

世界で最も幸せな国、フィンランド 訪れるべき5つの理由をVisit Finlandが紹介 ～フィンランドで41個目の国立公園としてサツラが新たに認定！～

Visit Finland (フィンランド政府観光局) は、EU諸国で最も人口密度が低く、世界で最も幸福な国に4年連続で選出されたフィンランドに訪れるべき5つの理由を紹介します。また、そのうちの1つ、サツラが新たに国立公園として認定されたことを発表します。インスピレーションと休息を大自然の中で得ることができ、森林の占める割合がヨーロッパで最も高いこの国では、サウナを気軽に楽しみ、世界で最もきれいな空気を吸いながら41ある国立公園でハイキングをすることができます。さらには白夜の下でサイクリング、世界クラスのアートやデザイン展、気ままな島めぐりを楽しむことができます。

1) [Salla \(サツラ\) 新国立公園](#)で自分と向き合う



サツラ国立公園 (クレジット: Harri Tarvainen)

不安や後ろ向きな気持ちの軽減、抗酸化物質やエンドルフィンの増加など、自然の中で過ごすことのメリットは数え切れないほどあるといわれています。フィンランドでは、全国に41ある[国立公園](#)において、安全に大自然を体験することができます。国立公園に新しく認定された[サツラ](#)は、ラップランド南東部に位置し、ヨーロッパ最後の原生地のひとつです。

フィンランドとロシアの国境沿いの他の保護区と隣接し、ロシアの国立公園との生態学的なつながりを向上させています。フィンランドで41番目に認定されたサツラ国立公園は、原生林、エスカー、渓谷の中で素晴らしい時間と持続可能な観光を体験できます。

2) [Åland islands](#) (オーランド諸島) の自治領 100 周年を楽しむ



オーランド諸島のグルメ (クレジット: Tiina Tahvanainen)

マリエハム (Mariehamn) ののどかな町の生活、コーカル (Kökar) 諸島の穏やかな美しさ、ハブスヴィデン (Havsvidden) での贅沢なレクリエーション、スウェーデンやフィンランドなどの食文化の影響を受けた数々の料理など、100 周年を迎えるオーランド諸島自治領を様々な角度から体験することができます。

冒険的な島めぐりから、ボート、釣り、ゴルフ、誰にも遭遇せず一日カヌーやカヤックなど、様々なアクティビティを楽しめる観光地です。島から島への移動は、橋やフェリーを利用すれば容易にでき、アーバンサイクリングでは、新しい場所を発見することができます。また、地元で生産された素材を使った本格的な料理が楽しめるレストランやバーでは、乳製品やジュース、ボンボン菓子など、オーランドの美食が集まっています。

3) デザインの中心地、ヘルシンキで多様なフィンランドのデザインを味わう



ヘルシンキにあるユニークな建築物 (クレジット: Visit Helsinki)

フィンランド全土でデザインは大事にされていますが、他のどの都市よりも関係が深いのがヘルシンキです。2012年の世界デザイン首都に選ばれたヘルシンキでは、デザインは街の中核として恒久的な立場です。過去数年間に建てられた建築物は、国際的なデザイン都市としての役割を強化し、デザインを社会的な関心事としました。

4) 白夜のサイクリング、[Saimaa Cycle Tour 2022](#) (サイマー・サイクルツアー2022)



サイマー・サイクルツアー (クレジット : Santeri Enstedt)

フィンランド人にとって自転車は日常の一部であり、多くの人は自転車が大好きです。サイクリングは楽しいだけでなく、田園地帯で目的地を見るための持続可能な移動方法です。ヨーロッパ最大の湖水地方の中心に位置するサイマーは、あらゆる種類のアクティビティに最適な場所で、ヨーロッパで最も権威のあるサイクリングイベントの一つであるサイマー・サイクルツアーはそのひとつに過ぎません。サイクリングの後、ヨーロッパ最大級の湖のほとりで薪サウナに入り、サイマー湖で泳ぐという世界唯一の経験が最高のリラックスタイムとなります。宿泊施設が多数ある中で、フィンランド流にサマーコテージを借りることをおすすめします。

5) 各地にあるフィンランド式サウナで汗を流してリラックス



タンペレにある氷のサウナ (クレジット : Laura Vanzo)



サウナはフィンランド人にとって幸福の殿堂です。リラックスし、休息し、健康を大切にし、交流するには最適の場所です。公共サウナブームが国を席卷し、サウナは文字通りいたるところで見かけることができるようになりました。[世界サウナの首都タンペレ](#)には43以上の公共サウナがあります。

2020年にユネスコ人類の無形文化遺産の代表一覧に登録されたフィンランド式サウナは、人口550万人の国に高層ビルの屋上から静寂な個人所有の島にまで全国330万以上あり、心休まるサウナの習慣がいかに大事かを表しています。フィンランドは国土の約75%が森林で覆われ、188,000以上の湖があるため、サウナ入浴は湖畔やバルト海で行うのが最も本格的な方法と言えるでしょう。公共サウナへの関心が常に高まっているため、今では様々な選択肢から選ぶことができるようになりました。

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/>