

ファスティングホテルのパイオニア「アイウェルネス伊豆高原」 『初めての方限定ファスティング(断食)体験プラン』ヘルスツーリズム認証取得

アイウェルネス株式会社（本社：さいたま市北区、代表取締役社長：澤田泰行）が運営するファスティングホテル アイウェルネス伊豆高原（所在地：静岡県伊東市、支配人：皆川淳志）の「初めての方限定ファスティング(断食)体験プラン」が、2023年3月10日、ヘルスツーリズム認証委員会の審査を経て、「ヘルスツーリズム認証」を取得しました。



アイウェルネス伊豆高原は、日常から離れて豊かな自然に囲まれながら健康を取り戻すためのサポートをする完全個室のファスティング(断食)ホテルです。ファスティングホテルのパイオニアとして、実績に裏付けされたスタッフの知識と独自のファスティング(断食)ノウハウを兼ね備え、お客様の健康を取り戻すためのサポートをいたします。

ファスティングが初めての方に向けた「初めての方限定ファスティング(断食)体験プラン」は、アイウェルネスのコンセプトでもある、ファスティング(断食)による“身体の休養”と、国立公園の自然の中で過ごす“心の休養”を体験できる大変お得なプランです。

アイウェルネスでは、お客様一人ひとりのバランスに適したプログラムをご提案し、皆様のカラダと心をリセットします。また、ファスティングホテルのパイオニアとして、どんどん新しいプログラムを取り入れて進化していきます。

ヘルスツーリズム認証 (<https://htq.npo-healthtourism.or.jp/about/>)

ヘルスツーリズム認証制度は、経済産業省「健康寿命延伸産業創出推進事業」の一環として誕生しました。

プログラム内容、および提供する事業者の取組体制において、「安心・安全への配慮」、「楽しみ・喜びといった情緒的価値の提供」「健康への気づきの促進」という3つの柱からヘルスケアサービスを評価・認証し、利用者がその品質を一目で分かるよう「見える化」いたします。

ヘルスツーリズム認証が旅行選びの新たなスタンダードとなり、旅による健康増進へのきっかけを生み出します。



「初めての方限定ファスティング（断食）体験プラン」

■内容

- ・ファスティングが初めての方限定のお得な体験プランです。（※アイウェルネスのご利用が初めてという方もOKです）
- ・マッサージやリフレッシュケアなど、豊富なオプションが付いたプランを、初めての方限定料金で体験できます。
- ・受付日数は2泊3日から6泊7日まで、ファスティングコースもしくはプチファスティングコースが選べます。

■本プランのコンセプト

【情緒的価値（旅の楽しみ・喜び）】

- ・ファスティング（断食）による「身体の休養」が得られる喜び
- ・伊豆の大自然の中で過ごす「心の休養」が得られる旅の楽しみと喜び
- ・回復食と運動による、食事と健康への気づき

【健康への気づき】

- ・メタボリックシンドローム、生活習慣病
- ・身体活動、運動
- ・栄養、食生活
- ・休養、こころの健康



「初めての方限定ファスティング（断食）体験プラン」の詳細はこちらからご覧ください。

<https://reserve.489ban.net/client/izu-wellness/0/detail/699848>

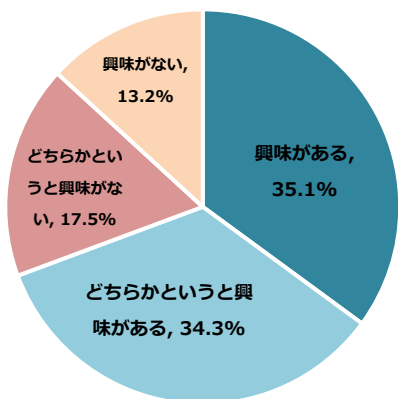
アイウェルネスのファスティング（断食）について

アイウェルネスのファスティング(断食)プログラムは、**全く食べない、わけではございません**。宿泊日数の半分がファスティング(断食)、そして残りの半分が補食(回復食)、そして最終日の朝は普通食を食べ、身体を通常の状態に戻してから帰宅となります。またファスティング(断食)中は、甘酸っぱい酵母ドリンクを飲んでいただけます。空腹を抑えつつ、腸内環境の活性化と脂肪燃焼、エネルギーを作り出します。当社が実施した調査では、**約7割の女性がファスティングに興味があると回答しました**。

ファスティング（断食）により期待される効果

- ・ダイエット効果、脂肪燃焼力のアップ
- ・デトックス効果、体内に溜まった老廃物・毒素・宿便の排出
- ・生活習慣病の予防、中性脂肪・コレステロールの改善
- ・自然治療のアップ、腸内の善玉菌増加
- ・脳の疲労回復、精神的な安定

【参考調査】あなたは、ダイエット方法のひとつ、「ファスティング（断食）」に興味はありますか？（n=630・単一回答方式）



約7割の女性がファスティングに興味があると回答

「ファスティング（断食）」を知っている全国の女性630名を対象に、「ファスティング（断食）」に興味があるか質問をしたところ、**69.4%が「興味がある」（興味がある：35.1%、どちらかという興味がある：34.3%）**と回答しました。

<調査概要>

調査対象 15歳から59歳、全国の女性、
「ファスティング（断食）」を知っている方
有効回答数 630名
調査期間 2022年11月4日～2022年11月6日
調査方法 インターネットリサーチ

※本リリースによる調査結果をご利用いただく際は、「アイウェルネス調べ」と付記のうえご使用くださいますようお願い申し上げます。

アイウェルネス伊豆高原について

アイウェルネス伊豆高原は、1973年創業、「海」「山」「湖」「高原」に囲まれ、保養地として有名な伊豆高原に立地。完全個室のファスティング（断食）ホテルです。

1970年に医学博士故馬淵通夫が現在の伊豆の地にみどり会保養所として創設。「慢性病の根治」を目指して、西洋医学と代替医療の東洋医学を併せた総合医療を行なっていました。

「病の原因は食にあり」と、治療の根幹を食事療法におき、その一環として断食療法も行なっていました。1973年に「伊豆健康センター」を設立。2009年4月に「アイウェルネス伊豆高原」に名称が変更。現在もなお、医学博士・馬淵通夫先生の理念を受け継ぎ、多くのみなさまに提案し、ご提供しております。



アイウェルネスならではのファスティング

ファスティング(断食)中は、一定期間食事をしないで過ごすことですが、何も口にしないというわけではありません。水分を摂りながら空腹を抑えつつ、ゆっくりと食事の量を戻していくことが大事です。しかし、自己流でファスティングを行うと、途中で断念したり、いきなり食事の量を戻してリバウンドしたり、体調不良になったりと、上手くいかないケースが多くあります。

アイウェルネス伊豆高原は食への誘惑が少ない環境と、各種アクティビティやリフレッシュ器具などを使った専門スタッフによるサポート体制とで、初めての方でも結果につながるファスティング体験をご提供します。

【新型コロナウイルス感染拡大防止のための取り組みについて】

当ホテルでは、お客様に安心してファスティング（断食）のお時間をお過ごしいただくために、またスタッフの健康と安全のため、「予約・施設の制限」「検温」「マスクの着用」等、新型コロナウイルス感染症の拡大防止に向けた取り組みを徹底しています。

<https://www.izu-wellness.com/deal3/>

会社概要

法人名 アイウェルネス株式会社
代表 澤田 泰行
設立 2012年4月2日
営業所 アイウェルネス伊豆高原
所在地 〒413-0232 静岡県伊東市八幡野1737
電話番号 0557-54-0011
URL <https://www.izu-wellness.com/>

 **アイウェルネス**
伊豆高原ファスティングホテル

【報道関係者からのお問い合わせ先】
アイウェルネス株式会社 担当：木村
電話：048-667-0001
E-mail：support@aimegane.com