



NEWS RELEASE

報道関係者各位

2025 年 12 月 25 日

株式会社ラスイート

うめきた温泉 蓮 Wellbeing Park

「ウエルネスツーリズム」を研究する流通科学大学教授 西村先生とタイアップ

ウエルネスウォーキングを定期開催・年間スケジュール発表



ウエルネス ウォーキング

「ウエルネスツーリズム」を研究する
「流通科学大学 人間社会学部 観光学科 西村研究室」と
タイアップし、ドイツの自然療法を活用した
オリジナルのプログラムです。



西村 典芳 氏

- ◆ 流通科学大学 人間社会学部観光学科 教授
- ◆ 日本ウエルネスウォーキング協会 会長
- ◆ 日本ウエルネス学会 常任理事

「うめきた温泉 蓮 Wellbeing Park」(総支配人：藤立 達哉、所在地：大阪市)は、ウエルネスツーリズムを研究する流通科学大学 人間社会学部 観光学科の西村典芳教授とタイアップし、うめきた公園を起点にウォーキングした後、天然温泉をはじめとする施設利用を楽しむイベント「ウエルネスウォーキング」を定期開催してまいります。2026 年の開催日程が決定いたしましたので、お知らせいたします。

本プログラムは、医療・運動・癒しの視点を取り入れ、ドイツの自然療法の考え方に基づいた、無理なく続けられるウエルネスプログラムです。個々の体力や体調に合わせ、心拍数を適度に高めながら無理なく歩くことを重視し、血流の促進や姿勢への気づき、日常の運動習慣づくりを目指します。初心者の方から運動習慣を身につけたい方まで、幅広い年代の皆様にご参加いただける内容を提供しています。

姉妹施設「神戸みなと温泉 蓮」では 2017 年より西村研究室と連携して継続実施してきた実績ある取り組みで、海洋ミネラルを浴びるウォーキングと、塩化ナトリウムおよび炭酸水素ナトリウムを多く含む天然温泉を組み合わせたプログラムとして、「ヘルスツーリズム認証」も取得しています。

当日は、心拍数を意識した歩行のポイントや呼吸法、日常生活に活かせる身体の使い方について、専門スタッフが丁寧にレクチャーします。ウォーキング前には疲労時計を用いたウエルネスチェックを実施し、ウォーキング後には管理栄養士による健康セミナーを開催するなど、身体の状態を「知る・動く・整える」ことを目的とし

た内容となっています。

運動後には、天然温泉での入浴や、発酵食を中心とした症状別提案型メニューのお食事など、「うめきた温泉 蓮 Wellbeing Park」ならではのウェルビーイング体験をお楽しみいただけます。参加料には入館料が含まれており、入浴のほか、健康スタジオや屋内温水プールで実施される各種グループレッスンもご参加可能です。心身ともに整う、ウェルビーイングな一日をお届けします。

本プログラムは、「速さ」や「フォーム」を競うものではなく、自身の身体の状態を理解し、専門知識を持つスタッフのサポートのもと、適切な運動強度で歩くことを大切にしています。当施設では、身体を知るところを起点に、無理なく続けられる健康づくりを提案しています。ぜひこの機会に、日常に“歩くウェルネス”を取り入れてみませんか。

関連 URL : <https://umekita-onsen.jp/event/h47j7pp7p8ki>

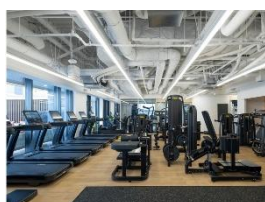
<ウエルネスウォーキングについて>

開催日 テーマ	2026 年 2 月 14 日(土) 令和と昭和を行ったり来たり 2026 年 4 月 11 日(土) 薬のまち道修町を歩こう！ 2026 年 6 月 13 日(土) 天下の台所の歴史をたどる 2026 年 9 月 5 日(土) 曽根崎心中の道行を辿る 2026 年 10 月 10 日(土) 北浜周辺のレトロな建物を巡ります 2026 年 12 月 12 日(土) ディープな大阪を歩いて訪ねる
場所	うめきた温泉 蓮 Wellbeing Park ならびに館外周辺
金額	一般 4,900(5,390)円 蓮 アプリ会員 3,700(4,070)円 蓮 健康増進メンバー 2,000(2,200)円 平日月会員 2,300(2,530)円 ※0内は税込み価格です。 ※基本セット入館料、「疲労時計」測定、保険代が含まれます。
予約方法	蓮公式アプリまたはお電話にて承ります。(06-6377-7777・代表) 蓮公式アプリをダウンロードいただき、下記のとおりお進みください。 TOP>プログラム予約>うめきた公園(屋外)>開催日>ウエルネスウォーキング ※一般の方は2週間前より予約受付開始。予約受付開始まではアプリ上でご覧いただけませんのでご了承ください。 ※蓮 健康増進メンバーの方は3週間前より先行予約受付を開始いたします。
参加特典	1. オリジナル入浴指導書を配布 2. 水着レンタル無料 3. ミネラルウォーター、オリジナルタオルプレゼント 4. 専用のスタンプカードをプレゼント
備考	・プログラム前後は自由行動となります。 ・ウォーキングに適した服装、靴でご参加ください。 ※貴重品や着替えなどは、館内のロッカーにお預けいただけます。 ・歩行のサポートや、全身運動による運動効果のアップを目的にポールをご持参いただいても結構です。 ・ポールの貸し出しも行っております。必要な方は事前にご予約ください。(別途有料 500(550)円)
主催	六甲健康保養地研究会
協力	神戸みなと温泉 蓮、日本ウエルネスウォーキング協会

<うめきた温泉 蓮 Wellbeing Parkについて>

ウェルネス・ウェルビーイングをコンセプトとする健康増進施設。温浴・運動・食事・メディテーション・美容を5つのテーマとし、2015年開業の「神戸みなと温泉 蓮」の経営・運営のノウハウを生かしつつ、最先端技術を導入し、5つのテーマに基づいた多彩なサービスを組み合わせ、個々のお客様に最適な体験を提供いたします。グラングリーン大阪 ショップ&レストラン南館3階・4階に2025年3月21日開業。2025年8月4日、厚生労働大臣より大阪市初の「温泉利用型健康増進施設」に認定。2025年10月31日、「運動型健康増進施設」に認定され、大阪府初、西日本では姉妹施設である「神戸みなと温泉 蓮」に続く2施設目のW認定施設となり、健康でウェルビーイングな生活をサポートしています。

公式HP：<https://umekita-onsen.jp/>



<ラススイートグループについて>

ラススイートグループは、スモールラグジュアリーホテル、スイーツ&ベーカリー施設、温泉旅館、健康増進施設、コンベンション施設を経営・運営しています。既成概念にとらわれず、日本の宿文化と西洋のホテルの良さを融合した新しいホテルづくりに取り組み、心地よい空間の創出を目指しています。日本のおもてなしの精神が宿る上質なサービスを提供することにより、地域の活性化と地元貢献に寄与します。

公式HP：<https://la-suite.co.jp/>



《本件に関するお問い合わせ》 株式会社ラススイート 富吉 美帆 (TOMIYOSHI Miho)
TEL : 06-6377-7777 FAX : 06-6377-7677 E-mail : info.umekita@ren-spa.jp