

10月

10月7日(月)
18:00~20:00 (17:30開場)
キックオフセミナー開催

【トークセッションテーマ】
「キーワードはRETREAT!」
なぜ、短命?!
津軽海峡圏はリトリートできる最適地!」

- 13日(日) 浅虫温泉山ア(健康)の道ドイツ健康ウォーキング
- 14日(月/祝) 携帯もつながらないヒバの森で静りの森林ウォーク
- 14日(月/祝) 感覚の扉を開き十和田湖をカヤックで散策
- 19日(土) 種差海岸天然芝生地で潮風ヨガと朝食
- 22日(火/祝) アケの森森馬体験&Dayグランピング
- 26日(土) 感覚の扉を開き十和田湖をカヤックで散策
- 26日(土) 北の七(山)散策
- 26日(土) DAZAI健康トレイル眺望山コース
- 26日(土) 青森港タラシテラピー・ボードウォーキング

11月

- 2日(土) DAZAI健康トレイル青森森バの神木コース
- 6日(水) ボードゲーム(アチーバス)でコミュニケーションカUP
- 7日(木) やりがいと幸福度をUPするポジティブ心理学
- 9日(土)~10日(日) 下北美アツハイスクール
- 23日(土) 種差海岸でトレッキングと漁師ランチ
- 24日(日) 寒い冬をHOTに過ごす おうちですぐに実践できる薬膳講座
- 30日(土) 種差海岸で冬のグランピング

12月

- 7日(土) DAZAI癒しの音楽教室
- 15日(日) 寒い冬をHOTに過ごす おうちですぐに実践できる薬膳講座

1月

- 17日(金) やりがいと幸福度をUPするポジティブ心理学
- 25日(土) 腸から整えて心も体もHappyに 発酵美人ワンプレートレッスン

2月

- 2日(日) 腸から整えて心も体もHappyに 発酵美人ワンプレートレッスン
- 8日(土) スノーシューで行くDAZAI健康トレイル
- 9日(日) 浅虫温泉スノーシュー体験
- 15日(土) 極寒のたば風ウォークとほっこりな寄り
- 22日(土) 海苔スノーシューハイキング
- 23日(日)~24日(月/祝) 奥薬研でスノーシューウォーク&下風呂デトックス

津軽海峡を周遊するマグロのように
輝くように、踊るように、跳ねるように
徹底的に元気になる!



■津軽海峡圏ウェルネス博プログラム全体に対するお問い合わせ
一般社団法人 かなぎ元気村 TEL:0173-52-2882 okutsugaru-trail@kanagi-gc.net

■津軽海峡圏ウェルネス博の企画に関するお問い合わせ
津軽海峡交流圏ラムダ作戦会議産業振興チーム事務局(青森県企画政策部交通政策課内) TEL:017-734-9152(直通)

http://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kikaku/kotsu/ramudasakusenkaigi_sangyou.html
facebookページ 『津軽海峡圏ウェルネス博』で検索!



津軽海峡圏

令和健康元年 **ウ** **ェ** **ル** **ネ** **ス** **博**

2019年10月~2月まで

「津軽海峡圏をマグロろう!」
津軽海峡の魅力を感じながら、心身をリセットして
再スタートできるリトリートプログラムをラインナップした体験型博覧会



津軽海峡交流圏ラムダ作戦会議産業振興チームでは、青森県の短命県返上!をサポートし、道南エリアにもRETREATプログラムの輪を広げ次の時代を生きるみなさんとともに新たなヘルスケアビジネスを生み出す津軽海峡圏ウェルネス博を開催します。

キックオフセミナー

日時: 2019年10月7日(月)
開場17:30 開演18:00~20:00

会場: あomorいスタートアッセンダー(青森商工会議所)
参加費: 無料
定員: 80名
申込方法: (一社)かなぎ元気村へ
電話またはe-mailでお申込みください。
0173-52-2882
okutsugaru-trail@kanagi-gc.net

トークセッション
「キーワードはRETREAT!なぜ、短命?!」
津軽海峡圏はリトリートできる最適地!」
圏内を代表する論客がRETREATできる我がまちを熱く語る!
進行役: 山内史子氏 紀行作家
論客1: 島康子氏 Yプロジェクト(株) 代表
論客2: 町田直子氏 (株)ACプロモート 代表
論客3: 伊藤一弘氏 (一社)かなぎ元気村 代表
論客4: 室谷元男氏 江差いしえ資源研究会 会長
締め役: 大西達也氏 (一財)日本経済研究所 常務理事
※各地域のRETREATプログラム紹介

主催: 津軽海峡交流圏ラムダ作戦会議産業振興チーム 入
津軽海峡交流圏ラムダ作戦会議とは青森県と道南地域とを一つの圏域とする津軽海峡交流圏の形成に向けた入(ラムダ)プロジェクトを推進するエンジン役となる会議