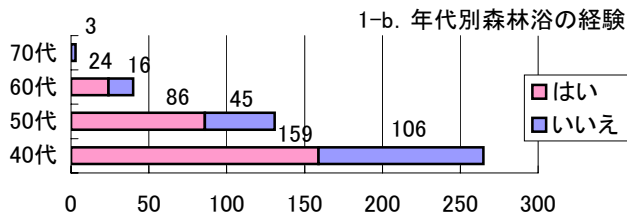
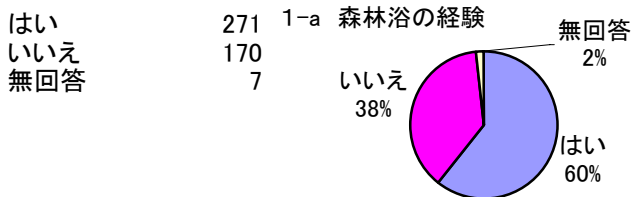


AMC101 6月「森林浴」に関するアンケート集計と分析

応募総数	448
男性	266
女性	181

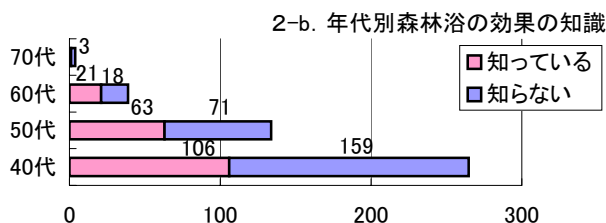
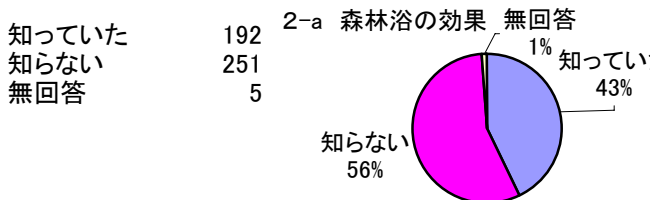
	男性	女性	合計
40代	160	109	269
50代	75	60	135
60代	29	11	40
70代	2	1	3

Q1. 森林浴をしたことがありますか？



世代を問わず、森林浴の経験のある人は多い。「森林浴」自体は、決してマイナーなものではないことがわか

Q2. 森林浴に、抗がんタンパク質を増加させる、最高血圧を低下させる、脳の活動を沈静化させる、という効果があるのを知っていましたか？



全体で見ると森林浴の効果は知らない人の方が多いが、60歳以上になると、知っている人の割合が高くなる。健康への関心の高まりに比例しているのかもしれない。

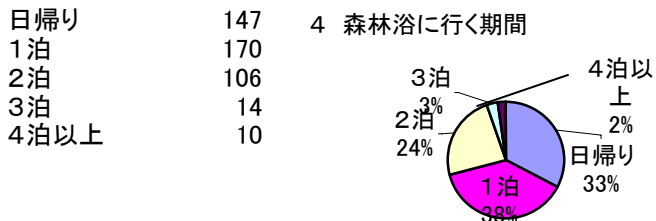
Q3. 今年4月、林野庁が全国10箇所の森林を、森林浴による心身の癒し効果が高く、森林の状況がよいとして「森林セラピー基地・セラピーロード」に認定しました。知っているところにチェックを入れてください。(複数回答可)

早坂高原(岩手県岩泉町)	38
温身平(山形県小国町)	20
赤沢自然林養林(長野県上松町)	63
心のふるさと(長野県飯山市)	45
癒しの森(長野県信濃町)	96
信州大芝高原(長野県箕輪村)	33
癒しの森(長野県佐久市)	64
東大寺再建のふるさと(山口県山口市)	27
天狗高原自然休養村(高知県津野町)	19
自然の恵みが人を呼ぶ村(宮崎県日之影町)	36

全体的に、認知度が高いとは言えない。10箇所全てを知っていた人は1名だけで、10箇所のうち1つも知らなかった人は185名と、全体の4割を超えた。Q2. で森林浴の効果を知っている、と答えた人でも、42名(知っていると答えた人の22%)が1箇所も知らなかった。

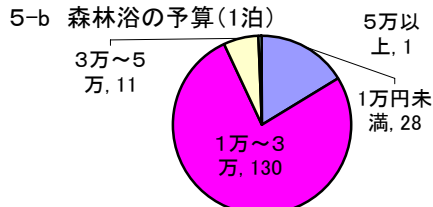
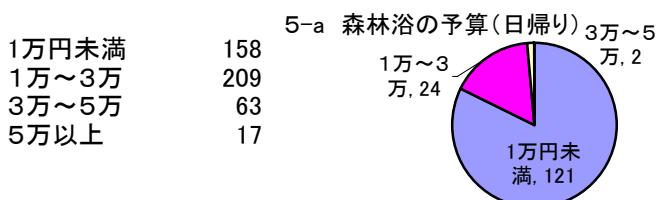
一番認知度が高かったのは、信濃町の癒しの森。他は知らないがここだけ知っているという人が41名もいた。

Q4. 森林浴に出かけるとしたら、どれくらいの期間で行きたいですか？

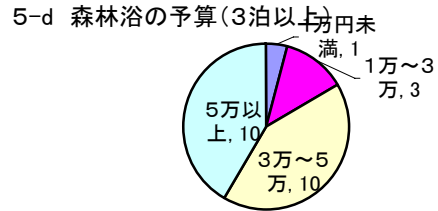
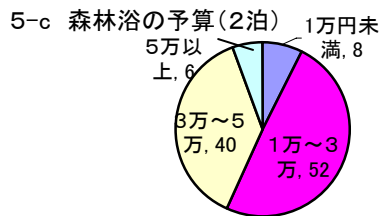


1泊という回答が最も多く、日帰りと1泊で全体の7割を超える。3泊以上腰をすえて森林浴をしたい、という希望は全体の5%にとどまった。

Q5. 森林浴に出かけるとしたら、どれくらいまで予算をかけられますか？(交通費滞在費含む)

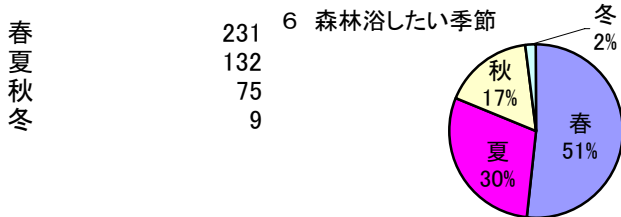


AMC101 6月「森林浴」に関するアンケート集計と分析



日帰りでの予算は1万円以内、1泊であれば3万円以内、2泊だと5万円以内、という予算が見えてくる。ただし、全体の8割は予算を3万円以下と考えている。3万以上かけての森林浴を計画する人は限られている、といえる。

Q6. 森林浴に出かけるとしたら、どの季節に行きたいですか？



人気の季節はやはり春。新緑の季節に森の中を歩きたい、という意図がうかがえる。気候のよい秋よりも夏のほうが人気なのは、森林浴のできる場所が比較的涼しいところであることから避暑をかねての回答であることと、秋は緑が少ないイメージがあるからかと思われる。

Q7. 森林浴をする場所を選ぶときに、どんなことを重視しますか？(複数回答可)

	全体	40代		50代		60代		70代	
		男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
森林のよさ	304	108	78	51	45	18	9	1	1
森林メディカルトレーナーがいる	55	18	17	7	7	3	2	1	0
滞在先の食事	163	50	45	31	24	9	3	0	1
家からの距離	222	75	62	36	27	12	7	1	1
かかる費用	219	76	57	41	31	7	4	0	1
近くに温泉がある	262	92	66	43	40	13	5	0	1
近くに観光地がある	60	17	20	11	6	5	0	0	1
近くにゴルフ場がある	7	2	0	1	3	0	1	0	0
口コミ・評判	51	15	18	4	11	1	2	0	0

その他: 歩きやすさ、平坦地かどうか、安全性交通の便、花粉症のない時期

選ぶポイントはやはり「森林自体のよさ」。そして、「温泉」「家からの距離」「費用」と続く。森林浴するのならやはり森林自体のよさはもちろんだが、歩いたあとに「温泉」に入れて、気軽に手軽に行けるところがいい。そして宿泊するなら「滞在先の食事」がよければ満足、という嗜好が見えてくる。

口コミ・評判を重視する人は意外と少なかった。まだ森林浴の口コミ情報自体が少ないから、というのものもあるかもしれない。

アンケート全体を通してみると、森林浴は、リフレッシュの要素が強く、健康への効果を意識して森林浴を行いたい、というニーズはまだ少ないことがわかる。