

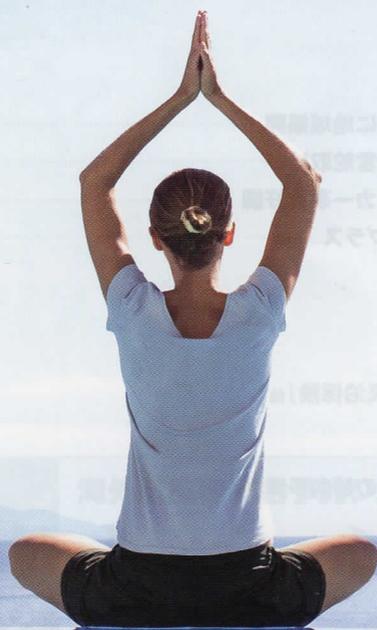
# TRAVEL JOURNAL

Japan's No.1 Travel & Tourism Business Magazine  
観光立国を支えるすべての人々に向けて

2016  
11/14

# ウェルネス ツーリズム

世界中で  
ストレス発散!



## 誌上セミナー

ショッピングツーリズムABC  
ヨビコミに学ぶ

## 好評連載

視座  
高岡謙二  
(ジャパンガイド取締役/  
エクスポート・ジャパン代表取締役)

SCRAP  
世界遺産と危機遺産

ナベケン流インバウンドの教科書  
世界に広がる盆栽文化

ビジネスパーソンの日々雑感  
丸山俊郎(信州白馬八方温泉しろま荘総支配人)

## DATA

渡航先別日本人訪問客数  
国・地域別訪日外国人客数

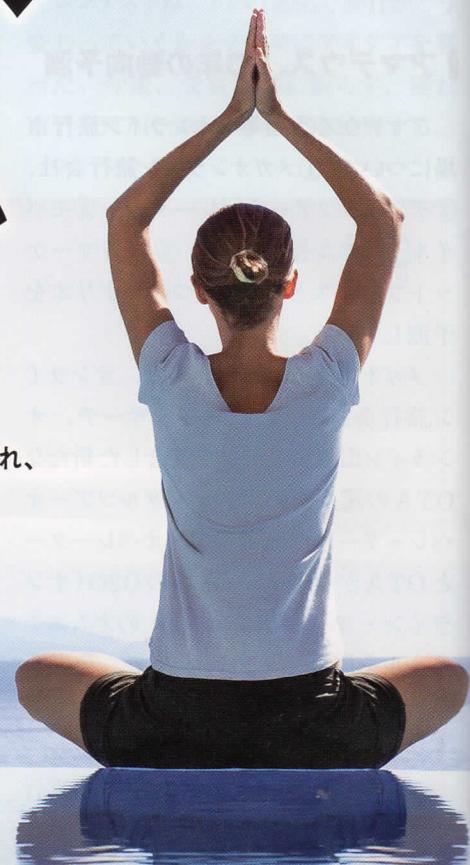
“身近で手軽に”メキシコが変わる

# ウェルネス ツーリズム

## 世界中でストレス発散!

旅行を通じて心身共に健康な状態を求めるウェルネスツーリズム市場が活況だ。ストレスが増大する社会環境を反映して、今後もますます市場規模を拡大するとみられ、17年の世界市場は約70兆円規模に達するとの試算もある。

取材・文／高岸洋行



ウェルネス関連の国際組織であるグローバルウェルネスインスティテュート（GWI）が10月17日に発表した調査結果によれば、ウェルネス産業の世界市場の規模は13年の3兆3600億ドルから3兆7200億ドルへ2年間で10.6%増加した。同じ期間の世界のGDPはマイナス成長（3.6%減）であったにもかかわらずだ。

そんな成長過程にあるウェルネス産業の中でも、ウェルネスツーリズムの伸びは目立っている。15年に世界中でウェルネスツーリズムを楽しんだ旅行者数は13年から1億440万人増えて6億9100万人に達しており、市場規模は13年から15年の間に14%増加、5630億ドルに達した。ちなみに世界の旅行取

入は同期間に6.9%の伸びで、これと比較してもウェルネスツーリズムは極めて高い成長率を示している。GWIでは旅行収入全体の15.6%をウェルネスツーリズムが占めていると試算している。

さまざまな産業調査レポートを発表しているサンドラー・リサーチが9月に発表した「Global Wellness Tourism Market 2016-2020」でも高い成長率が予測されている。同レポートでは16年から20年までの平均伸び率を10.7%と予測。予測通りならウェルネスツーリズムの市場規模は、20年には16年の1.5倍に達することになる。

こうした高い成長率の原動力として同レポートが指摘するのは、男性の需要増大だ。それまでの世

代より外見を若々しく保つことに関心が高いベビーブーマー世代の男性が、スパをはじめとするウェルネス関連の体験に興味を示すことでウェルネスツーリズムの市場拡大を後押しするという。同時にグローバル規模で進む社会のストレス増大もウェルネスツーリズムの重要性を高める作用があると指摘する。GWIによれば、世界の肥満者率は1980年と比べて2倍に増え、世界の成人の10%は糖尿病で、就業人口の半数以上が「最近、職場でのストレスが増えた」と感じており、世界の60歳以上の人口は2000年から50年までに2倍に達し、OECD加盟国の健康関連支出は20年には02年の3倍以上の10兆ドルを超えると予想されている。

人々がさまざまなストレスによって不安や怒りや失望などを味わえば、免疫力も低下し健康維持に支障を来すようになるため、人々はウェルネスツーリズムに救いを求めるというわけだ。

さらに詳しい調査結果がGWIが14年に発表した「The Global Wellness Tourism Economy 2013 & 2014」で紹介されている。それによるとウェルネスツーリズムの市場規模は、旅行者数が12年の5億2440万人から13年には11.8%増の5億8650万人に増加し、旅行支出は4386億ドルから12.6%増えて4941億ドルに達している。内訳は宿泊支出が最も多くて全体の9.3%、以下、交通9.2%、食事7.2%、買い物6.5%、活動費6.1%、その他7.2%となっている。

地域別に見ると市場規模全体の約4割を占める北米市場が最大で、3割以上のヨーロッパがこれに続き、アジア太平洋が約2割となる。中でも成長率が極めて高いのがアジア太平洋地域だ。12年から13年の旅行者数の伸び率は、北米5.3%増、ヨーロッパ6.7%増に対してアジア太平洋は26.6%増。旅行支出の伸び率に至っては、北米8.0%増、ヨーロッパ12.4%増に対してアジア太平洋は41.6%増と抜きん出ている。

ウェルネスツーリズムの旅行支出の85%は上位20カ国で占めており、13年にはトップ5カ国で全体の59%。国別で目立つ動きは中国やインドが人数ベースではすでに世界のトップ5に入っており、13年に

は旅行支出でも中国が前年の11位から2ランク上げてトップ10入りを果たしたことだ。

13年の旅行者数は1位の米国が1億4860万人。以下、2位ドイツ5020万人、3位日本3600万人、4位インド3270万人、5位中国3010万人、6位フランス2580万人、7位カナダ2310万人、8位英国1890万人、9位韓国1560万人、10位オーストリア1210万人となっている。

日本は旅行者数では3位だが、旅行支出では12年の3位から順位を落として13年は4位。1位は米国1兆8070億ドル、2位ドイツ4620億ドル、3位フランス2720億ドル、4位日本2220億ドル、5位オーストリア1570億ドル。12年から13年にかけてランクを上昇させたのは41位から24ランクもアップしたインドネシアを筆頭に、4ランク上昇して12位に入ったインドや、2ランク上昇して9位の中国、1ランクアップしたフランス、イタリア、スイス、タイ、トルコなどが挙げられている。

## 旅行支出額は総じて高く

ウェルネスツーリズムの旅行者の特徴は、一般の観光旅行者に比べ旅行支出額が大きく、事業者側にとっては高収益である点だ。旅行者の13年の支出額を比較すると、国際旅行者に関しては、ウェルネスツーリズムの旅行者は一般の旅行者より59%多い1人平均1639ドルを支出している。また国内旅行者に関しては実に159%多い688ドルを支出していると報告されている。当然ながら経済波及効果も大きく、13年の直接的な旅行支出が4941億ドルに対し、波及効果は1.5兆ドル、直接の雇用者数は1450万人で、雇用効果は3280万人分の雇用者数に相当すると試算される。

GWIでは将来予測も行っている。それによると、12年以降、ウェルネスツーリズムの市場規模は年平均9.1%で成長し、17年には6785億ドル(約70兆円)に達すると見られている。

次ページからは、ウェルネスサービス最新事情や欧州の施策などを紹介しながら、ウェルネスツーリズム市場へのビジネスアプローチを考える。



左/ザ・ファーム・アット・サン・ベニートのヨガ・パビリオン 右上/チバソムの宿泊施設 右下/専用プールで施術するワツは水に浮かびセラピストに体を預けてトリートメント



ティーオブライフ)の向上を目指すというものだ。もともとチバソムを開業したのは医師免許を持つドクターで、各専門医も常駐するチバソムならではのトリートといえよう。

また、熟練のセラピストによるチネイザンは腹部閉塞を解放し癒やしのエネルギーを活発化、気功療法のひとつで過敏性腸症候群、便秘解消、特にストレスに関連する体調不良に効能が大きい。他にもコロニック・ハイドロセラピー(腸内洗浄)、アクアセラピー「ワツ」(1980年開発。日本の経絡療法の理論を米国のハロルド・ダール氏が水中に応用した施術法。専用プールで浮遊しながらマッサージする究極のリラクゼーション)など、チバソムではかなわないものはない。提供するスパキューイジーヌは、受賞歴の多い世界的第一人者の総料理長が率いる絶品のヘルシー食が供される。

は日本人の誰もが持ち合わせるDNAのようなもの。こうした諸条件からも、日本には世界のウエルネス市場参入に高いポテンシャルがあるのではないか。

### 実力を保持する老舗ヘルスリゾート

ウエルネスといえば、その舞台の先駆者的存在はタイの「チバソム」であろう。バンコクから南へ185km、王室ゆかりの保養地ホアヒンのビーチフロントに建ち、ウエルネスが注目される前の1995年に創業した。以来、独創的なトリート(自然との調和の中で心身共にリフレッシュ)を提唱し、確かな効能と施設の充実から多くの名誉ある賞を受賞。世界最高のヘルス&ウエルネスリゾートとして今なお不動の地位を築いている。

老舗であれその名声に甘んじることなく、プログラムは毎年のように進化を遂げる。なかでも16年発表の「セル・バイタリティ(細胞包括)・トリート」は画期的だと注目を集めた。がんからの回復の途中、または覚醒中のゲストへの特別プログラムとして、ウエルネスのエキスパートが本人の状態に合う方法で食欲復活の食事メニューを考案。フィジカルおよびメンタル面での健康を刺激しサポートすることで、細胞レベルから健康を促すQOL(クオリ

スイスにも世界的に名の知れたウエルネスリゾートのパイオニア「クリニック・ラ・プレーリー」がある。究極の若返り術として「リヴァイタリゼーション療法」という細胞療法を開発し、アンチエイジングの権威となった。医療行為を伴うクリニック棟とは別にスパ棟も併設され、こちらではウエルネス目的のゲストが滞在。美容と健康への徹底した管理と高度な技術、細やかな配慮、ラグジュアリーな滞在施設、そして信頼のドクターが揃い、ローカロリー食の提供も好評だ。

### 健康志向にストイックなプログラム

05年、ウィーン郊外のオーガニックワイン生産で知られたランゲンロイス村に、環境とトレンドを一体化させたワイン&スパリゾート「ロイジウム」が誕生した。ワイナリーやワイン博物館も備わる総合リゾートだ。このスパでは自然派コスメの王道を行くブランド「AVEDA」とのコラボを実現させ、無農薬ぶどうの高いポリフェノール効果を利用し、熟成ワインそのものをも使うヴィノ・セラピーを提供。ぶどうの果実や皮をドライ粉末化して施術するゴマージュ、グレープシードオイルによるマッサージ、ビンテージ樽を使ったワイン風呂など、ぶどうのす



ザ・ファームの敷地内、滝の前でクロロフィルのボディトリートメント

べてを利用するヴィノ・セラピーが人気だ。効能はリバイタライジング、抗酸化作用によるアンチエイジング、血行促進、デトックス効果など。館内レストランでは、「食に合うワイン選びではなく、ワインに合う食事を提供している」と新しいコンセプトを掲げ、ワイン通を魅了している。

一方、よりストイックな施設としてフィリピン南部のバタンガスには、ホリスティック・ウエルネス・リトリート「ザ・ファーム・アット・サン・ベニート」がある。メディカルリゾートの代表的存在として、現在までに世界中で35もの賞を総なめにした本格派だ。ビジョンはまさに「健康への旅」。48ヘクタールの広大なジャングルに囲まれた施設で、清浄な空気と土地が放つ強いエネルギーにパワーをもらい、身体の若返りを図る“トータル・ホリスティック・アプローチ”が提案されている。腸内洗浄、体内浄化、ヨガ、チネイザン、リンパ排出セラピーなど、体と心の浄化を中心に精神の安定まで誘う。

特筆すべきプログラムとして、滞在初心者向けに用意された3泊4日コースの中には「生体インピーダンス分析」(BIA)がある。ここでいうBIAとは、体内の水分量や脂肪を除いた筋肉量に対する体脂肪の割合、細胞活力など健康への鍵となる数値を測ることを意味する。この数値により、細胞の健康状態や新陳代謝、毒性などの貴重な情報が得られ、

ニーズに合わせた自然療法や栄養学、エクササイズなどカスタマイズされた方法で確かな効能を求め、健康改善や病気予防に役立てる。食事は酵素の摂取を重要と掲げるローフード食を中心に、現在では当然のようにビーガンも提供されている。

## 伝統を継承するヒーリングに再注目

地球の裏側メキシコには「テマツカル」というアステカ時代より伝承される民間療法が根付いている。その名の由来は、先住民の間で古くから使われているナワトル語「テマツカル (TEMAZCAL・蒸気浴)」が起源だ。一般のサウナと異なり、シャーマンや祈祷師、または助産婦など、身体機能の専門知識と神とのつながりを持つ師が最初から執り行い、祈りと儀式が含まれるスピリチュアルな民間療法だ。筆者はオアハカの小さなホテルや、山村の施術所で本格的な施術を受けた。

マリア像のある祭壇の前に裸で横たわり、燻したコパル(硬化樹脂)の煙でシャーマンが受け手の身体を清め、神への祈りを捧げることから始まる。その後、植物で身体の邪気を払い清め、ナワトル語での一連の祈祷の後に室(ムロ)に入る。漆黒の室内では熱した石に自身で煎じ薬を掛け、蒸気が鼻や肌からも吸収されることで毒素が汗とともに排出

1アマンギリのスパ。マットの上でタイ・マッサージ 2アマンギリのスパにあるステッププール 3Wメキシコシティのスパにあるテマツカル用蒸気浴ムロ 4フォーシーズンズ・ホテル・プンタミタの蒸気浴用ムロ 5アマンギリのスパで施術前のナバホの儀式に使う Sage Stick 6ドルダーグランドホテルの砂利風呂  
Photo: The Farm At San Benito, Chiva-Som, Amangiri, Dolder Grand Hotel, Kyoko Sekine (3&4)



変遷の旅業・旅の料

される。室で蒸される時間は20～30分、室を出たらシャワーでクールダウン、次に全身のマッサージ、そして最後はミネラル泥のボディパックで肌を整える。全行程は約3時間。テマツカルは、「母親の胎内で羊水に浸かっているような、限りない安心感と平和な感覚、いかなる痛みもない」と伝わる究極のウエルネスだ。ハワイ大学では当のシャーマンを招聘し講義が開催された。

このテマツカルがバランスの取れたトリートメントとして現代に見直され、メキシコでは一見縁のないようなスタイリッシュホテルのスパや、豪華リゾートなどでも観光客用にリチュアルとして導入されている。斬新なホテル「Wメキシコシティ」でも1時間半の簡潔なコースを提供。祈りや儀式も省略され、多くの米国人客がリラクゼーションを求めてシャーマンと共に楽しんでいる。

ウエルネスツーリズムの新潮流

スペインの5つ星ホテル「SHA ウエルネス・クリニック・アルビール」では、6000㎡もの施設内に80室のトリートメントルームが用意されている。医療相談、ビューティーサロン、スパサークット、フイジオセラピー、フィットネスルームなど、美容、健康、リラクゼーションなどプログラムはオールマ

イティーだ。さらに、現代マクロビオティックの地位を欧米に確立した日本人、久司道夫氏指導のもとでSHA独自の食事療法も確立された。他にも遺伝子検査、漢方治療などクリニックならではの多様性があり、マクロビオティックスパ、ウエルネスリトリートとして、新しいコンセプトで存在感を示し始めている。

米国ユタ州の砂漠地帯にある「アマンギリ」のウエルネス施設は2322㎡。ナバホ族の伝統ヒーリングを取り入れ、地、風、火、水という4元素を通して、心の平静を取り戻すことを目的とするトリートメントがある。スパは数億年とも数十億年ともいわれる巨岩群に囲まれ、米国のパワースポットのひとつでもある巨岩に抱かれて、ヨガや瞑想が指導される。静謐な環境で精神が癒やされリラックスし、パワーチャージが実現する。

スイス・チューリヒ郊外、街を見下ろす丘に建つ「ドルダーグランドホテル」では、リバイタリングを謳う「Relaxation Pods」を設置した。日本の砂風呂を模した砂利のバスだ。スパ関係者がホテルのリニューアル前に来日した際、九州の温泉地で試した砂風呂に感激。砂は無理でも細かい石で身体を温める風呂をと、ラボラトリーで研究し提供に至った。このスパでは本物の雪が舞う「スノーパウダールーム」も用意され、サウナとの併用で身体疲労回復を謳っている。

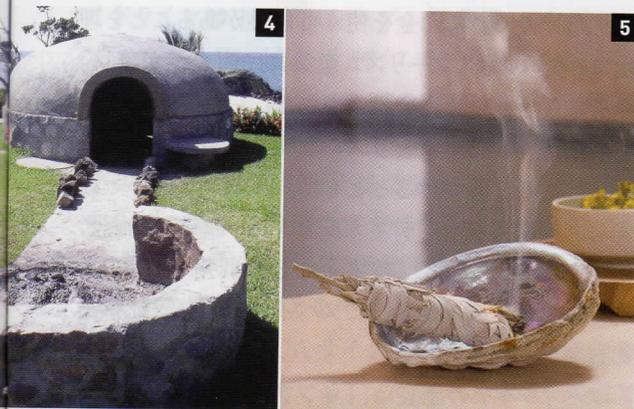
ロイヤルハワイアン・ホテル内のアバサ・ワイキキ・スパで提供されているクリオセラピー（凍結療法）、メキシコの太平洋岸のリゾートで人気のテキーラマッサージ。一方、伊勢志摩に誕生した日本で2軒目のアマンとなる「アマネム」では17年から新たに専門家による鍼灸の提供、禅寺での禅エクスペリエンスなど日本古来のプログラムを導入予定という。

今、こうして各国でさまざまな研究が進み、世界の旅行業界は健康ブームにシフト中だ。アーユルヴェーダが日常に深く浸透しているインドでさえ、17年にはウエルネスツーリズムが世界最高の成長を遂げる舞台となるという予測がある。ウエルネスツーリズムは健康を武器に、旅のデスティネーションを左右する大きな潮流となりつつある。



Profile

せぎね・きょうこ ● 仏語通訳を経て1994年から現職。世界のホテルや旅館の「環境問題、癒やし、もてなし」を軸に現場取材を貫く。スクープも多く、雑誌、新聞、ウェブを中心に連載多数。ホテルのコンサルタントやアドバイザーも。著書多数。  
http://www.kyokoseki.com



## 変遷の歴史・創の経緯

される。室で蒸される時間は20～30分、室を出たらシャワーでクールダウン、次に全身のマッサージ、そして最後はミネラル泥のボディパックで肌を整える。全行程は約3時間。テマツカルは、「母親の胎内で羊水に浸かっているような、限りない安心感と平和な感覚、いかなる痛みもない」と伝わる究極のウエルネスだ。ハワイ大学では当のシャーマンを招聘し講義が開催された。

このテマツカルがバランスの取れたトリートメントとして現代に見直され、メキシコでは一見縁のないようなスタイリッシュホテルのスパや、豪華リゾートなどでも観光客用にリチュアルとして導入されている。斬新なホテル「Wメキシコシティ」でも1時間半の簡潔なコースを提供。折りや儀式も省略され、多くの米国人客がリラクゼーションを求めてシャーマンと共に楽しんでいる。

### ウエルネスツーリズムの新潮流

スペインの5つ星ホテル「SHA ウエルネス・クリニック・アルビール」では、6000㎡もの施設内に80室のトリートメントルームが用意されている。医療相談、ビューティーサロン、スパサーキット、フイジオセラピー、フィットネスルームなど、美容、健康、リラクゼーションなどプログラムはオールマ

イティーだ。さらに、現代マクロビオティックの地位を欧米に確立した日本人、久司道夫氏指導のもとでSHA独自の食事療法も確立された。他にも遺伝子検査、漢方治療などクリニックならではの多様性があり、マクロビオティックスパ、ウエルネストリートメントとして、新しいコンセプトで存在感を示し始めている。

米国ユタ州の砂漠地帯にある「アマンギリ」のウエルネス施設は2322㎡。ナバホ族の伝統ヒーリングを取り入れ、地、風、火、水という4元素を通して、心の平静を取り戻すことを目的とするトリートメントがある。スパは数億年とも数十億年ともいわれる巨岩群に囲まれ、米国のパワースポットのひとつでもある巨岩に抱かれて、ヨガや瞑想が指導される。静謐な環境で精神が癒やされリラックスし、パワーチャージが実現する。

スイス・チューリヒ郊外、街を見下ろす丘に建つ「ドルダーグランドホテル」では、リバイタリングを謳う「Relaxation Pods」を設置した。日本の砂風呂を摸した砂利のバスだ。スパ関係者がホテルのリニューアル前に来日した際、九州の温泉地で試した砂風呂に感激。砂は無理でも細かい石で身体を温める風呂をと、ラボラトリーで研究し提供に至った。このスパでは本物の雪が舞う「スノーパウダールーム」も用意され、サウナとの併用で身体の疲労回復を謳っている。

ロイヤルハワイアン・ホテル内のアバサ・ワイキキ・スパで提供されているクリオセラピー（凍結療法）、メキシコの太平洋岸のリゾートで人気のテキーラマッサージ。一方、伊勢志摩に誕生した日本で2軒目のアマンとなる「アマネム」では17年から新たに専門家による鍼灸の提供、禅寺での禅エクスペリエンスなど日本古来のプログラムを導入予定という。

今、こうして各国でさまざまな研究が進み、世界の旅行業界は健康ブームにシフト中だ。アーユルヴェーダが日常に深く浸透しているインドでさえ、17年にはウエルネスツーリズムが世界最高の成長を遂げる舞台となるという予測がある。ウエルネスツーリズムは健康を武器に、旅のデスティネーションを左右する大きな潮流となりつつある。



#### Profile

せきね・きょうこ ● 仏語通訳を経て1994年から現職。世界のホテルや旅館の「環境問題、癒やし、もてなし」を軸に現場取材を貫く。スクープも多く、雑誌、新聞、ウェブを中心に連載多数。ホテルのコンサルタントやアドバイザーも。著書多数。  
http://www.kyokoseki.com

