

**Visit Finland、7月20日(火)に#HappywithFinns
Instagram・ライブ配信を開催！
～一緒に「トナカイ・ヨガ」に参加して、
フィンランドの幸せや暮らしについて「ハピネス・ガイド」に聞いてみよう～**



Photo Credit: Riku Niemi & Visit Finland

フィンランドは、4年連続世界で一番幸せな国に選ばれました。そこで Visit Finland (フィンランド政府観光局) は、幸せの秘密を紹介するキャンペーン「#HappywithFinns」を2021年6月に実施しました。このキャンペーンではヘルシンキ、湖水地方、群島、ラップランドの4つの地域を巡り、フィンランドへの旅行に行ったときにすべきこと、まだ知られていない見所、おすすめの宿泊施設などをご紹介します。今でもこの内容は、Visit Finland のHP やソーシャルメディアでご覧いただけます。

今回 Visit Finland は、7月20日(火)に、日本の方限定のスペシャルInstagram・ライブを開催することになりました。本ライブ配信では、#HappywithFinns で紹介されたアクティビティのひとつ、「トナカイ・ヨガ」を実際にライブ配信いたします。トナカイ・ヨガとは、文字通りトナカイと一緒にヨガをするアクティビティです。トナカイ・ヨガはフィンランドのラップランド地方ルカ・クーサモにある Kujala トナカイ牧場 (Kujala reindeer farm) で行われています。Kujala トナカイ牧場は自然にあふれており、まるで周りのトナカイの群れが壁で、空は屋根のようです。周りの自然とその音、トナカイの穏やかな動きとトナカイの鈴の音が、今という時間に心を集中させてくれます。このアクティビティはフィンランドで実際に体験することができます。飼育係がトナカイに囲まれた農場の中心部まで案内してくれ、そこでトナカイの皮で作られたヨガマットを使って1時間半のトナカイヨガを体験するコースです。<https://www.kujalareindeerfarm.com/adventures>

トナカイヨガのインストラクターをしているピリッタさんはこのように述べています。

「トナカイヨガは、大自然とヨガの利点を融合させたものです。ヨガスタジオであるフィンランドの大自然と周囲にいる落ち着いたトナカイから、いかにして自然の中に没頭し、自然とのつながりを見出すのか学ぶのです。」

インスタグラム・ライブには、フィンランドの幸せについてガイドをする「ハピネス・ガイド」のユホさんも参加します。ライブ配信では、トナカイ・ヨガを行った後に、フィンランドの幸せと生き方について、ユホさんがトナカイ飼いのユハさんと、焚き火を囲みコーヒーを飲みながらお話しします。是非、ライブ配信を視聴して、おうちで一緒にトナカイ・ヨガを行ってみてください。また、日本語通訳も同席しますので、トナカイについてやフィンランド文化、フィンランドの幸せ、サウナについてなど、何でも質問してみてください。（ハピネス・ガイドのユホさんは日本語も話せます！）

“HappywithFinns”日本スペシャル インスタグラム・ライブ

■日時：7月20日（火）20:00～21:00

■ライブは以下のアカウントより配信されます：

<https://www.instagram.com/visitfinlandjapan/> @visitfinlandjapan

■ライブ配信に向けての準備：ゆったりとした部屋着を着て、マットを用意してください。

ぜひ@visitfinlandjapan #happywithfinns のタグをつけて、ライブ配信での体験や感想を SNS で教えてください。



Juho Juutilainen, Happiness Guide

ハピネスガイドのユホはメディア関連の起業家であり、大麦のパートタイム農家でもあります。多様な日常生活、優れた自己認識、豊かな人間関係は、彼がストレスに対処するのに役立っています。ユホは、静寂に包まれた自然の中のテントサウナの温かさでリラックスすることが好きです。また、妻と一緒に海でカヌーを漕ぎ、美しいフィンランド群島の島々でキャンプをするのも大好きです。冬には、サウナと氷穴への飛び込みのコンボを楽しんでいます。日本語も流暢です！

日本でフィンランドの雰囲気を感じたいときには、ぜひフィンランド大使館（東京）内の Home of Finland に訪れてみてください。見学ツアーを随時行っています。*事前予約が必須です。詳しくは下記をご覧ください。

<https://www.facebook.com/homeoffinland/>

https://www.lyyti.fi/reg/Guided_Tour_of_the_Metsa_Pavilion

#HappywithFinns キャンペーン

*2021年6月に実施したのですが、下記よりコンテンツはご覧いただけます。

HP：<https://www.visitfinland.com/ja/kiji/happy-with-finns>

Instagram：<https://www.instagram.com/visitfinlandjapan/>

@visitfinlandjapan



Visit Finland (フィンランド政府観光局)について

旅行先としてのフィンランドブランドを発展させ、海外旅行者にフィンランドをプロモーションし、旅行業界の企業のグローバル化を支援しています。旅行先や地域、旅行産業ビジネス、その他の輸出関連企業および大使館と協力しています。Visit Finland は Business Finland のグループ機関です。

<https://www.visitfinland.com/>

Business Finland (ビジネス・フィンランド) について

フィンランドの政府機関で、イノベーションへの資金提供や貿易、旅行・投資促進を行っています。世界各地の40のオフィスとフィンランド国内の16の地域のオフィスで、600人の専門家たちが働いています。ビジネス・フィンランドは、チーム・フィンランドのネットワークの一部です。 <https://www.businessfinland.com>