

森林サービス産業 推進地域



京都駅から電車で30分

歴史文化の街・京都で
東洋医学的な健康価値を体験する

京都府南丹市

森林を活用した「養生プログラム」を
健康経営や従業員のエンゲージメント
UPに活用しませんか？



森の京都 養生プログラムとは

- 東洋医学の健康觀「養生」とは
 - ・「命を正しく養うこと」
 - ・「美しく楽しく生きる」
- 「養生」のコンセプト：季節に応じた生活 / 伝統習慣を大切にした生活
- 京都府南丹市が目指す「養生プログラム」
 - ・ 経験 + 科学的エビデンスに基づく健康「ICT管理によるビックデータ化」
 - ・ 健康 + 幸福感・ワークエンゲージメント (well-being) をUPさせる
 - ・ 森林と街を巻き込み地域経済を活性化する「社会的処方」

経験から培われた伝統習慣「養生」

森の中で自身を見つめ直し、
ワークエンゲージメントを向上する

科学的根拠に基づく
新しい健康価値の育成



森の京都 養生プログラムの特徴

地域企業×大学×地域のトランスフォーメーションで企業の健康経営をサポート



森林を活用して地域経済を活性化する：YOJYO24

独自のアプリを活用して観光客をトレアージし、
森林を活用して従業員のワークエンゲージメントを高める

鍼灸師を活用した森林健康管理モデル



独自の「やる気スコア」でトレアージする 鍼灸師が安心安全に住民や観光客の健康を管理する



24の養生 CONTENTS

我々は、ストレス社会。多くのみなさまが心配事にもう少し余裕をもつて過ごしてもらいたい。そのため24回実施し、それを学んでおられた内容。森林の健康をより豊かにするため、より健康的な生活を送るために必要な知識を学ぶことができます。

森林の健康をより豊かにするため、多忙な仕事

生活に適応して生活習慣が変わっている人、自分自身

が何よりも大切だといふ人のために。

これまでの知識を活用して、より豊かな森林の健康を

より豊かな社会をつくるための知識を身につけてもらいたい。

このたびは、豊かな文化の中で、豊かな取り組み、自分

での豊かな健康を実現する能力をもつ、健康的な社会をつ

いていくためアカデミックな、「二十世紀塾」に

をぞん、24回ご用意いたしました。

"WE ARE EXPARTS."



世界もお手本にする南丹市の取り組み！



Associazione
FORESTA MODELLO
delle MONTAGNE FIORENTINE ETS

2025年3月イタリアで開催される国際モデルフォレスト協会の
国際ワークショップに南丹市の取り組みが取り上げられました