

阿岸裕幸著「温泉と健康」岩波新書 2009年1月20日刊を読む

日本の温泉の活用を考える

1. (1)多くの日本人がもつ温泉のイメージは、湯が溢れ出る湯船に手足を思いっきり伸ばして首まで湯につかることだろう。温泉宿の側も、源泉の良さを強調したり、静かな雰囲気を提供することを最上のもてなしとする。世界に誇れる温泉文化の一面である。
- (2)ヨーロッパの人たちなら、温泉地にじっくりと滞在し、プールでの水中運動をはじめ、吸入あり、飲泉あり、泥浴あり、さらには食事や会話を楽しんだり、公園の遊歩道で散歩をしたりと、多彩な情景を思い浮かべるだろう。これはもちろん、気候や地形の違い、歴史と文化の違いの表れなのであろうが、「ところ変われば品変わる」どころの違いではない。
- (3)日本人の温泉利用は、料理でいうと新鮮な生の素材にこだわる刺身料理にたとえられようか。一方、ヨーロッパの温泉療法は、素材の原型がまったくわからなくなっても、味覚ばかりでなく五感すべてを楽しませてくれるフルコースのフランス料理のようだ。
大浴槽で裸の付き合いをしたり、静かな露天風呂でくつろいだりすることは、温泉の楽しみ方の基本ではある。しかし、積極的な健康づくりという視点からみると、日本人は大変もったいない使い方をしているといえる。
- (4)現代社会では、積極的な健康づくりを行い、生活習慣病を予防したり、ストレスのケアをしたりすることが大切だ。これには、休養、運動、栄養の三要素を同時にしかもバランスよく実行できる、健康保養地での温泉療法が最も適していると筆者は考えている。
- (5)もちろん、個々の温泉がすべての要素を揃える必要はなく、静かな環境での温泉浴にこだわるのもよし、プールでの水中運動プログラムを前面に出すのもよし、周囲の森、山や海の環境を活用した多様な場を提供するもよしである。要するに、その地の自然環境と泉質を生かして、金太郎飴的でない個性を出すことが重要だ。
ヨーロッパの温泉型健康保養地では、現代医療を中核として、泉質の特徴を最大限に活用した治療を提供するほかに、アロマセラピー、鍼灸、気功、アーユルベータ、漢方など、種々の代替・相補療法を採用した統合医療を実践しているところが多い。日本でも参考になるであろう。

2 . (1) 日本では整っていないが、今後の参考としてドイツの保養地の条件を挙げる。

その土地に特有な治療素材と治療手段がある。

気候条件や景色がよい。

目的に沿った適切な保養・療養施設がある。

治療効果が医科学的に証明されている (EBM)。

(2) また、保養地に必要な環境条件は次の通りだ。

工場や都市公害による汚染がない。

騒音と交通公害から隔離されている。

衛生上の配慮が十分にされている。

専門の温泉気候療法医が常在している。

訓練された有資格の専門療法師がいる。

(3) 一般に気候療法保養地では、地元の測候所と連絡をとりながら、気温、湿度、気圧、風速、雨量、日照、紫外線などのほか、空気イオン、放射線、花粉なども測定している。

P.180 ~ 181

[コメント]

大不況期下での地域経済活性化、とりわけ、雇用の創出のために、国際競争力のある国内や海外の人々が年に何回かは通いたい観光地づくりが不可欠だ。日本には、世界に誇る温泉という観光資源がある。顧客の立場に立ち、どう独自性を出せるのか。本書は示唆に富む。

- 2009 年 1 月 30 日林明夫記 -