



第5回「信州上田地域 健康パーク（上田地域型ヘルスツーリズム）推進協議会」を開催します

上田地域の温泉や高原などの資源を活かしながら、旅をきっかけとして健やかになれる体験型・滞在型・周遊型の観光コンテンツの充実を図るため、官民学協働の第5回「信州上田地域健康パーク（上田地域型ヘルスツーリズム）推進協議会」を開催します。

- 1 日時 令和元年5月23日（木） 午後1時から午後5時まで
- 2 場所 上田市菅平高原 1223 - 87 上田市 菅平高原アリーナ(集合場所) とその周辺
- 3 参集予定団体 別紙のとおり
- 4 内容

第1部【実践・体験、視察】(13:00~15:00)

- (1) もっと知ろう！「サニアパーク菅平」《30分程度》
(場所：菅平高原スポーツランド サニアパーク菅平)

➢ 雄大な自然の中、アスリート達が夢を叶える競技施設が集積した多目的フィールドを視察します。

- (2) スポーツ科学を体験！
アリーナで健康増進プログラムにチャレンジ《60分程度》
(場所：菅平高原アリーナ 競技場)

➢ 昨年オープンした屋内運動施設「アリーナ」で、健康《見える化》に取り組む、菅平スポーツフィジカルセラピー協議会の各種メニューに挑戦します。

- ◆ あなたの体力年齢はいくつ？
・ 体組成測定や全身反応など数種の簡単な測定から、体力年齢を測定します。

- ◆ クロスフィットトレーナーが教える「ファンクショナルトレーニング」
・ 日常生活に必要な「動けるカラダ」づくりのためのエクササイズを、参加者全員で体験します。

第2部【会議(ワークショップ形式)】15:00~17:00 (菅平高原 国際リゾートセンター 大ホール)

- (1) 菅平高原エリアの活性化について
- (2) 上田地域全体の「健康づくり×観光」コンテンツの魅力アップについて

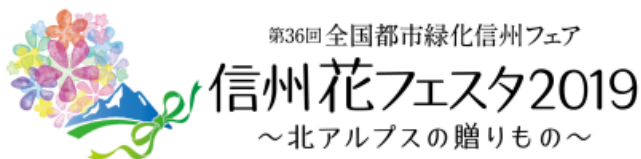


《第3回(H30.12.17 別所温泉) 【実践・体験、視察】》



《第3回(H30.12.17 別所温泉) 【会議】》

＼国内最大級の花と緑のイベント 信州初開催／



第36回全国都市緑化信州フェア

信州花フェスタ2019

～北アルプスの贈りもの～

2019年4月25日（木） - 6月16日（日）

メイン会場 長野県松本平広域公園

サブ会場 国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区/大町・松川地区)

長野県烏川渓谷緑地

信州上田地域 健康パーク(上田地域型ヘルスツーリズム) 推進協議会 事務局

【長野県 上田地域振興局 商工観光課 振興係】

(課長) 宮津 雅則 (担当) 倉島 靖幸

電話 0268-25-7140 (直通)

0268-25-1260 (代表) 内線 2322

F A X 0268-24-0331

E-mail uedachi-shokan@pref.nagano.lg.jp