

旅産業

地域資源を活かした
新しい観光を考える

実践講座

vol.4

今年は「森林セラピー基地」がグランドオープン 専門員を配置し取り組みを行っています

『森林セラピー基地いいやま』では、「森林の健康活用」「健康的な食農連携」「温泉の健康活用」の3つの要素を有機的に結び、『健康への旅』として新しい商品開発に取り組んでいます。平成19年春からのグランドオープンを間近に控え、国からの支援により配置された看護師、栄養士、温泉入浴指導員の3人の専門員と1人の推進員により、基地の基盤を固め、質を高める試みをしています。今回は3人の専門員の取り組みを紹介します。

「森林の健康活用」

■看護師（アロマセラピスト） 三島英子

四季折々に変化する森の風景を眺めながら、聞こえてくる音に耳を澄ませたり、木々や草花の香りを楽しんだり、そうしているだけで不思議とおだやかな気持ちになります。森で楽しい活動をすれば、心も体も元気を回復します。多くの人に飯山の森の力を実感してもらえるように、さまざまな健康増進プログラムを企画していきます。また、認定ガイド「森の案内人」の研修セミナーも実施しています。

「健康的な食農連携」

■栄養士 宮崎千枝

「健康的な食農連携」とは、飯山で採れる旬の野菜や、地元ならではの食材（山菜、きのこ、みゆきポーク等）を豊富に使用し、素材の味を活かして作る「健康への旅」のおもてなし料理のこと。今のところ29軒の認定宿がこの基本概念に基づき、宿ごとにオリジナルメニューを提供できるように、その手助けとなるようなセミナーや、飯山の伝統的な食文化についての講習・実習などを、企画、開催しています。（第2期の認定宿の募集は来春から）

「温泉の健康活用」

■温泉入浴指導員 大島索太郎

「健康への旅」の一環として、快適、安全に利用でき、健康的にリラックス、リフレッシュできる温泉地を目標に、「北信州いいやま温泉郷」一丸となって色々な取り組みを考えていきます。飯山市内の温泉を活用して、ますます健康になっていただければと思っております。（市内の4つの温泉施設が「北信州いいやま温泉郷連絡協議会」を発足させました。）

専門員それぞれの知恵をあわせて、各分野の効果的な組み合わせを検討し、「健康への旅」プログラムを提供したいと考えています。市民の皆様にもご参加いただけるような企画もしますので、市報のこの欄にご注目ください。

◎相原求一朗作
『幸福駅 二月一日』（リトグラフ）



美術館情報

常設展示

郷土にゆかりのある画家の絵画作品を展示

- 入館料：大人 300 円、市内の小・中学生は入館無料（引率、同伴の方を含む）。
- 開館時間：9：00～17：00（入館は16：30まで）
- 休館日：毎週月曜日
- 飯山市美術館 ☎62 1501

利融通情報 ~不用品の交換~

◆譲ります（無料）

- ☞ファンシーケース① ☞ドレッサー② ☞介護用ベッド（電動式）
- ① ☞ベッドマット（シングル）① ☞ハイベッド① ☞ベビーベッド①
- ☞彫刻用板（サワラ木塗装済み）④④

◆譲ります（有料）

- ☞二段ベッド①（5000円） ☞ピアノ①

◆譲ってください（無料）

- ☞チャイルドシート① ☞ベビーカー① ☞子供用自転車（補助輪付）
- ① ☞風呂釜① ☞シルバーカー（老人カー）① ☞車載拡声器①

◆譲ってください（有料でも可）

- ☞耕運機① ☞自転車① ☞除雪機（20馬力以上）① ☞電子ピアノ①

※希望される方は、生活環境室（電話 62-3111 内線 192）までご連絡ください（掲載期間は6か月間です）。掲載の品物の登録者をご紹介しますので、当事者間で交渉をしてください。なお、品物の引き渡しに生じた問題は当事者間で解決してください。

編集後記

▼「木島地区下木島で季節はずれの菜の花が咲いている」という記事を新聞で読み、早速見に行ってきました。咲き始めてから時間が経っていったためか、少し元気がありませんでしたが、確かに黄色い花を咲かせていました。昨年11月末に市内で咲いた桜同様、暖かな陽気が影響しているのでしょうか。▼そんな心と話題もありますが、この冬の暖冬は飯山市にとってももちろん歓迎できない話。雪が少なく便利だという声もありませんが、個人的にはやっぱり飯山の冬は雪が必要だと実感しています。「去年の冬と今年の冬の雪を足して2で割ってほしい」という声を何度か聞いた年末年始でした。二ノ宮