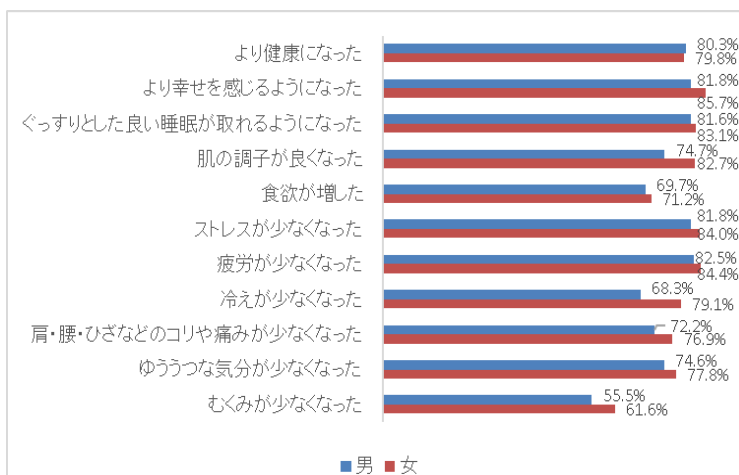
■主な調査結果

(1) 基本情報

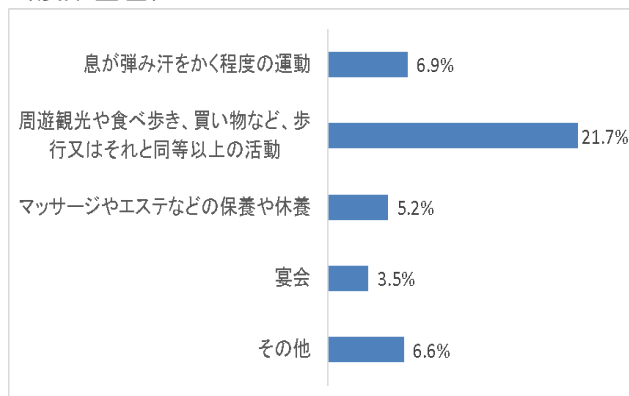
①温泉地訪問の主観的な感想（複数回答）



②温泉地利用後の心身の主観的な変化（複数回答）



③参加した温泉地でのアクティビティの種類（複数回答）

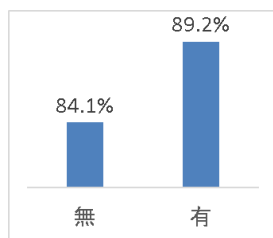


- 温泉地訪問の心理的变化に男女で有意な差は無く、性別を問わず、一定の主観的に良好な変化があることが確認できた。
- 「幸せを感じる」、「肌」、「冷え」、「コリ」、「ゆううつな気分」及び「むくみ」の改善は女性で有意に高かった。
- 温泉地を訪問した人の約3割は、入浴以外に「周辺観光」や「軽い運動」など活動をしていた。

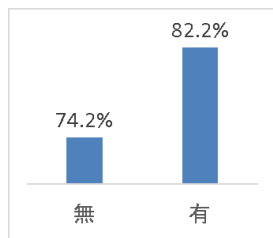
(2) 参加したアクティビティと温泉地滞在前後の主観的変化（有意差のあったものを抜粋）

①息が弾み汗をかく程度の運動

・より幸せを感じるようになった

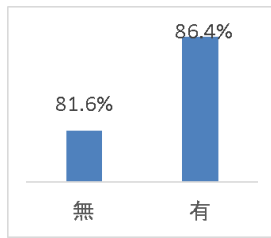


・肩・腰・ひざなどのコリや痛みが少なくなった

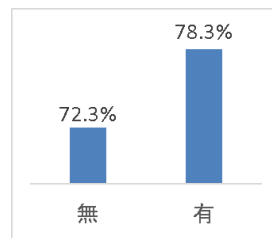


②周辺観光の場合

・ストレスが少なくなった



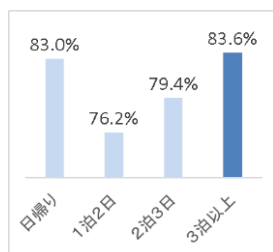
・冷えが少なくなった



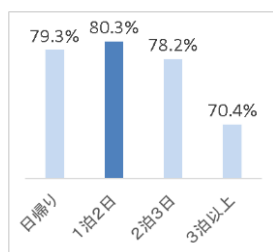
何らかのアクティビティに参加すると、ほぼ全ての心身の主観的変化で、改善した者の割合が高かった。

(3) 1回あたりの滞在期間と温泉地滞在前後の心身の主観的変化（有意差のあったものを抜粋）

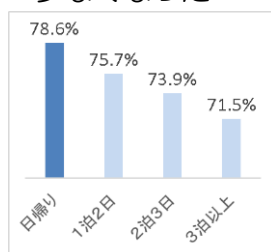
①より健康になった



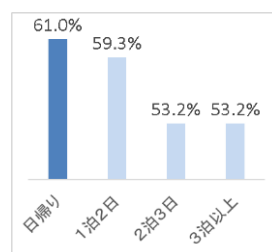
②肌の調子が良くなった



③ゆううつな気分が少なくなった



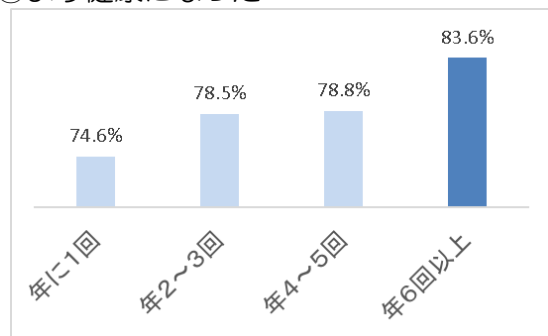
④むくみが少なくなった



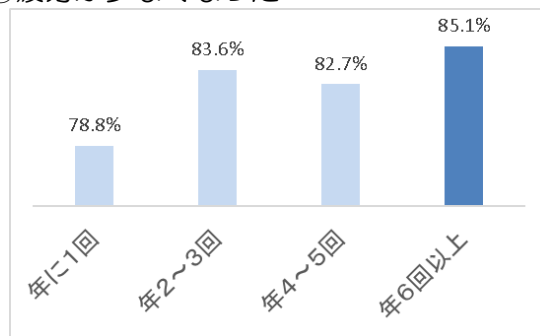
「日帰り」や「1泊2日」でも一定の改善傾向が認められ、十分な時間が取れない人においても、無理に長期の滞在をせずとも一定の療養効果の享受が可能。

(4) 1年間あたり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（有意差のあったものを抜粋）

①より健康になった



②疲労が少なくなった



温泉地における年1回の長期滞在を行うことも大切だが、現代のライフスタイルに合わせ、短期間の温泉地訪問を年複数回行うことも、様々な療養効果を得るためには効果的。

■今後の展開

- ・令和2年度まで調査を継続し、より詳細な解析を実施。
- ・調査結果を全国的に発信し、「新・湯治」の効果の普及を図る。
- ・効果の普及により、多くの人々が温泉地を訪れることにより、温泉地の更なる賑わいの好循環の創出を期待。

