

Charm of the wellness overflows in Japan.

# 日本にはウェルネスの魅力が溢れている♪

「長寿」と「豊かな時間」のための「機能的価値と精神的価値」「先端と伝統」が共存

感動  
気づき  
稀少  
な体験

個別  
最適化

主役は  
生活者

「ウェルネスとは

健康美容  
医療

安全都市  
機能・アク  
セス・正確

もの  
づくり

現代人が創り上げてきた

●健康長寿への科学・技術～  
睡眠、栄養、運動、メンタルケア

アート・  
アクティ  
ビティ

公衆衛  
生・清潔・  
水

いきがい  
つながり

エビデンス  
科学技術・  
AI

長寿

現代人が忘れかけている

●「自然」「歴史・伝統文化」  
地域の「豊かさ」(精神的価値)

街並み  
住空間

養生  
先人の知  
恵

おもて  
なし  
気質・利他

豊かな  
時間

ローカル  
食材

暮らし・  
行事・  
祭り

歴史・伝統  
文化/和  
食・入浴

四季・自然  
森林・水・  
温泉

森・里・  
川・海・  
空・生物

自然環境の中で  
五感に働きかける時を感じる体験

地域を深掘りし  
地域の「誇り」を大切に

「ウェルネスは100人に100通りある」  
だから、高付加価値をつくれる！

2025/2/10

©2022. atsushi.ebuchi



j-wellness