

**Visit Finland、世界で最も幸せな国フィンランドの
幸せの秘密を紹介するキャンペーン、「#HappywithFinns」を実施！**
～6月14日（月）～27日（金）の期間中、
フィンランドの幸福な夏と一緒に満喫しましょう～



Photo Credit: Riku Niemi & Visit Finland



サウリ

フィンランド政府観光局(以下、Visit Finland)は、世界で最も幸せな国、フィンランドの幸せの秘密を紹介するキャンペーン「#HappywithFinns」を2021年6月14日（月）から6月27日（日）の期間中に実施いたします。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。本キャンペーンは、首都ヘルシンキから北部のラップランドまで、幸せを感じる旅に出るフィンランド人「サウリ」の旅の様子をSNSやウェブサイトを通して発信することで、フィンランド流の幸せと、うきうきするようなフィンランドの夏を世界にお届けするキャンペーンです。旅に出ることを夢見る間、次のフィンランド旅行のヒントになるかもしれません。期間中は、サウリが4日間でヘルシンキ、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。ヘルシンキと湖水地方のエピソードは6月14日、群島とラップランドのエピソードは6月21日にそれぞれリリース予定です。サウリと一緒にフィンランドの地域を巡りながら、まだ知られていないフィンランドの魅力存分に味わってみてください。「#HappywithFinns」は、6月14日（月）から6月27日（金）まで、下記公式HPや各種SNSでご覧いただけます。

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



Instagram : <https://www.instagram.com/visitfinlandjapan/> (@visitfinlandjapan)

Twitter : https://twitter.com/visitfinlandjp?ref_src=twsrc%5Egoogle%7Ctwcamp%5Eserp%7Ct%E3%80%80wgr%5Eauthor (@visitfinlandjp)

Facebook : <https://www.facebook.com/visitfinland.jp/> (@visitfinland.jp)

◆1日目 ヘルシンキ ～世界で一番幸せな街ヘルシンキ～

フィンランドのサステナブルな首都は、美しい島や素晴らしい緑に囲まれた活気あふれる海辺の街です。ヘルシンキでは、活気に満ちたフード、デザイン、建築、島々が楽しみ、街は美しくユニークなリズムを奏でています。ヘルシンキとその北欧文化は地元の人々が創り出したものです。サウリは世界一幸せな街ヘルシンキを自転車で巡り、都会と自然が融合する街の風景を楽しみ、近くの島ヴァッリサーリを訪れます。またアッラス・シー・プール (Allas Sea Pool) でフィンランド流のタンゴのレッスンも受けます。タンゴとは複数人で一緒に踊るイメージがありますが、フィンランドのタンゴは一人でリズムに乗ります。これは、フィンランドのダンス文化『ラバタンシ (lavatanssit)』と深い関係があり、人々はドレスアップしてオープンテラス付きのダンスホールに集まって踊ります。ダンスホールは、通常は湖のほとりや郊外のロマンチックな場所にありますが、夏にはヘルシンキなどの都市でも見られます。

◆2日目 湖水地方 ～サウナ巡りを楽しもう～

フィンランドには 188,000 以上の湖と約 180,000 の島々があり、その多くがヨーロッパ最大の湖水地方に位置しています。フィンランドの湖水地方では、穏やかで驚くほど美しい場所に森や尾根と交わる青い湖と緑の島、川や水路が何百キロにもわたって迷路を創り出しており、サウナを楽しむのに最もふさわしいとされるエリアです。動画内では、プロのサウナヒーラーであるシイリ (Siiri) が、天然成分を使ったサウナ・スキン・スクラブの作り方を紹介します。サウリは森の中のテントサウナに入り、シイリとプロのサウナガイドであるユハ (Juha) による魔法のようなトリートメントで至福のひと時を過ごします。

◆3日目 沿岸と群島地域 ～ムーミンに会える島～

フィンランド沿岸には、世界で一番島の多い群島があります。木造建築の旧市街、灯台、歴史あるマナーや石の教会、海と陸に広がる大きな国立公園が、フィンランドの沿岸地域の特徴です。フィンランドの夏至祭と群島の食を楽しみましょう。沿岸と群島地域では、トゥルクを訪れます。トゥルクはフィンランド最古の街で、4 万の島々の一つではムーミンに会うことができます。トゥルクでは、サウリが焚き火でフィンランドのタパス料理「サパス」を作り、フィンランドで一番大切な祝日の一つ、夏至祭に備えます。サウリは、フィンランド最古の都市であり、古都でもあるトゥルクに行き、4 万もある島のひとつで可愛いムーミンに出会えます。また、トゥルクでは、フィンランドで最も重要な祝祭日のひとつである夏至祭に向けて、直火を使ってサパスの準備をします。

◆4日目 北極圏ラップランド ～マウンテンバイクや川下り、トナカイヨガに挑戦しよう～

フィンランド最北の地域、ラップランドはコントラストに満ちた魅力ある場所です。実際、24 時間沈まない夏の太陽と暗い冬の日々のあるラップランドでは、コントラストがその魅力です。新しいことに挑戦してみましょう。ヨーロッパで最後に残ったありのままの大自然・ラップランドで、サウリはマウンテンバイクや川下りなど、さまざまなアウトドア活動に挑戦し、ピリッタ（Piritta）が、ルカ・クーサモ(Ruka-Kuusamo)でしかできない「トナカイヨガ」を教えてください。

「#Happy with Finns」に登場する、特別な宿泊施設 4 選

本キャンペーンに登場する特別な宿泊施設を 4 つご紹介します。

1. ヘルシンキのマリメッコ・ノラ・キャビン(Marimekko Nolla Cabin)で過ごす一夜



Photo Credit: Riku Niemi & Visit Finland

ヘルシンキのヴォオサーリの雄大な海辺の風景の中にあるマリメッコ・ノラ・キャビンは、ハイキング、近距離旅行など、都会の喧騒から離れて過ごす時間をテーマにしたマリメッコ 2020 年秋のコレクションのデザインで飾られています。価格は 200 ユーロからです。ホテル・ランタプイスト(Hotel Rantapuisto)のマリメッコ・ノラ・コテージでの滞在の際は、ランタプイストの海側の部屋の利用と、朝食が含まれます。<https://nollacabins.com/en/marimekko-nolla/>

2. トウルクの“監獄ホテル”

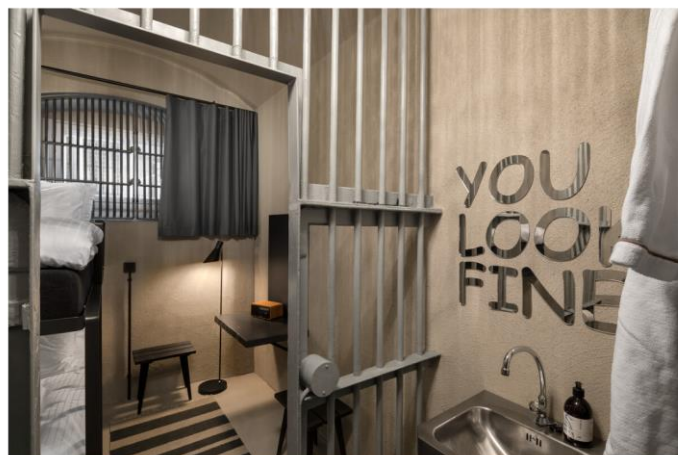


Photo Credit: Riku Niemi & Visit Finland

ホテル・カコラ(Hotel Kakola)は、トゥルクの悪名高いカコランマキの丘にある地元のプライベート・デザイナーズ・ホテルで、旧地方刑務所の敷地内に建てられています。旧刑務所で一晩を過ごすという、他ではできない体験をすることができます。独房には鉄格子のついた刑務所の窓、二段ベッド、冷水の出るシンク、そしてトイレがあります。シャワーは他の受刑者と一緒に使います。独房の料金は 1 泊 140 ユーロから。

<https://hotelkakola.fi/>

3. 広い空の下、湖畔で過ごすロマンチックな夜



Photo Credit: Riku Niemi & Visit Finland

タイヴァサラ (Taivasalla)は、タンペレの近くにある湖畔の農場で、夏の間、グランピングを楽しみながらで贅沢な時間を過ごすことができます。フィンランドの静かな田舎で美しい夏の夜を楽しみたいサイクリング客やカップルにお勧めです。宿泊料金は、一泊一名 150 ユーロ+朝食代 10 ユーロです。美しいガラスのテントは最大 2 名までご利用いただけます。料金にはリネン交換、湖畔でのサウナ 1 時間、地元ワイナリー Teiskon viini のスパークリングワイン 1 杯が含まれています。<https://www.niemikapee.fi/en>

4. 湖の波に揺られながら眠りにつく

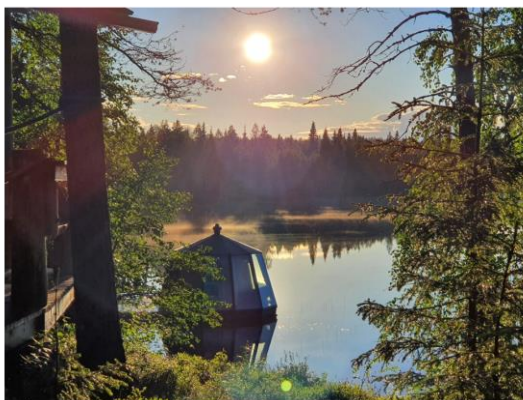


Photo Credit: Riku Niemi & Visit Finland

イソケンカイステンクルビの水上コテージは、ラップランドのルカ・クーサモにある湖面に浮かぶプライベートルームのような宿泊施設で、周囲の素晴らしい自然の美しさを堪能できる贅沢な場所です。夏は専用の栈橋で湖に浮かび、冬は凍った湖の上に立っています。価格は一泊 209 ユーロから。

<https://www.ikk.fi/en/wilderness-lodges/overwater-huts/>

「#Happy with Finns」に登場する幸せを感じるアクティビティ 5 選

本キャンペーンで登場する、フィンランド流の幸せを感じるアクティビティを 5 つ紹介します。

1. タンペレでサウナの瞑想

「サウナの首都」ともいわれるタンペレ。そこで行われる瞑想アクティビティは格別なものです。まずは聖なるものに足を踏み入れるためのサイレント・メディテーションから始まり、自然豊かなフィンランドの森を感じ、最後はリラクゼーションで締めくくります。サウナには自然の要素がすべて揃っており、火、水、土、空気は、さまざまな形で私たちの体にも存在します。これらの要素は、私たちをサウナのもつ聖なる力につなげてくれます。このつながりを、あなた自身の日々のサウナアクティビティや生活の中で活用する方法を学びます。サウナ・メディテーションは、タンペレ地方のご希望のサウナ、またはお客様のご希望のサウナで行うことができます。2 時間、1～2 名 390 ユーロ。 <https://www.saunakonkeli.com/the-sauna-meditation-ceremony>

2. トウルクでおいしいフード巡り



Photo Credit: Riku Niemi & Visit Finland

トウルクにあるアウラ川の、最高級の美味しさをすべて味わうことができるウォーキングツアーです。フードウォークカードを見ながらトウルクのレストラン文化の中心地に向かいましょう。アウラ川の川岸に沿ったルートには、トウルクで最もおいしい本物の味を提供する地元のレストランが立ち並びます。10 軒のレストランの中から好きな 5 軒を選んで、テイastingツアーをすることができます。このカードは、最初のレストランを訪れてから 3 日間有効

です。価格は 48 ユーロ。 <https://kissmyturku.com/turkus-tastiest-tour-food-walk>

3. ヘルシンキ群島での島巡り



Photo Credit: Julia Kivelä & Visit Finland

「JT-Line」では、ヘルシンキで最も人気のある島々を訪れる島巡り（アイランド・ホッピング）を 2 ルート提供しています。マーケット広場から水上バスに乗ると、最初の停留所はスオメンリンナ島の要塞です。ここでは、魅力的な歴史と、冒険心くすぐるトンネルを探索することができます。この島で一日を過ごすことも可能ですが、気持ちの良い小さな島「ロンナ島」で美味しいワッフルを食べずして一日を終えることはできません。ハカニエミのルートを選択した場合、最初の停留所は古くからレクリエーションの島として利用されてきた Vasikkasaari で、その後には 2021 年 9 月 26 日まで国際的なアートイベント「ヘルシンキ・ビエンナーレ」が開催されている Vallisaari に停まります。ハカニエミルートの日券は大人 10 ユーロ、子供（7～17 歳）5 ユーロ、マーケットスクエアルートは大人 8 ユーロ、子供 4 ユーロとなっています。 <https://www.jt-line.fi/eng/>

4. 世界最大の群島でムーミンに会う



Photo Credit: Riku Niemi & Visit Finland

ムーミンワールドは、フィンランドの南西部、トゥルクからわずか 20km のところにあるテーマパークです。ナンタリ

の旧市街からすぐのところにあるこの小さな美しい島に、ムーミン一家が住んでいます。ムーミンワールドは、トーベ・ヤンソンの愛すべき物語に基づいており、今夏は6月12日から8月22日までの夏季限定でオープンしています。おとぎ話の世界に入り込んで、ムーミンのキャラクターやその仲間たちに会い、ムーミンショーをお楽しみください。1デーチケットはオンラインチケットショップでは一人31ユーロ、現地購入の場合は35ユーロです。

5. 牧場でトナカイヨガをする



Photo Credit: Riku Niemi & Visit Finland

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。トナカイ牧場のヨガスタジオ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。まず、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します。価格は39ユーロです。<https://www.kujalareindeerfarm.com/adventures>

本キャンペーンでご紹介されるフィンランドの美容術やレシピのご紹介

◆プロのサウナヒーラー・シイリによるシュガーピーリング方法

<用意するもの>

- 季節のハーブ（タンポポ、ミント、ゴートウィードなど） 大さじ2
(地域の花を集めてもいいかどうか必ず確認して下さい。希少植物は使わないで下さい。)
- 砂糖 60g
- 植物油 大さじ 1~2 (キッチンで使用しているオイルを使用してください。例えば ヒマワリ油、オリーブ油、コナツツ油など。)

<施術>

すべての材料を混ぜ、濡れた肌や汗をかいた肌にピーリング剤を塗る。5分ほど経ったら、その後肌を洗い流します。

◆パシ シェフによるエンドウ豆のフムス

<材料>

- 新鮮なエンドウ豆 1 リットル（さやを取った状態で約 200ml）
- タヒニ 大さじ 1
- 新玉ねぎ 2 個（青い部分のみ）
- オリーブオイル 大さじ 1
- にんにく 1 片
- レモン汁 小さじ 1
- 塩、黒こしょう
- フラットパセリ（50ml）
- 仕上げ用のチリフレークとオリーブオイル

<作り方>

1. エンドウ豆を殻から取り出す。
2. ハンドミキサーのボウルにすべての材料を入れて混ぜる。ざっくりと粗いままで構いません。
3. 器にフムスを入れ、チリフレークとオリーブオイルで仕上げます。
4. グリルした野菜と一緒に召し上がりください。

キャンペーン画像：<https://mediabank.businessfinland.fi/l/8c-VDrNCjJkG>

宿泊施設画像：https://mediabank.businessfinland.fi/l/rTn_rCptC6sd

アクティビティ画像：<https://mediabank.businessfinland.fi/l/qpvsgT9rvcS5>

ティザー動画：https://mediabank.businessfinland.fi/l/N_rLgqg67_Rr

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>