



ウェルネスかごしま  
Wellness of Japan

CONCEPT

## 「鹿児島県のウェルネス」とは？

本県は、温暖な気候、豊かな自然、豊富な温泉資源など、世界に通用する「健康・癒やし・長寿」に役立つ地域資源（鹿児島県のウェルネス）に恵まれています。

世界的規模で健康志向が高まる中、「鹿児島県のウェルネス」は、みなさんの「健康・癒やし・長寿」に役立つとともに、様々な交流を促進する原動力となる可能性があります。

LOGOMARK CONCEPT

### 「鹿児島県のウェルネス」ロゴマーク

●国内向け



ウェルネスかごしま  
Wellness of Japan

●外国向け



Wellness of Japan  
KAGOSHIMA

上部3人（県民の姿を表現）のシルエットは、それぞれ「健康・癒やし・長寿」を意味し、「WELLNESS」の「W」とKAGOSHIMAの「K」を組み合わせています。

下部には鹿児島県のシンボル「桜島」と「錦江湾」をシンプルにデザイン。オレンジカラーは安心・安全な「食」を、ブルーカラーは、トレッキングやマリンスポーツ等の健康づくりに適した環境を、グリーンカラーは、豊かな自然、美しい景観、豊富な温泉資源を表現しています。



特集

あなたの  
心と体が目覚める  
ウェルネス  
かごしま

壮大で美しい自然からエネルギーを感じたい。  
 四季折々のおいしい食材を味わいたい。  
 温泉で日々の疲れを癒したい。  
 自然の中のアクティビティで身も心も健康になりたい。  
 特色ある文化・歴史に触れ、鹿児島固有のスピリットを感じたい……などなど。  
 鹿児島は、そんなあなたを満たしてくれる「ウェルネス」であふれています。  
 今だからこそ、鹿児島県の魅力を再発見し、「鹿児島県のウェルネス」であなたの心と体を目覚めさせてみませんか。



マングローブカヌー（奄美大島）



千本イチョウ（垂水市）



雄川の滝（南大隅町）



奄美の鶏飯



天然砂むし温泉（指宿市）



本格焼酎・とんこつ



薩摩焼



食 FOOD



**「開聞唐船峡」**  
我が家の夏の恒例行事は唐船峡へ家族でランチに行くこと。7月7日の七夕は素麺を食べる風習があるようです。テーブル席は涼しく飲み水は湧き水。  
(指宿市:イチゴショートケーキのイチゴは最後にさん)



**「与論島の長寿料理」**  
昔琉球から伝わった100種類以上の薬草を活用する知恵があります。島に住む山悦子さんは、40年以上かけて島に伝わる活用法を研究し、島の方々に料理教室を行ってきました。  
(与論町:のぶちんさん)



**「鳥刺し」**  
鹿児島のグルメといえば鳥刺し！新鮮な鳥刺しは元気の源です。おいしく食べられる鹿児島の精肉店に感謝です!!  
(指宿市:凧さん)

健康 HEALTH



**「ビーチヨガ」**  
初めて重富海岸に行きました。松林のある重富海岸は、とても涼しく、景色も最高、ヨガをするには最適な場所でした。たくさんの方がそれぞれの時間を過ごしていました。  
(垂水市:ほんぬさん)

歴史・文化 HISTORY / CULTURE



**「鹿屋・荒平天神」**  
なんか憂鬱だなー、気分が晴れないなーというときに垂水に住む私はここに行きます。荒平天神は私にとってのパワースポットです。  
(垂水市:ほんぬさん)



**「田の神さあ」**  
鹿児島の田んぼのあぜ道には豊作を願う田の神さあがいます。表情や格好も違います。田の神さあを探しながら散歩するのも鹿児島のウェルネスといえます。  
(鹿児島市:凧さん)

エピソード Episodes

その他の作品はSNSで公開中です。ぜひチェックしてみてください！



食 FOOD

鹿児島の食は私の大切な一部です。  
**きびなごフライ** 母がよく作ってくれました。二度揚げしたきびなごにしょうゆとゴマをまぶしたものです。揚げたてはもちろん、高校生の頃は弁当にも入れてくれました。冷めても美味しい、大好きなおかずでした。今も帰省の度に「作って〜!」とねだっています。  
(福岡県北九州市:ベコちゃんママさん)

歴史・文化 HISTORY / CULTURE

**高山の流鏑馬**です。  
男の子が装束を身にまとい、馬にまたがり、弓を射る。緊張感半端ない中、頑張る男の子。感動的でした。  
多くの方に観て欲しいお祭りです。  
(始良市:岸良の浜さん)

My wellness

わたしのウェルネス

県民をはじめ多くの方が「鹿児島のウェルネス」について身近に考え、理解を深めていただけるきっかけになるよう、「わたしのウェルネス」として鹿児島のイイコト、イイモノ、イイトコロを暮らしに取り入れたシーン、エピソード等を昨年募集しました。  
お寄せいただいた作品の中からその一部をご紹介します。

写真 Photographs

自然・景観 NATURE / LANDSCAPE



**「パノラマパーク西原台」**  
ドライブで訪れてみました。たどり着くまでの道のりはなかなか険しかったのですが、頂上に着いてからの景色は圧巻でした！きっとずっと忘れません。一度行く価値があると思います。  
(鹿児島市:ゆうちゃんさん)



**「錦江湾公園の秋のかわり」**  
子供ができ、鹿児島の自然をたくさん見せたくて公園によく出かけるようになりました。錦江湾公園にキバナコスモスが鮮やかに咲き、早くも秋を感じることができました。  
(鹿児島市:韓賢淑さん)



**「種子島旅行」**  
家族で種子島旅行に行きました。とびきりおしゃれな写真が撮影できるのがここ、千座の岩屋です。一番下が高地的ない種子島では珍しい滝「男淵・女淵の滝」です。  
(鹿児島市:アブラカダブラさん)

温泉 SPA



**「癒やしの露天風呂」**  
日本屈指の温泉王国、鹿児島県。豊かな自然環境の中、湯の花咲く露天風呂で日々の疲れを癒やしてみたいかたは？  
※撮影場所:霧島市旅行人山荘  
(鹿児島市:@takashi\_masunagaさん)



**「西郷どん、癒しの湯」**  
西郷どんが好んで浴槽の隅っこに入ったという共同湯。川内高城温泉は、鹿児島県最古とされる温泉で日本の名湯百選にも選ばれた源泉掛け流しのトトロ口とした肌触りの名泉。  
(鹿児島市:@takashi\_masunagaさん)



**「霧島市の関平温泉」**  
霧島山麓の自然に湧出する温泉で古くから湯治場として利用されてきました。温泉の近くには「関平鉱泉所」があり、小さな頃から一緒に「箱の温泉水」を買って行った記憶があります。  
(霧島市:侏儒どんさん)



## 島暮らしの幸せにふれる in 奄美大島

### モデルコース

#### Day 1

- 奄美空港
- ▼車で約10分
- 1 田中一村記念美術館
- ▼車で約15分
- 2 けいはん ひさ倉
- ▼車で約50分
- 3 国直集落まるごと体験
- ▼車で約30分
- 奄美市街地(名瀬エリア)・宿泊

#### Day 2

- 4 タラソ奄美の竜宮
- ▼車で約45分
- 5 ラフォンテ
- ▼車で約15分
- 奄美空港



### 1 田中一村記念美術館



写真提供:公益社団法人鹿児島県観光連盟

奄美に魅せられた孤高の画家・田中一村の作品を展示。関東から奄美へ移り住んだ一村の生涯をたどるよう鑑賞できる。

住/奄美市笠利町節田1834  
☎0997-55-2635

### 2 けいはん ひさ倉



郷土料理「鶏飯」が食べられるお店。自家養鶏場で放し飼いの新鮮な地鶏を使用。スープはあっさりしながらも滋味あふれる。

住/龍郷町屋入516  
☎0997-62-2988

### 3 国直集落まるごと体験



写真提供:公益社団法人鹿児島県観光連盟

約120人が暮らす国直集落。「ブラ歩きツアー(30分〜)」では、青い海と白い砂浜、フクギ並木など、ここならではの風景に出会える。「夕焼けビールツアー」で島人とディープな交流を。

住/大和村国直85-1  
☎0997-57-2828  
(特定非営利活動法人TAMASU)

### 4 タラソ奄美の竜宮



海水や海藻、潮風など、あらゆる海の資源で心身を癒やすタラソセラピー(海洋療法)を体験できる。

住/奄美市名瀬大字小宿716  
☎0997-55-6211

### 5 ラフォンテ



農園直営のジェラート店。香料や着色料を加えずに、素材の味を活かした島ジェラートが味わえる。

住/龍郷町赤尾木1325-3  
☎0997-62-3935



写真で  
ウェルネス  
かごしまの  
旅を  
疑似体験!

## 壮大な自然にパワーをもらう in 徳之島

### モデルコース

#### Day 1

- 徳之島空港
- ▼車で約15分
- 1 犬の門蓋
- ▼車で約35分
- 2 犬田布岬
- 徳之島内・宿泊
- 3 ナイトツアー
- NPO法人 徳之島虹の会

#### Day 2

- 4 ジビエカフェとうぐら
- ▼車で約15分
- 5 ムシロ瀬
- ▼車で約15分
- 徳之島空港



### 1 犬の門蓋



写真提供:公益社団法人鹿児島県観光連盟

東シナ海に面したこの海岸一帯は、隆起サンゴ礁が長年にわたる浸食によりできた奇岩や断崖が点在する。通称「めがね岩」と言われる奇岩や断崖、洞窟、ビーチロックなど変化に富んだ景観は見事なもの。

住/天城町兼久  
☎0997-85-5382  
(天城町商工水産観光課)

### 2 犬田布岬



奄美十景の一つで、徳之島の南西部に三角形に突き出した琉球石灰岩の海蝕崖の岬。戦艦大和を旗艦とする特攻艦隊戦没将士の慰霊塔がシルエットになり、陽が水平線に沈む。

住/伊仙町犬田布  
☎0997-86-3111  
(伊仙町きゅらまち観光課)

### 5 ムシロ瀬



写真提供:公益社団法人鹿児島県観光連盟

南国には珍しい花崗岩の海岸線。ムシロを敷き詰めたような巨岩が連なっており壮大な景観。北風が吹きつけるので、冬場は特に豪快なしぶきが上がり、普段とはまた違った姿を見ることが出来る。また、外海に面しているため回遊魚の釣り場としても定着。

住/天城町与名間字大石クジン1-3  
☎0997-85-5382  
(天城町商工水産観光課)

### 4 ジビエカフェとうぐら



集落全体が国立公園内にある金見集落のあまちゃん(お母さん)が運営するイノシシ料理の専門店。地元で採れた野菜や海藻をたっぷり使った定食を味わえる。

住/徳之島町金見474  
☎0997-84-9911

### 3 ナイトツアー



徳之島には絶滅危惧種や環境省のレッドリストに指定されている希少な動植物が数多く生息している。運が良ければ、アマミノクロウサギに会えるかも。(2時間~4時間[要予約])

住/伊仙町大字伊仙2324-1  
☎0997-86-3575  
(NPO法人徳之島虹の会)

## 「ワーケーション」って知ってる?

ワーケーションとは、「Work(仕事)」と「Vacation(休暇)」を組み合わせた造語で、休暇中に旅先などで仕事をするという新しい働き方のことです。社員の休暇取得促進や生産性向上にもつながることなどから、近年導入する企業が増えつつあります。

本県は、「健康・癒やし・長寿」に役立つ地域資源に溢れており、休暇を過ごす環境に適していることから、今後「鹿児島島のウェルネス」を活用した鹿児島県ならではのワーケーションを推進していきます。

