

健康経営・研修ご担当者様向け



モニターツアー参加者募集

～健康経営 × SDGs モデルツアー in 山形・蔵王高原坊平～

この様な企業にオススメです！

- ・ コロナ禍で社員の心と体の健康が心配…
- ・ 健康経営優良法人を取得したが、何をして良いか悩んでいる…
- ・ SDGs教育の必要性は理解しているが、具体策を探している…

クアオルト（ドイツ語で健康保養地の意味）先進地・上山市は、森林や温泉、食など、豊富な地域資源を活かした“健康経営支援”のフィールドづくりを行っています。このたび、御社の健康づくりや研修、福利厚生等での新たな取組の参考にしていただける、体験プログラムを組み込んだモニターツアーを開催。健康経営やSDGsの体現、御社の課題解決に向けて、一緒に考え、地域を挙げて応援します。



7/14（木）11:00 集合 ～15（金）14:30 解散

◎場 所：山形県^{かみのやまし}上山市 蔵王高原坊平

◎定 員：15名限定（先着順）

◎参加料：一人11,000円（宿泊料）

※交通費は別途。また、宿泊を除く、現地滞在・各種体験費用は、上山市が負担します。

◎宿 泊：森の宿（ペンション）1名1室



【山形新幹線おススメ便】

かみのやま温泉駅まで送迎有

■行き（つばさ127号）

東京 8:08 → かみのやま温泉 10:55

■帰り（つばさ146号）

かみのやま温泉 15:12 → 東京 17:48





1泊2日のスケジュール

※内容が一部、変更になる場合があります。

1日目 7/14(木)

- 11:00 かみのやま温泉駅集合
- 12:00 ピザづくり
- 13:10 SDGs 基礎講座
- 14:00 プロジェクトラーニングツリー
本格サウナが楽しめる「高源ゆ」
木と学ぼう～SDGs 実践編～
- 15:40 五感を開放する森林浴 ショート Ver.
- 16:45 森の宿 チェックイン
- 17:00 入浴・姿勢矯正ストレッチ (高源ゆ)
- 19:00 夕食 (各ペンション)
- 20:30 企業間情報交換会～焚き火を囲んで～



本格サウナが楽しめる「高源ゆ」

2日目 7/15(金)

- 7:30 森ヨガ
 - 8:30 朝食 (各ペンション)
 - 10:00 クアオルト健康ウォーキング
 - 12:30 昼食 (クアオルト弁当)
 - 13:30 二日間の振り返り
 - 14:00 蔵王坊平出発
 - 14:30 かみのやま温泉駅解散
- 適宜 市内観光・買い物など

※新型コロナウイルスの感染状況により、日程を延期する場合がありますので、あらかじめご了承ください。
※申込み後、蔵王坊平観光協議会より、当日の持ち物等、詳細の連絡をさせていただきます。



クアオルト健康ウォーキング



ピザ作り体験



姿勢矯正ストレッチ

一押しポイント

日本を代表する クアオルトの先進地、

現在、国内26地域で健康ウォーキングをはじめとするクアオルトの取組が実施される中、上山市は他に先駆けたオンリーワンのまちづくりに取り組んでおり、「クアオルトの先進地」となっています。



SDGsを明確にイメージ できる体験・滞在

いつもと違う非日常空間、そして安心して働ける環境と自分らしさを取り戻せる場所を提供するほか、様々な体験プログラムは、SDGsをより身近に感じられる内容になっています。



メンタル&フィジカル 両面で充実のプログラム

質の高い内容を目指しており、気づきから日常生活の行動変容につながる様々な工夫を盛り込んだ体験プログラムは、**健康経営各種認定基準を満たす内容**です。



◎モニターツアー問合せ・申込み

◎モニターツアー詳細に関する問合せ

山形県上山市クアオルト推進室 ☎023-672-1111 内線 222

メール kurort@city.kaminoyama.yamagata.jp

蔵王坊平観光協議会 (高源ゆ) ☎023-616-3717