

第6回

温泉効果を見える化する様々な取組

べっぴんライブ！  
別府市役所職員にインタビュー

▼温泉入浴によるにスキンケア効果の計測



▼ヨーグルトを取り入れた腸食レシピ



【ヨーグルトソースで野菜のピザ風】

温泉腸活プロジェクトは、市ホームページで確認できますので、皆さんぜひ実践してみてください。

今後も市民の皆様のためになるような取組を進めていきます。



新湯治・ウェルネスツーリズム推進室 次長 狩野俊之

―別府温泉腸活プロジェクトって何ですか。

令和4年12月に、市民と観光客が心身ともに健やかな未来をつくることを目的に株式会社明治様と包括連携協定を結びました。プロジェクトは、別府温泉がもつ「整う」力と明治ブルガリアヨーグルトがもつ「整腸」の力の強力な相乗効果で、温泉・食・運動の新しい健康習慣を提案するものです。

―どのようなことを実施していますか。

昨年度は、第1弾として、入浴前にヨーグルトを食べ、入浴中におなかをマッサージし、入浴後に腹式呼吸で心を整える「温泉腸活入浴法」、普段の食事にヨーグルトを取り入れる「腸食レシピ」、家事や仕事の合間にできる「腸活エクササイズ」を広めてきました。また、市営温泉7か所で明治のヨーグルト商品の配布などを行い、入浴前にヨーグルトを摂取する体験をしてもらいました。今年度は、第2弾として、別府温泉腸活ミッションめぐりを開催し、市内各地のミッションをクリアしながらおなかから健やかになるスタンプラリーを実施しました。また、温泉腸活を体験できる温泉腸活宿泊プランも提供しています。

―他にも取り組んでいることはありますか。

昨年11月には、市民や観光客の心身の健康や健康意識の向上を目的にアサヒ飲料株式会社様と包括連携協定を結びました。1月末まで、市営温泉7か所で温泉の入浴効果を見える化する「市民一斉大計測会」を開催していますが、その中でアサヒ飲料様と連携し、温泉入浴と炭酸水との組み合わせによる「リラックス」「集中力向上」「眠気予防」の効果を調査しています。同計測会では、株式会社ポーラ様の協賛を受けて、温泉入浴による「スキンケア」の効果も調査しています。また、株式会社アステム様とも包括連携協定を結び、「別府モデル」として、温泉の効果を取り入れた認知症対策の構築を目指しています。

―様々な企業と連携して取り組んでいるんですね。

温泉効果の見える化を進め、「新湯治・ウェルネス」として健康を意識した魅力あるまちをつくり、別府のブランド化を図っていききたいと思っています。

問 新湯治・ウェルネスツーリズム推進室 ☎1222

お誕生日おめでとう！ すくすく 1 さい 2月生まれ <>内は誕生日です

	 ゆき結葵 ちゃん 末光 (竹の内) <1日>	 ひなた飛陽 ちゃん 富松 (上人南) <9日>	 なお瓜桜 ちゃん 吉野 (若草町) <9日>	 れんか蓮禾 ちゃん 篠川 (桜ヶ丘) <11日>	 はるちか桜慶 ちゃん 興梠 (亀川中央町) <13日>	 もみじ栴 ちゃん 松尾 (北中) <21日>
---	--	---	--	---	---	--

★1歳の記念にお子さんの写真を掲載しませんか★

応募方法 ①応募フォーム または ②市秘書広報課窓口に写真を持参  
締切 誕生月の前月7日 ※休日の場合は前開庁日【3月号締切 2月7日(水)】  
問 市秘書広報課 ☎21-1123

フォームから簡単に  
応募できます♪



応募について  
詳しくは  
◀こちら