

夕張

観光の夕張で

メタボビートキャノン

日本初!! 本格的メタボ改善ヘルスツーリズムモニターツアー

夕張で観光と健康がドッキング!

健康になる!!



夕張は——炭坑から観光そして健康の町へ!

本ツアーは夕張の観光を新たな視点で見直し、現代人の多くがかかえるメタボリックシンドロームを効果的に改善するための観光+医療+味覚がミックスした日本初のヘルスツーリズムツアーです。指導する先生方は北海道をこよなく愛し、予防医療に精通するエキスパート揃い!! さあ、あなたも一流医学者によるメタボ改善プログラムと夕張の観光、北海道ならではの旬の食材を健康的に調理した美味しいグルメを味わいながら楽しく学んで、心と体の中からシェイプアップしましょう!

名画のロケ地へ!

吉永小百合主演「北の零年」のロケセットの一部を石炭の歴史村公園内に保存し、観光施設として一般公開しています。

あなたが炭鉱夫に変身!
『夕張石炭発掘ツアー』

5千万年前の実際の石炭を参加者の皆さんに、炭鉱夫になっていただき昔から夕張に伝わる露天掘り工法にて採掘作業を楽しく体験していただきます。
(この体験で体の代謝率を促進させます)



ほのぼのと石勝線で!

人気のローカル線、石勝線で行く紅葉満喫エコウォーク。列車からしか見れない北海道の素晴らしい自然をお楽しみいただけます。

写真はイメージです



夕張は今、音をたてて生まれか変わっております!炭鉱から観光そして予防医学による健康の町へ! 今回予防医学に強い医療法人財団夕張希望の杜夕張医療センターの村上理事長をはじめ、一流の先生方の協力による「夕張流メタボ改善プログラム」が完成いたしました。また、我が夕張の大自然と繁栄の歴史を皆様に直接触れていただく観光プログラムも大変充実しているのがこのツアーの特色です。日本初の本格的メタボ改善夕張ヘルスツーリズムツアーで健康な生活習慣を学んで下さい。皆様のご参加をお待ちしております。

夕張市長 藤倉 肇

日本初!! 本格的メタボ改善ヘルスツーリズムモニターツアー

夕張から新しい提案ヘルスツーリズム!
夕張の大自然・食・歴史を健康をテーマに掘り下げ医学的根拠に基づいた医療プログラムがセットになったまったく新しいカタチの旅の始まりです。

ダイエット=食べないこと! ではありません! 美味しい食材を食べながら、科学的根拠に基づいた栄養教育!

ベテラン専門家が組上げたプログラムで楽しく食の北海道を堪能しながら太りにくい料理方法を学び、北海道の旬の味覚を満喫していただきます!

メタボリックとは...

近年、「食べすぎや運動不足等により発症する「生活習慣病」が問題になっています。「生活習慣病」の代表ともいえる「高血圧」や「糖尿病」「高脂血症」などには、「内臓脂肪蓄積」が強く影響しています。内臓脂肪が過剰に溜まっていると、これらの「生活習慣病」を併発しやすくなります。仮にそれぞれの病気の程度は「軽症」だったり、まだ病気とは診断されない「予備群」だとしても、複数を持っていると、動脈硬化が急速に進むことがわかっています。この状態を、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)といいます。



肥満には2つのタイプがある!

●内臓脂肪型肥満
お腹がぼっこり出た体型から「りんご型肥満」とも呼ばれ、内臓のまわりに脂肪が溜まる肥満。内臓周囲は、比較的溜まりやすいのですが、運動をしただり食事を適量に制限することで減りやすいタイプです。
●皮下脂肪型肥満
「洋なし型肥満」とも呼ばれ、腰まわりやお尻、太ももなどの下半身を中心に溜まるタイプです。



牡丹海老 秋味
アスパラ ヤーコン さらさらレッド 毛ガニ

写真はイメージです



写真はイメージです

期間
ご宿泊
料金

2007年10月8日(月・祝)~10日(水) (2泊3日)
「夕張ホテルマウントレースイ」

募集人員: 20名
最少催行人員: 10名
添乗員同行はありません。

Aコース一人様 49,800円

集合場所: 夕張ホテルマウントレースイ ロビー 集合時間: 12時30分
(2泊分の宿泊費、食事6食、医療検査費他含む)

Bコース一人様 82,500円

集合場所: 羽田空港第一ターミナル 日本航空出発カウンター 集合時間: 7時15分(予定)
(往復航空運賃、北海道内移動交通費、2泊分の宿泊費、食事7食、医療検査費他含む)

メタボビートキャンプin夕張 ツアー行程

Table with columns for dates (第1日目, 第2日目, 第3日目) and activities (スケジュール). Includes details about meals, exercises, and medical checkups.

Bコース(航空機付コース)
Aコース(現地集合コース)

本ツアーをご指導
いただく先生方
NPO法人イム/サポートセンター理事長
北海道大学教授免疫学 西村 孝司氏

医療法人財団夕張希望の杜夕張医療センター
理事長 院長 村上 智彦氏

北海道大学教授
内科学・温病医学 大塚 吉則氏

スポーツインストラクター
健康運動実践指導士・社会体育指導者
野田 隆弘氏

プログラム内容
このツアーのメタボ改善プログラムのポイント... 今回のプログラムの大きな特色は予防医学理論に基づいたメタボ改善プログラムが完成されています。

夕張ドキュメンタリーウォーク(1日目午後) 夕張医療センターより石炭博物館までの行程(1.5km)のウォーキングです。

石炭探検体験ウォーキング(2日目午前) 日本唯一の炭都「夕張」。その真髄を知る上で石炭探検ウォーキングとなります。

ご案内(国内企画旅行取引条件説明書・抜粋)

- 1. 募集要項
2. 旅行のお申込み
3. 旅行代金の支払い
4. 旅行代金の支払い
5. 旅行代金に含まれるもの
6. 取扱い

旅行企画・実施
東武グループ 東武トラベル
国土交通大臣登録旅行業第1848号 (株)日本旅行協会正会員

個人情報取扱いについて
(1) 当社および下記関係機関の受託事業者は、旅行申し込みの際に提出された申込書に記載された個人情報について、お客様との連絡のために利用させていただきます。