

31/10/2016

健康道場

KENKODOJO

“自然治癒力”を高めるために、食事・身体・心のバランスを整える旅  
『健康道場ツアー』

ご好評につき、第3弾の開催決定！

サンスターグループ ヘルス&ビューティーカンパニー（以下サンスター）は、ご好評につき『健康道場ツアー』第3弾を2017年5月26日（金）～27日（土）に開催することを決定しました。健康道場ツアーは、社員向け福利厚生施設「サンスター心身健康道場」で培われ、成果を上げてきた独自の健康法を体験できる旅です。玄米菜食の食事、健康ウォーキングやストレッチなどの運動、温泉での癒しと安らぎ、管理栄養士による食の指導、そして歯科衛生士による歯みがき講座など、食事・身体・心のバランスを整える宿泊指導プログラムにより実施されています。

参加者からは、「今回のツアーで学んだ健康法を忘れず、一つ一つ地道に取り組んでいきたい」、「食事・生活についてアドバイスをもらい、やる気が出た」といった声が届けられています。また、ツアー参加により、健康に対する意識・生活習慣が食事・運動・歯科においてすべて改善されているという調査結果\*も出ています。

\*健康道場ツアー参加による意識・健康行動・健康指標（血圧・空腹時血糖値）の変化調査



健康道場ツアーの様子

健康道場ツアーの様子は、健康道場サイトにて動画でご覧頂けます。

動画 URL : <http://www.kenkodojo.com/shinshinkenko/handson.html>

## 【健康道場ツアー】

サンスターグループは、「常に人々の健康の増進と生活文化の向上に奉仕する」という社是の下、オーラルケア、ヘアケア、スキンケア、健康食品などさまざまな健康関連事業を展開しています。1985年には、社員の福利厚生施設として「サンスター心身健康道場」を設立。以来、社員に対して、自然治癒力を高めるために、食事・身体・心のバランスを整える健康法を実施、食生活等の生活習慣のクセ・歪みに気づきを与え、健康バランスを取り戻すための支援を行ってきました。その結果、サンスターグループでは、健康保険組合での医療費支出が、協会けんぽと比較し、一人あたり年間5万円程度抑制されています。

その心身健康道場で培った健康法で、食事・身体・心のバランスを整える旅が『健康道場ツアー』。体験と専門家（サンスター管理栄養士、サンスター財団歯科衛生士、健康運動指導士等）のアドバイスで、生活習慣のクセ・歪みに気づき、無理なくバランスを取り戻す健康づくりの方法を、楽しい思い出とともにお持ち帰りいただきます。そして旅行後も、ご家庭で健康法として実践していただき、実りある豊かな人生を送っていただくことを目的にしています。そして、特定非営利活動法人 日本ヘルスツーリズム振興機構主催の第8回ヘルスツーリズム大賞において、本ツアーにご参加くださったお客様のツアー感想文が、個人部門大賞に選定されました。

ヘルスツーリズム大賞：ヘルスツーリズムは、「科学的な根拠に基づいた、健康増進・維持・回復・疾病予防につながる健康的な旅のプログラム」と定義されています。その認知向上を図る目的で、特定非営利活動法人 日本ヘルスツーリズム振興機構が2013年度より、旅と健康に関する個人の体験記を公募、優れた作品をヘルスツーリズム大賞として表彰、広く紹介しています。

## 【健康道場ツアー概要】

### 1) ツアー内容

開催場所：和歌山県熊野古道

開催日：第1弾：2016年11月6日(日)～7日(月) <好評につき募集終了>

第2弾：2017年1月14日(土)～15日(日)

第3弾：2017年5月26日(金)～27日(土)

※以降順次、告知・開催を予定しております。

〈食事〉熊野ならではの旬の食材を活かした健康道場式食事  
～料理長とサンスター管理栄養士がタッグを組んだ、  
肉・卵・乳製品不使用/1食約600kcalの玄米菜食～

〈身体〉「熊野古道」健康ウォーキング、均整・経絡ストレッチ  
～熊野セラピストが安全に楽しく、世界遺産熊野古道をご案内～

〈心〉川湯温泉・渡瀬温泉  
～熊野本宮温泉郷のうち、泉質の異なる2種類の温泉をご堪能～

〈学〉サンスター管理栄養士による個別食生活アドバイス  
サンスター財団歯科衛生士によるオーラルブラッシング講座  
～ご帰宅後の健康管理に活かせる、サンスターならではの専門家からのアドバイス～

### 2) 募集人数

26名（最小催行人数15名）

### 3) 旅行代金

お一人様2名1室 50,000円(税込) / お一人様1名1室 54,000円(税込)

### 4) お申込方法

下記URLより、お申込用紙をダウンロードいただき、FAXにてお申込ください。

▶ 体験！健康道場 <http://www.kenkodojo.com/shinshinkenko/handson.html>

### 【サンスター「健康道場」】

サンスターでは、人が本来持っている健康になろうとするチカラ、「自然治癒力」を高めるために、食事・身体・心のバランスを整えることが重要と考えています。

この考え方を実践するのが「サンスター心身健康道場」であり、ここから生まれたのが「サンスター健康道場」シリーズです。(URL : <http://www.kenkodojo.com>)

サンスターグループ ヘルス&ビューティーカンパニーについて

サンスターグループは、持株会社サンスターSA（スイス・エトワ）を中心に、事業分野毎に全世界の研究・マーケティング・製造・販売を統括する、オーラルケアカンパニー、ヘルス&ビューティーカンパニー、SEカンパニー（接着剤、シーリング材等、モーターサイクル部品の事業を担当）の3事業カンパニーと、全世界のガバナンス、管理機能を統括する経営本部で構成、グローバルな事業運営を行っています。ヘルス&ビューティーカンパニーは、ヘアケアの「VO5」、サンスタートニック、スキンケア製品「EQUITANCE」、健康食品・飲料の「健康道場」などを販売しています。

<お客様からの商品のお問い合わせ先>

サンスターお客様相談室 TEL:0120-008241(平日 9:30~17:00 土日祝除く)

<本件に関するマスコミからのお問い合わせ先>

サンスターグループ 経営本部 広報部 TEL:03-5441-1423 FAX:03-5441-8774

〒105-0014 東京都港区芝 3-8-2 芝公園ファーストビル 21 階 [www.sunstar.com](http://www.sunstar.com)