

# 2018年のトレンド予測 ～旅行業界～



# 『じゃらん』は日本最大級の旅行情報サービス

情報収集

宿・交通予約

現地の体験予約



# 旅行業界における2018年のトレンド予測

キーワード

おいしい、たのしい、へるしい  
**へるしい旅**

「健康立国」を標榜した日本。

「人生100年時代構想」の発表や「スーパーフード」「クロスフィット」の流行を背景に世の中の健康志向が高まり、それは旅のスタイルにも変化を及ぼしています。

旅行の目的は「疲れを癒すこと」から「旅先で健康になること」へと変わり、旅行者が自ら「へるしい」になるための滞在へと変化しつつあります。

観光地は、健康地へ。観光客は、健康客へ。

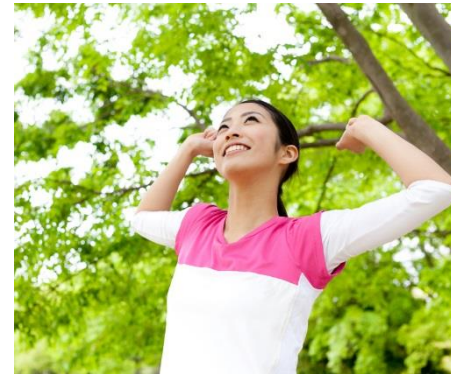
今、「へるしい旅」の流れがきています。

# 社会背景

2017年は、「人生100年時代」を見据えた世の中の健康志向が加速



政府は「人生100年時代構想」を発表\*1



NHK  
「ガッテン！」  
日本テレビ  
「カラダWEEK」  
TBS  
「サタデープラス」  
テレビ東京  
「主治医が見つかる診療所」

健康番組が増加



スーパーフード、ハイカカオチョコレートなど健康志向の食材が人気



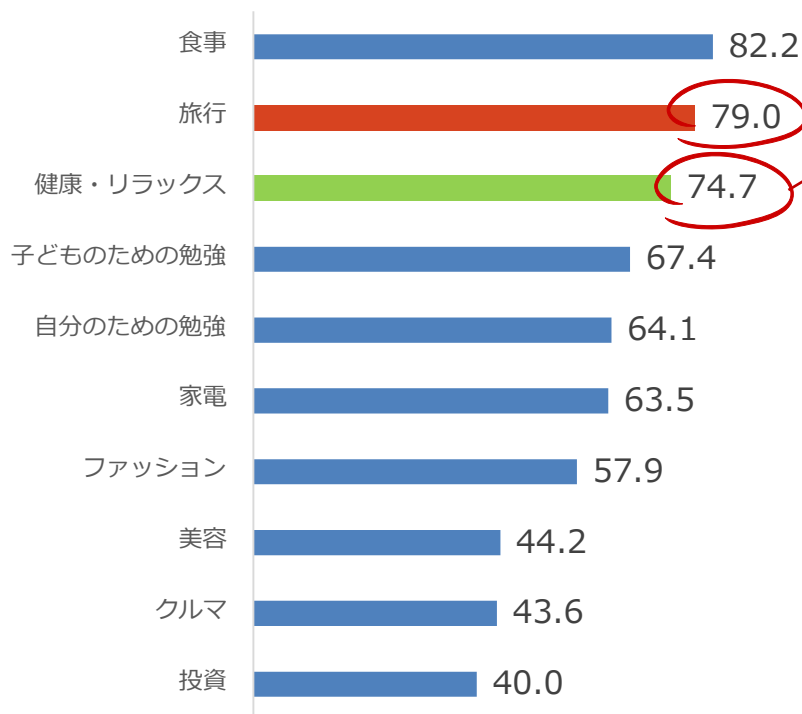
「筋トレ」や「クロスフィット」などが流行

出典) \*1) 画像提供: 内閣広報室 (流用厳禁)

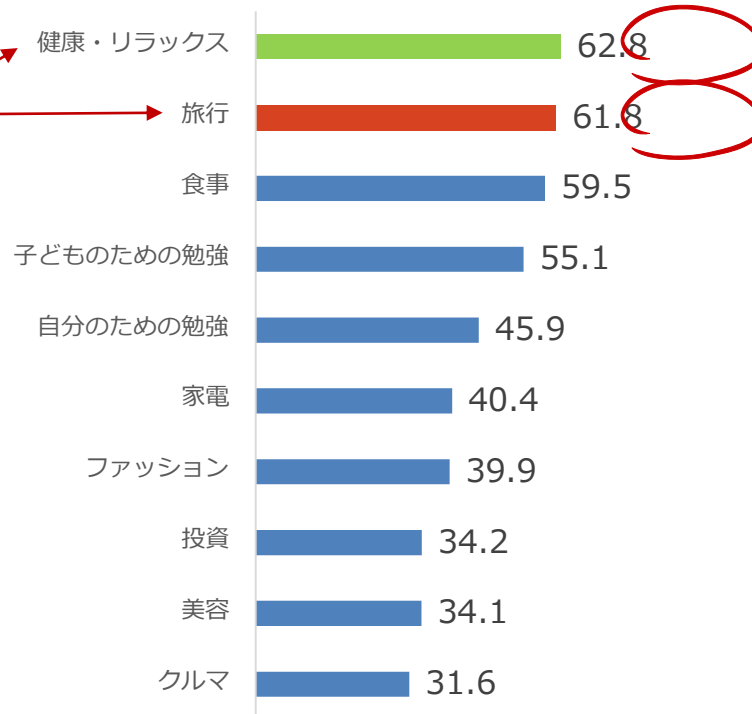
# 「健康」「旅行」に対する興味関心の高まり

- 以前よりも興味関心が高まっていることは、「健康・リラックス」(62.8%)に次いで「旅行」(61.8%)となり、健康や旅行に対する世の中の関心度は高い

日頃、興味関心を持っていること



以前よりも、興味関心が高まっていること

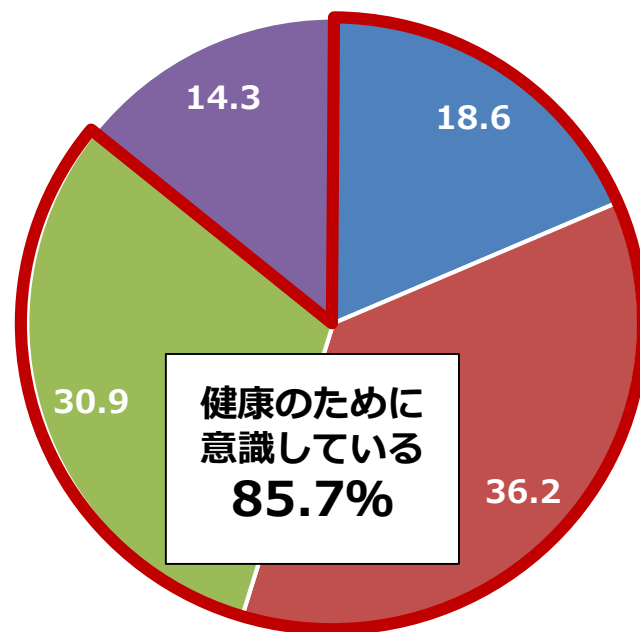
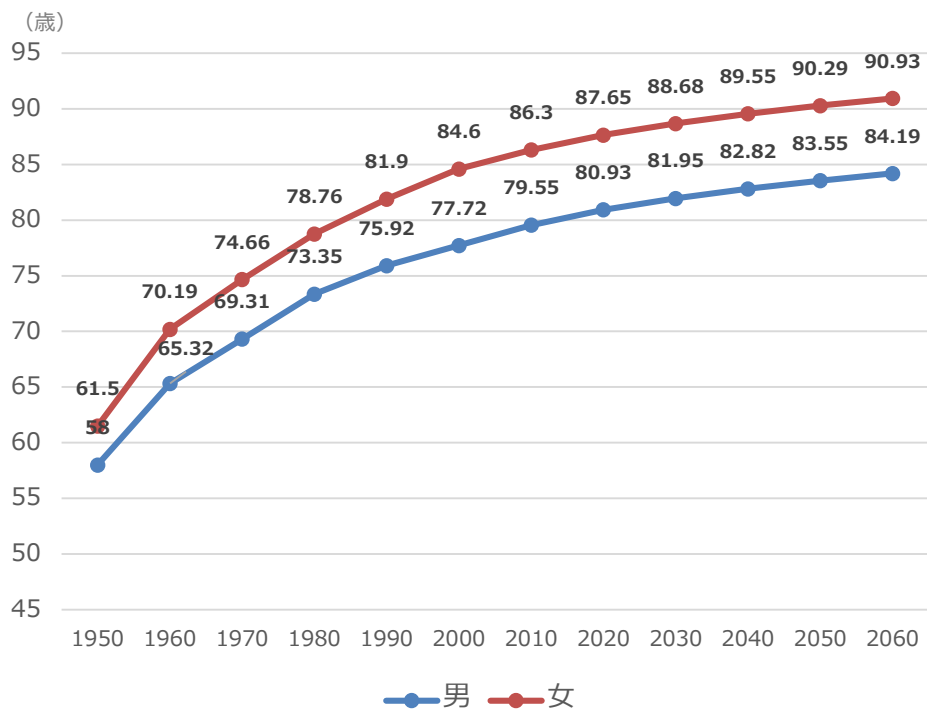


出典) じゃらん調べ/調査方法: インターネット調査/調査時期: 2017年9月/調査対象: 全国10~60代男女、2,582名

# 「健康」に対する意識の高まり

- 日本人の平均寿命は年々延伸し、2020年には男性80.93歳、女性87.65歳になる見込み
- 健康のために日頃から意識している人は8割を超え、世の中の健康意識は非常に高い

平均寿命の推移と将来推計



- 健康のために積極的にやっていることや注意を払っていることがある
- 健康のために気を付けるようにしている
- 意識しているが、特に何かをやっているわけではない
- 特に意識しておらず、何もしていない

出典) 左: 内閣府「平成28年版高齢社会白書(全体版)」 [http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2016/html/zenbun/s1\\_1\\_1.html](http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2016/html/zenbun/s1_1_1.html)

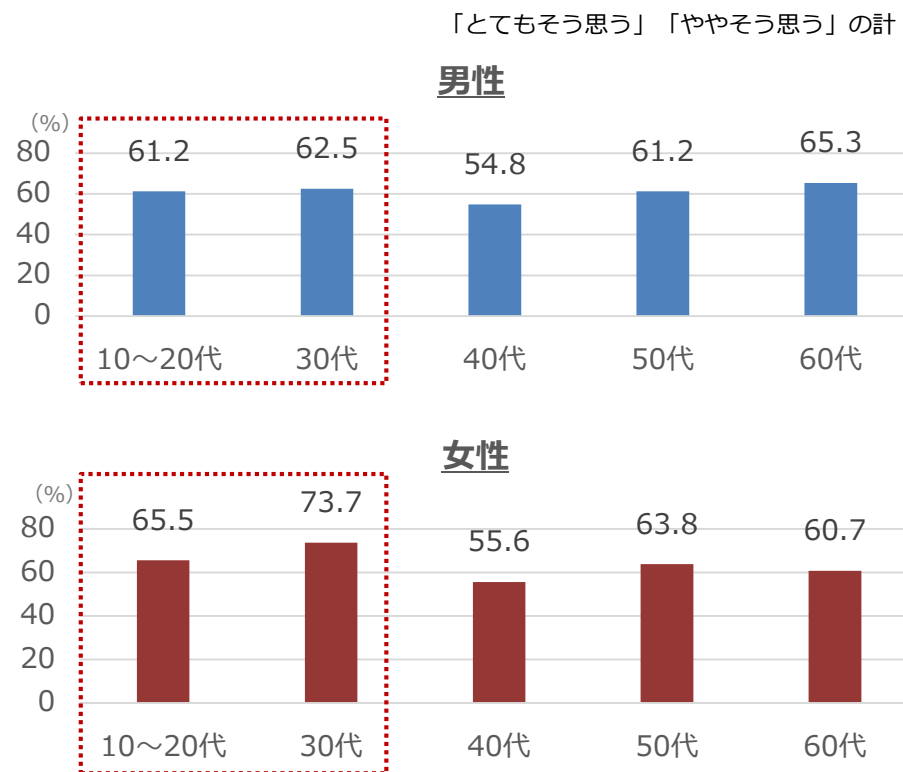
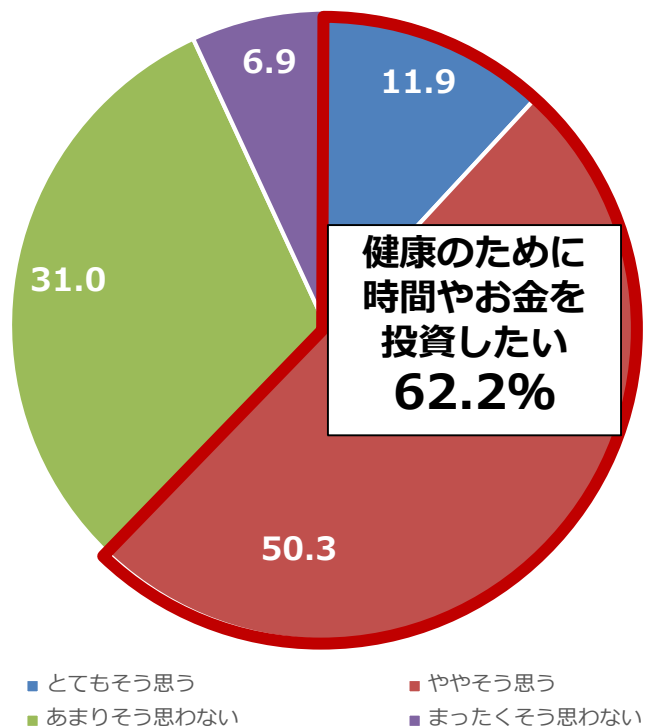
右: じゃらん調べ/調査方法: インターネット調査/調査時期: 2017年9月/調査対象: 全国10~60代男女、2,582名

# 「健康」への投資意識の高まり

- 今後、健康のために時間やお金を投資したいと考えている人は6割超
- 男女とも10代～30代は健康に対する投資の意識が高い

全体傾向

性年代別の傾向

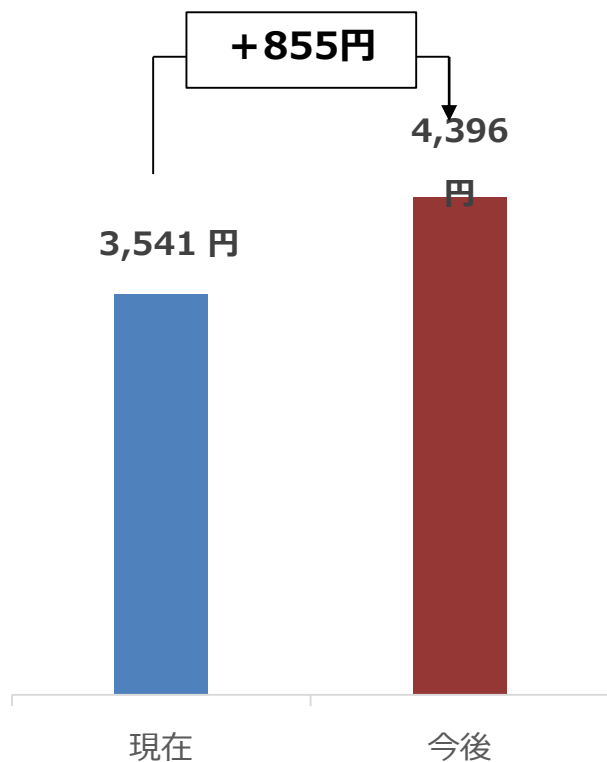


出典) じゃらん調べ/調査方法: インターネット調査/調査時期: 2017年9月/調査対象: 全国10～60代男女、2,582名

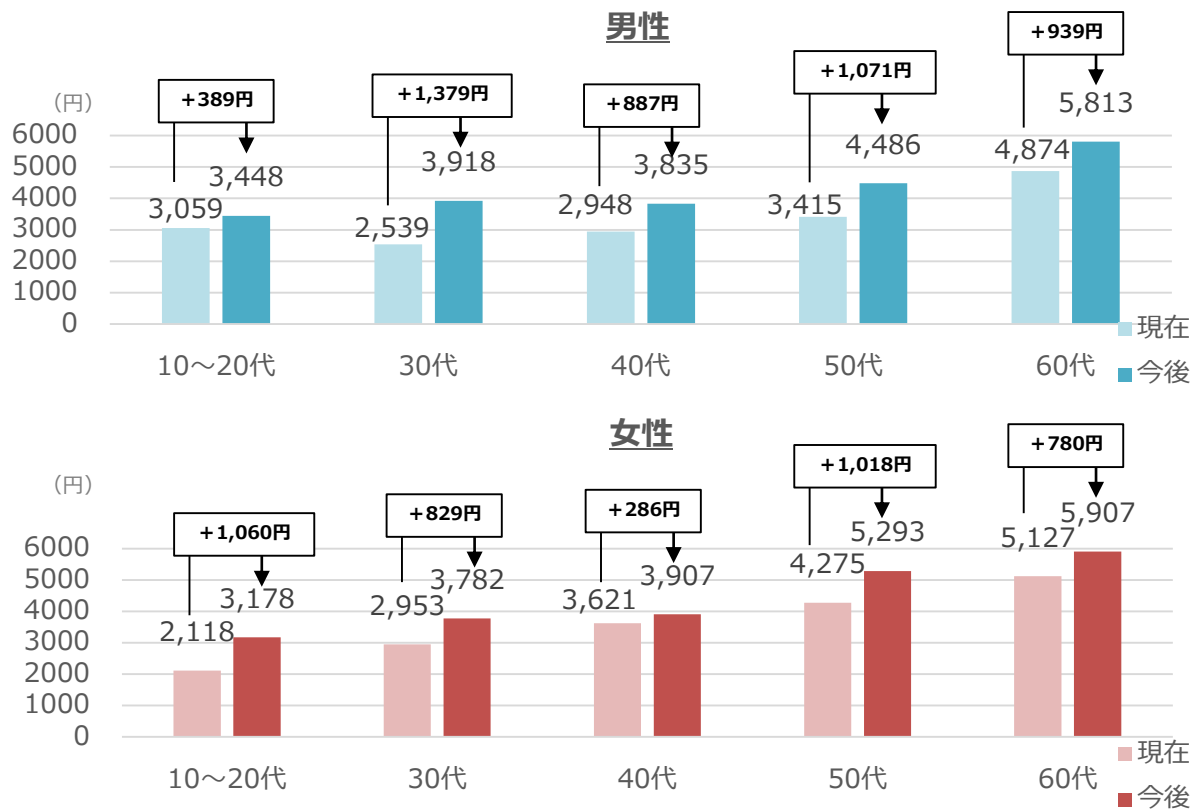
# 「健康」に対する投資額

- 1カ月あたりの健康への投資額は、現在平均3,541円。今後は855円増の4,396円

全体傾向



性年代別の傾向



出典) じゃらん調べ/調査方法: インターネット調査/調査時期: 2017年9月/調査対象: 全国10~60代男女、2,582名

※「健康への投資額」は、健康食品やサプリメント、ドリンク剤、運動・フィットネスのための施設利用料や健康器具の購入など。医療費、介護費、お薬代は除く



# 政府の「旅行×健康」への取り組みが活性化

- 経済産業省は、2017年4月に発表した「アクションプラン2017」の中で「観光・旅行」×「健康」による新たなヘルスケア産業の創出について言及

**ヘルスツーリズムの品質認証制度の構築および活用促進**  
旅行者が安心して利用できるようにヘルスツーリズムプログラム  
認証制度を早期に運用する

**地域関係者が連携したヘルスツーリズムの創出・活用促進**  
ニューツーリズム振興施策の一環として、地域資源やスポーツを  
活用したヘルスツーリズムに積極的に取り組む地域を支援する



\*1

ストレスが増大する現代社会において、自然豊かな地域を訪れ、身体に優しい料理を味わい、心身ともに癒やされる、健康増進を目的とした旅「ヘルスツーリズム」が注目を集めています。既に、欧米諸国では「ヘルスツーリズム」が旅行のジャンルとして普及しており、市場規模も年々拡大傾向にあります。昨年「健康立国」を標榜した日本でも、昨今の健康志向の高まりや地域活性化の動きを受けて、次々とプログラムが開発されています。しかし「ヘルスツーリズム」は、科学的根拠に基づくものからレジャー要素が強いものまで様々あるため、現在経済産業省とともに、旅行者が安心して利用できるよう品質認証基準の策定などを行っており、2018年には「ヘルスツーリズムプログラム認証制度」が施行される予定です。

「ヘルスツーリズム」をより多くの人々に体験していただき、身体や食事に対する意識が変わったり、運動習慣がついたりなど、旅が健康的なライフスタイルに変えるための“きっかけ”になれば、と思っています。



日本ヘルスツーリズム振興機構  
事務局長 高橋伸佳氏

# 政府の「旅行×健康」への取り組みが活性化

- 環境省が、2017年7月に「新・湯治 ONSEN stay」の推進について発表

## 「新・湯治ONSEN stay」とは

現代のライフスタイルに合った温泉の楽しみ方を「新・湯治」と位置付け、新しい温泉地のあり方や、その推進のために必要な考え方・方策を「新・湯治推進プラン」として提案していくこと

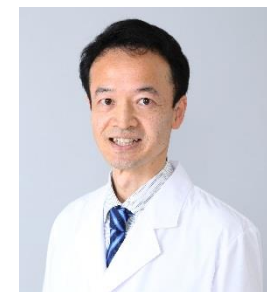
## 「新・湯治」とは

従来の温泉入浴に加えて、周辺の自然や歴史・文化、食などを楽しみ、地域の人と触れ合い、温泉地全体を楽しみながら心身ともにリフレッシュすること



\*1

従来の湯治は「7日ひと巡り」と言われ、温泉地に一週間以上滞在するのがスタンダードでしたが、「新・湯治」は、現代のライフスタイルに合わせてもう少し気軽に湯治を楽しめるというのもポイントになるでしょう。ただ単に温泉に入るだけではなく、「新・湯治」で温泉地のアクティビティを楽しんだり、地域の人と触れ合って湯治の雰囲気味わったり、自分自身の健康を見直したり、より多くの人々に、これから各温泉地で始まる「新・湯治」を体験してほしいと思っています。訪日外国人観光客の増加、超高齢化社会、健康寿命の延伸、働き方改革など、今私たちを取り巻く環境は大きく変化していますが、日本各地の温泉地が、今以上に温泉や自然・文化など地域の魅力を発信し、訪れる人が心身ともにリフレッシュできる場や機会を提供できれば、きっと社会に新たな活力を生み出すことができると信じています。



東京都市大学教授/博士(医学)  
温泉療法専門医 早坂信哉氏

出典) 環境省「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-ONSEN stay」の推進～の発表について」平成29年7月31日発表報道資料より

\*1) 画像提供：星野リゾート 界



# 「旅行×健康＝へるしい旅」の多様化

## 現代湯治

短い滞在で心身を回復させる  
入浴プログラムなど



\*1



\*2

## スポーツ

ヨガ・ピラティス・サイクリング  
ウォーキング・ランニングなど



\*3



\*4

## 食

マクロビ・薬膳料理・精進料理  
スローフード・ヴィーガンフードなど



\*5



\*6

## LOHAS

オーガニック食材・飲料  
オーガニックコスメ・タオルなど



\*7



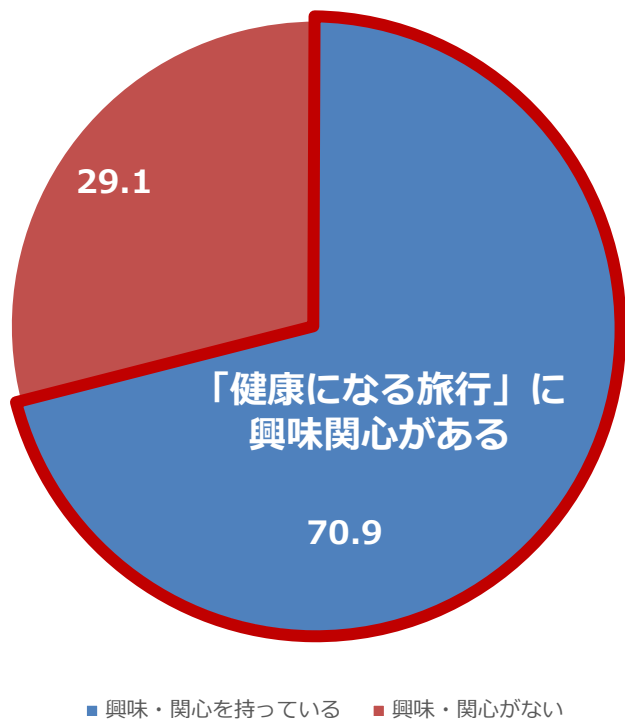
\*8

出典) \*1,2) 画像提供: 星野リゾート 界、\*3,4) 画像提供: ヘルスリゾート 天空の庭 天馬夢、\*5,6,7) 画像提供: 湯河原リトリート ご縁の杜、\*8) 画像提供: おとぎの宿 米屋

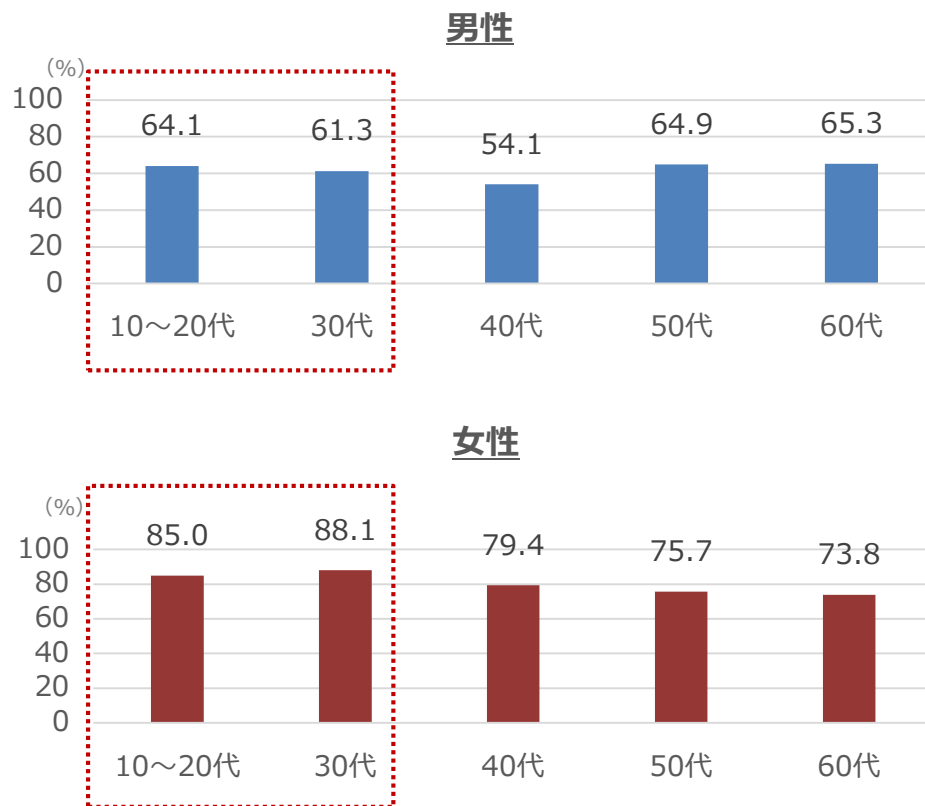
# 「へるしい旅」への興味関心

- 「健康になる旅行」に興味関心を持っている人は7割存在し、特に男性は30代、女性は10～30代の興味関心度が高い

全体傾向



性年代別の傾向

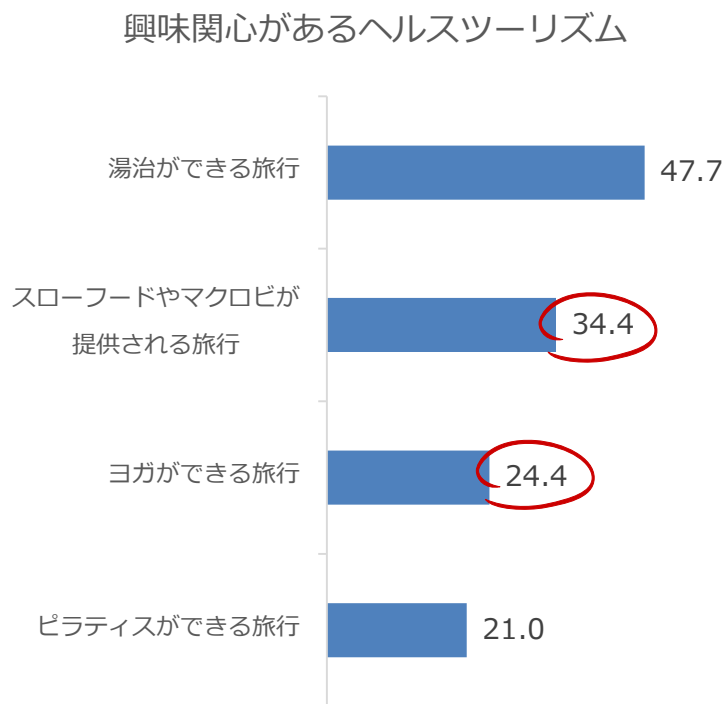


出典) じゃらん調べ/調査方法: インターネット調査/調査時期: 2017年9月/調査対象: 全国10~60代男女、2,582名

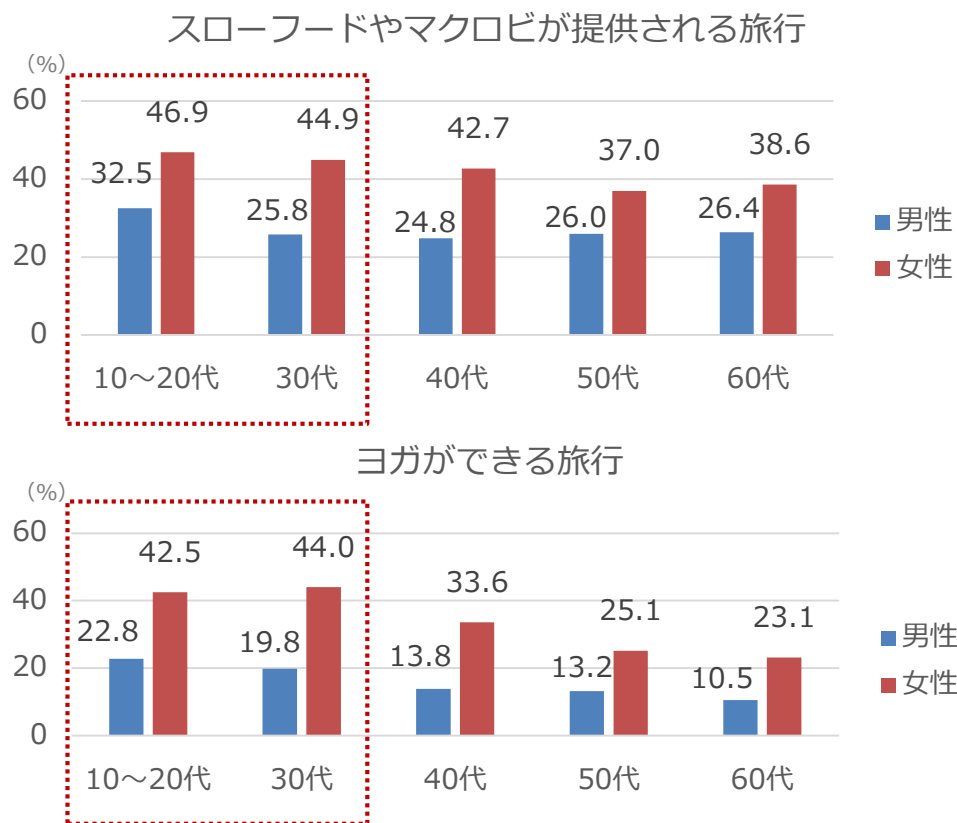
# 「へるしい旅」への興味関心

- 全体のうち約半数の人が「湯治」に興味関心を持っているが、男女ともに若年層の方が「食」や「ヨガ」が体験できる「へるしい旅」への興味関心が高い

全体傾向



性年代別の傾向



出典) じゃらん調べ/調査方法: インターネット調査/調査時期: 2017年9月/調査対象: 全国10~60代男女、2,582名(複数回答)

# 「へるしい旅」経験者の声

## 湯治経験者



- 29歳女性／滋賀県在住
- 既婚／生後5カ月の子ども有
- 国内宿泊旅行は年に1回以上
- 日帰り旅行は年に1回以上

### Q：日頃から健康のために何かしていますか？

A：子供を産んでから運動不足なので、よく散歩をするようにしています。

### Q：湯治を体験した理由は？

A：毎年冬は冷え性に悩まされているのですが、体を温めるには城崎温泉と有馬温泉が良いと雑誌に書いてあったので、訪れてみました。温泉の入り口に入浴方法が掲示しており、その手順通りに入浴してみたら、本当に体がポカポカと芯から温まりました。以来、定期的に一泊二日でプチ湯治を目的に旅行をしています。

### Q：今後体験してみたいヘルスツーリズムは？

A：マクロビオティックなど健康的な食事を楽しめる旅行に行きたいです。

## ヨガ経験者



- 34歳女性／愛知県在住
- 既婚／子ども無
- 国内宿泊旅行は年に3～4回
- 日帰り旅行は月に1回以上

### Q：日頃から健康のために何かしていますか？

A：食事には気を付けています。また、毎日ウォーキングをして体を動かすようにしています。

### Q：ヨガを体験した理由は？

A：仕事が大変だった時期に、心身ともにリフレッシュしたいと思い、沖縄へ旅行に行った際にサップヨガ（スタンドアップパドルボードの上で、水の上で浮かんで行うヨガ）を体験しました。サップヨガは初めてでしたが、日常生活から切り離された場所で自分自身に向き合い、体にいい意味での負荷をかけたことで体も気持ちもスッキリしました。

### Q：今後体験してみたいヘルスツーリズムは？

A：ウォーキングや登山など、旅先で体を動かす体験を試してみたいと思います。

# 「へるしい旅」経験者の声

## ヴィーガン経験者



- 33歳女性／東京都在住
- 既婚／子ども無
- 国内宿泊旅行は年に3回以上
- 日帰り旅行は年に5回以上

**Q：日頃から健康のために何かしていますか？**

A：週3回ほどプールで泳いだり、ヨガをしたりして日頃から健康に気を付けています。

**Q：ヴィーガンを体験した理由は？**

A：仕事柄、日頃から外食が多く、野菜不足が気になっていました。せっかく温泉旅行をするならヘルシーな料理を食べたいと思い、ヴィーガンにこだわっている宿を選んで宿泊しました。夕食は、玄米や野菜など地元の食材をふんだんに使った料理で、なんと1食500kcal未満。咀嚼回数が多いため少量で満腹感を得られ、消化も良くて翌日はスッキリ目覚めました。

**Q：今後体験してみたいヘルスツーリズムは？**

A：日頃からヨガはやっているのですが、旅先で自然を感じながらヨガをやってみたいと思います。

## マクロビ経験者



- 42歳男性／神奈川県在住
- 既婚／子ども無
- 国内宿泊旅行年に5回程度
- 日帰り旅行は年に9回程度

**Q：日頃から健康のために何かしていますか？**

A：定期的にジムやヨガに通っており、日頃から健康に気を使っています。

**Q：マクロビを体験した理由は？**

A：妻に誘われたのがきっかけです。地元の野菜をふんだんに使ったマクロビ料理が絶品だったので、宿の方から野菜の選び方や調理法を教えてもらいました。昔から食わず嫌いでカブが苦手だったのですが、宿で食べた料理があまりに美味しく、今ではカブを使ったメニューを頻繁に作るようになりました。あの旅行以来、毎日の食生活にも気を付けるようになりました。

**Q：今後体験してみたいヘルスツーリズムは？**

A：湯治や座禅など、日常生活ではなかなか体験できないことを旅行に取り入れてみたいです。

# 「湯治」を体験できる宿 - 星野リゾート 界 -

- 2017年12月1日より、現代人のライフスタイルに合わせて1泊2日の滞在で体験できる「うるはし現代湯治」をスタート
- 温泉そのものを楽しみ、効果を感じてもらえる現代湯治を全国14カ所の界で提案

## 「うるはし現代湯治」への取り組み



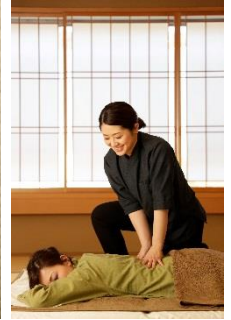
温泉の泉質などを学べる温泉ギャラリーを設置



温泉入浴の効果を高める入浴法を大浴場で掲示  
入浴前ストレッチや水分補給も忘れずに



呼吸法や瞑想法、ストレッチを組み合わせた「温泉深呼吸」を紹介するガイドブックを客室に設置



国家資格者によるマッサージを提供

## 星野リゾート 界 松本

「界」の中でも、松本は二つの大浴場で「八種十三通り」の湯浴みが楽しめる温泉旅館です。入浴法に関するパンフレットを浴場に設置したり、スタッフがお客様に入浴指南をするなど、温泉をより深く楽しめる取り組みを先行して行ってきました。入浴後は、お客様の表情は緩んでおり、柔らかくなっているのが一目瞭然です。



総支配人 吉川氏

「うるはし現代湯治」は、温泉の本質に原点回帰し、湯治文化を楽しんでもらいたいという思いから、私も含め界のスタッフ6名が、企画し進めてまいりました。日頃、仕事で忙しい女性や、温泉習慣がない若い方にも体験してもらい温泉の良さを感じてもらいたいです。そして、湯治文化をもっと広げていきたいと思ひます。



スタッフ 星氏



# 「ヨガ」を体験できる宿 -ヘルスリゾート 天空の庭 天馬夢-

- 全国でヨガスタジオを展開する企業が運営するヘルスリゾート。2泊3日以上からの滞在を基本とし、最大3種のヨガを体験できる

## 朝から夜までヨガ三昧、心身ともにリセット

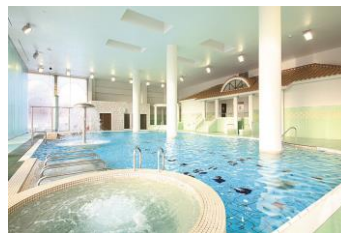


### ◆ ヨガへのこだわり ◆

- 交感神経が働く活動的な時間にはダイナミックに動くヨガを。副交感神経が働く安らぎの時間にはリラクックスのヨガで、自然な体内リズムへと調律する
- 朝ヨガ、呼吸ヨガ、腸内デトックスキャンドルヨガと3種のヨガプログラムを体験できる
- 外ヨガテラス、ヨガデッキ、天空の庭など開放感あふれる5つの場所でヨガができる

## ヘルスリゾート 天空の庭 天馬夢

茨城県高萩市大能733-2 TEL:0293-27-3900



施設内には、屋内プールやジャクジーも完備



広大な敷地を散策し、自然の中でリフレッシュできる



食事はマクロビやローフードを基本にした「リセット食」

# 「ヴィーガン」を体験できる宿 -湯河原リトリート ご縁の杜-

- 卵や乳製品、肉や魚などの動物性の食材を使わない「カラダを整える」ヴィーガン料理

## 自分自身の未来のカラダを考える「未来ごはん」



### ◆ 食へのこだわり ◆

- 卵や牛乳、肉や魚を使わない
- 我慢する食事ではなく、ボリュームも味も満足感がある
- 醤油や塩、砂糖、油など調味料も吟味して選定
- 調理器具にもこだわり、鍋やフライパンはすべて鉄・ステンレス製品を使用

## ココロとカラダが整う温泉宿 湯河原リトリート ご縁の杜

神奈川県足柄下郡湯河原町土肥5-4-6 TEL:0465-64-0150



泉質は弱食塩泉・弱アルカリ性  
湯滝の音で思考をリセット



宿泊者向けに提供しているリトリートプログラム。三ツ石海岸での真鶴日の出ツアーやリトリート瞑想スペースやライブラリーなど



# 「LOHAS」を体験できる宿 - おとぎの宿 米屋 -

- 2016年4月に「BIO HOTEL (バイオホテル)」の認証を取得

## 本格的な料理とファシリティ設備、天然温泉を備えたバイオホテル



◆バイオホテルとは◆  
世界で唯一、宿泊客の健康と環境への配慮に関する厳しい基準を規約とするバイオホテル協会の認証を受けた宿泊施設。現在ヨーロッパで約100軒のバイオホテルが稼働しており、日本バイオホテル協会に認証されているのは、「おとぎの宿米屋（福島県）」と「カミツレの宿 八寿恵荘（長野県）」の2軒のみ



食材は有機栽培や天然のものを中心に使用



再生可能エネルギーシステムの仕組みを館内に掲示



アメニティはオーガニック認証を受けたコスメを用意

### おとぎの宿 米屋

福島県須賀川市岩淵笠木168-2 TEL:0248-62-7200

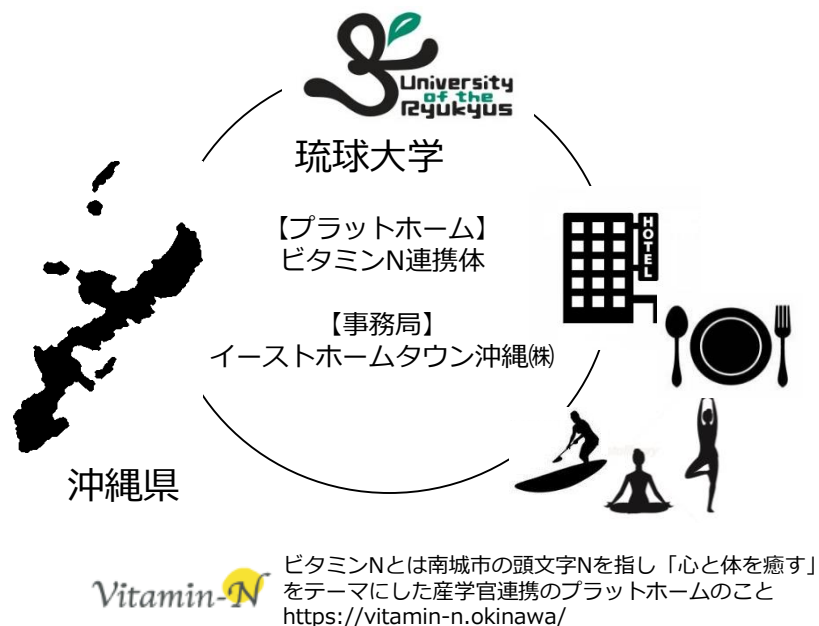


常務取締役 有馬みゆき氏

2011年の東日本大震災以降、「安心・安全」な食とは何かを改めて見直すようになりました。「バイオホテル認証」を取得することで、我々福島県にある宿から「安心・安全」を発信したいと考えました。食事においては、肉や魚、野菜、調味料など有機栽培や天然食材を中心に使用しており、生産から加工までのプロセスを自ら確認しています。また、アメニティのコスメはオーガニック認証を受けたものを用意しています。さらに、2016年2月から温泉水を使った再生可能エネルギーシステムを導入しており、館内の給湯や冷暖房に使用するエネルギーへ変換し、CO2排出量削減に努めています。「バイオホテル認証」を取得するための取り組みをスタートしたときには、お客様からご意見もありましたが、宿での滞在を機に、普段の食事を見直された方、オーガニックシャンプーやリネン類などを売店で繰り返し購入される方なども多くいらっしゃいます。米屋での滞在が、日頃の生活を見直したり、お客様自身が健康に向き合う“きっかけ”になったら嬉しいですね。

## 参考) 地域での取り組み事例 沖縄県南城市

- 消費者の健康志向の高まりや地方創生の流れを受け、沖縄県南城市では2013年から産官学連携で「OKINAWA型ウェルネスツーリズム」を展開



健康運動指導士が監修したヨガなどのフィジカルプログラムからセラピストによるメンタルケアプログラムまで充実



専門家が監修した医食同源といわれる沖縄の郷土料理

観光資源があふれる沖縄では、現在地域資源を活用したヘルスツーリズムの開発に力を入れています。先人の知恵に富んだ「命薬（ぬちすぐい）」、医食同源の食文化、穏やかでおおらかな精神風土など、現代に引き継がれてきた沖縄の地域資源を「健康資源」として活用し、ストレス解消や疾病予防につながるプログラムを産官学連携で開発しています。滞在者は20～30代の女性を中心に一人旅の需要も多く、特にここ最近ではヘルスツーリズムを目的にした旅行者が増えてきています。

温暖で美しい海洋自然、独自の歴史文化で培われた健康の知恵、自然療法との融合による、沖縄でしか体験できない「原点回帰の旅」を通じて、楽しみながらご自身の健康について考えるきっかけになれば幸いです。



琉球大学教授 医学博士  
荒川雅志氏



琉球大学ヘルスツーリズム研究分野  
ウェルネス研究プラットフォーム  
アドバイザーボード  
相澤和人氏・野中瑠美子氏



## 再掲) 旅行業界における2018年のトレンド予測

キーワード

おいしい、たのしい、へるしい  
**へるしい旅**

「健康立国」を標榜した日本。

「人生100年時代構想」の発表や「スーパーフード」「クロスフィット」の流行を背景に世の中の健康志向が高まり、それは旅のスタイルにも変化を及ぼしています。

旅行の目的は「疲れを癒すこと」から「旅先で健康になること」へと変わり、旅行者が自ら「へるしい」になるための滞在へと変化しつつあります。

観光地は、健康地へ。観光客は、健康客へ。

今、「へるしい旅」の流れがきています。