

ヘルス・ツーリズム モニターツアー日程表

平成19年9月4日(火)

1日目

- 12:45 ~ 13:45 南会津町会津田島駅着 [会津鉄道] 昼食
 15:00 金山町着
 会場：金山町ゆうゆう館
 ・ 血圧測定
 ・ 簡単な健康チェック : 健康診断記録表の作成・記入
- 15:50 ~ 17:30
 講義「メタボリックシンドロームをいかに防ぐか」
 (会津大学短期大学部教授)
 健康ウォーキングの講義と実習
 (会津大学短期大学部教授)
- 17:40 宿泊旅館到着
- ===== 温泉入浴 =====
- 18:40 ~ 19:00 奥会津の紹介(会津大学短期大学部学生)
 19:00 ~ 19:50 夕食(奥会津伝統料理)
 19:50 ~ 20:40 昔語りの夕べ(地元昔語り部)

平成19年9月5日(水)

2日目

- 7:30 ~ 8:00 朝食
 8:30 ~ 10:20 沼沢湖畔~太郎布(タラブ)の森 森林浴・エコツアー
 ボランティアガイド付き
- 10:40 ~ 13:00 そば打ち体験・昼食：金山町生活体験館
 13:20 ~ 15:00
 選択メニューA：フォーラム | 選択メニューB：歴史散策(柳津町)
 講演「温泉療養と健康」 | 柳津福満虚空蔵尊参詣と門前町散策
 (講師：上越教育大学清水富弘准教授)
 (於)金山町開発センター
- 15:30 ~ 16:30 三島町早戸温泉つるの湯到着・只見川遊覧船エコツアー
- ===== 温泉入浴 =====
- 17:50 宿泊旅館到着
 18:10 ~ 19:00 夕食(奥会津食材による創作健康料理)
 19:30 ~ 21:00 金山町山入歌舞伎鑑賞

平成19年9月6日(木)

3日目

- 7:00 ~ 7:30 健康チェック
 7:30 ~ 8:30 朝食
 9:20 ~ 9:40 玉梨豆腐茶屋
 10:00 昭和村からむし織の里到着
 10:10 ~ 11:10 意見交換会、アンケート調査
 11:20 ~ 11:50 昼食(自己負担)
 12:50 南会津町会津田島駅到着 解散