

男性が50～70代のご夫婦限定募集

厚生労働省認定 健康増進施設 神戸みなと温泉 蓮  
宿泊型健康増進プログラム(1泊2日)における  
効果検証モニター募集



「神戸みなと温泉 蓮」宿泊型健康増進プログラム(1泊2日)

**実施日** 2018年2月19日(月)～2月20日(火)、2月22日(木)～2月23日(金)

**対象者** ●男性が50～70代の夫婦 ●医師による運動制限の指示がない方  
●プログラム参加当日時点でヘルスケア開発市民サポーターであること

**定員** 各日10組20名

**研究者** 学校法人神戸山手学園 神戸山手大学 現代社会学部 観光文化学科 西村典芳教授

**調査内容** 宿泊型の温泉利用型健康増進プログラム参加により、運動と食事等について感化され、生活の質の向上や行動変容につながるかを調査します。

**参加費** お一人様あたり23,000円(1泊4食付き、消費税・入湯税別)

# 実施内容

## 〈1日目〉

- 10:00 集合、オリエンテーション
- 11:00 健康計測  
〔体成分分析装置 InBody/脳疲労/血圧/  
健康関連検査SF-36v2など〕
- 12:00 昼食(抗疲労食)
- 13:00 ベーシックヨガ
- 15:00 水中運動
- 17:00 ヒーリングヨガ
- 18:00 夕食、懇親会

## 〈2日目〉

- 8:00 朝ヨガ、朝食
- 10:00 ウェルネスウォーキング
- 12:00 昼食(抗疲労食)
- 13:00 岩盤ホットヨガ
- 15:00 健康計測  
〔体成分分析装置 InBody/脳疲労/血圧/  
健康関連検査SF-36v2など〕
- 17:00 プログラム終了



- 〈研究代表者〉学校法人神戸山手学園 神戸山手大学 現代社会学部 観光文化学科 西村典芳教授
- 〈モニター調査実施・商品開発〉神戸みなと温泉 蓮
- 〈お申し込み・お問い合わせ先〉神戸みなと温泉 蓮 Tel 078-381-7000(担当 坂口)

※お申し込みの際に下記の情報をお伺いいたします。

・市民サポーターID ・氏名 ・住所 ・生年月日 ・性別 ・連絡先(電話・メール) ・ボールの有無 ・既往歴 ・服薬 ・運動制限

※万が一の怪我等に備え保険に加入いたします。お伺いした情報は保険加入と中止・緊急時のご連絡に使用いたします。

※調査実施の日時をご確認の上、ご応募ください。 ※会場までの交通費は自己負担になります。

※モニター参加後も、いつでもモニターを中止することができます。ただし、中止後の返金はいたしかねます。

※調査結果については、市民セミナー等にて公表することがありますが、参加者のプライバシーは保護いたします。

### ヘルスケア開発市民サポーターに関する問い合わせ先

〒650-0047 神戸市中央区港島南町1丁目6番5号 国際医療開発センター(IMDA) 2F

公益財団法人先端医療振興財団 クラスター推進センター ヘルスケアサービス開発支援事業事務局

Tel 078-306-0719 E-mail healthcare@fbri.org

「専用無料シャトルバス」を運行しております。  
〔所要時間 約5分〕  
※ラウンドワン三宮駅前店の前が乗降場所となります。

三宮駅前乗降場所 (ラウンドワン三宮駅前店前)		所要時間 約5分		神戸みなと温泉 蓮 (第一突堤)	
三宮駅前発		神戸みなと温泉 蓮着		神戸みなと温泉 蓮発	
神戸みなと温泉 蓮着		三宮駅前着		三宮駅前発	
平日ダイヤ	土・日・祝ダイヤ	平日ダイヤ	土・日・祝ダイヤ	平日ダイヤ	土・日・祝ダイヤ
8 45	8 40	8 02 32	8 20 50	8 02 32	8 20 50
9 15 45	9 00 40	10 02 32	10 05 20 35 50	9 02 32	9 05 20 35 50
10 15 45	10 00 15 30 45	11 02 32	11 05 20 35 50	10 02 32	10 05 20 35 50
11 15 45	11 00 15 30 45	12 02 32	12 05 20 35 50	11 02 32	11 05 20 35 50
12 15 45	12 00 15 30 45	13 02 32	13 05 20 35 50	12 02 32	12 05 20 35 50
13 15 45	13 00 15 30 45	14 02 32	14 05 20 35 50	13 02 32	13 05 20 35 50
14 15 45	14 00 15 30 45	15 02 32	15 05 20 35 50	14 02 32	14 05 20 35 50
15 15 45	15 00 15 30 45	16 02 32	16 05 20 35 50	15 02 32	15 05 20 35 50
16 15 45	16 00 15 30 45	17 02 32	17 05 20 35 50	16 02 32	16 05 20 35 50
17 15 45	17 00 15 30 45	18 02 32	18 05 20 35 50	17 02 32	17 05 20 35 50
18 15 45	18 00 15 30 45	19 02 32	19 05 20 35 50	18 02 32	18 05 20 35 50
19 15 45	19 00 15 30 45	20 02 32	20 05 20 35 50	19 02 32	19 05 20 35 50
20 15 45	20 00 15 30 45	21 02 32	21 05 20 35 50	20 02 32	20 05 20 35 50
21 15 45	21 15 45	22 02 32	22 05 35	21 02 32	21 05 35
22 15 45	22 15 45	23 02 32	23 05 35	22 02 32	22 05 35
23 15 45	23 15 45	24 02 32	24 05	23 02 32	23 05 35
24	24	24 02 32	24 05	24 02 32	24 05



ご予約・お問い合わせ

〒650-0041 神戸市中央区新港町1-1  
Tel 078-381-7000

<https://ren-onsen.jp>

神戸みなと温泉 蓮

検索

