

# 5 医師が設立した自然体感型の統合医療拠点 「日月俱樂部」「富士山静養園」(静岡県富士宮市)

所在地：静岡県富士宮市猪之頭2271 (日月俱樂部)  
 実施者：(株)富士山静養園  
 連絡先：(TEL)0544-52-2611 (mail)info@hitsuki-club.com  
 URL：<https://hitsuki-club.com/> および <https://www.mt.fuji-seiyoen.com/about/>

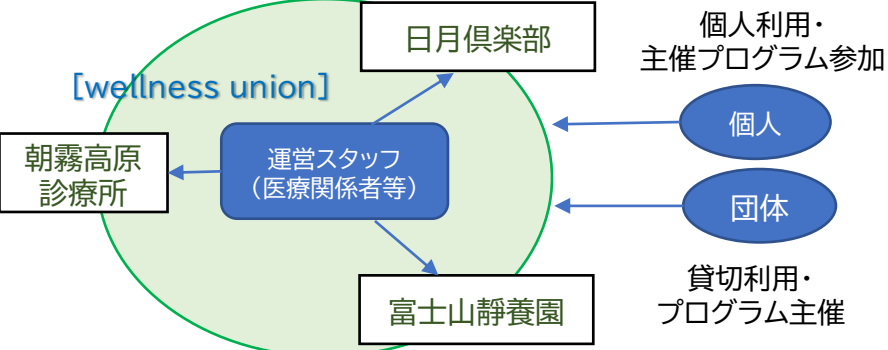
- 自然療法・予防医療に取り組む医師が、地域医療の診療所と自然の「動的体感施設」「静的体感施設」を組み合わせ開設・経営。
- 宿泊・食事等が行える拠点施設に加え、自ら取得・所有する広大な周辺森林等を活用、さらにヨガ等が行える研修施設や常温乾燥抽出器(ハーブウォーター作成機)、サウナ小屋、ドームテント等の特徴的な施設を備えた複合型のリゾート拠点となっている。
- 農業・自然療法・アロマ・ハーブなどのテーマを持った人々が自主プログラム開催の場として利用している。

## 取組の経緯

- アリゾナ大学統合医療プログラムを修了(2002年)した山本医師が、ドイツ・イタリア等の自然環境を生かした郊外型医療施設の視察等を経て、日本での統合医療モデルを構想。
- 2009年 統合医療の実践地として、「1万坪以上のまとまりがある土地」「自然林(広葉樹林)と針葉樹林がある」「標高300-1000m」「文化や歴史がある」といった条件から。静岡県富士宮市に「朝霧高原診療所」を開設。
- 2015年 団体利用を軸にした静的な自然体感型ヘルスツーリズム施設として「富士山静養園」を、個人の利用を含めた動的な自然体感型施設として「日月俱樂部」を開設。

## 実施体制・役割分担

- 「朝霧高原診療所」「日月俱樂部」「富士山静養園」の三施設は、山本医師夫妻を含む少人数のスタッフで運営。
- 個人や団体の利用者がそれぞれのテーマに応じて、施設側の主催プログラムに参加したり、自ら貸切プログラムを主催したりと、施設・フィールドを様々に活用している。



## 具体的なプログラム・メニュー

自然療法の考え方を基にしたヘルスプログラムを用意。滞在客は、自然の摂理・リズムに従って生活しながら、仕事や日常を忘れ自然に溶け込む時間を味わう。企業研修プログラム(1泊2日税別20,000円~)もある。

### 豊かな自然を生かした施設・プログラム



自然の中に滞在するため拠点として位置づけ。自然の中の散策路で静かに自分と向き合う。

### 多様な自然療法プログラムと設備



アロマセラピー、体質別薬膳茶、富士山を臨む環境でのヨガ等の多様なプログラムを提供。

### 医師監修の専門的プログラム(例)

スケジュール		
	1日目	2日目
14:00	集合・ガイダンス・良導絡検査(※)	6:00
15:00	アーシング(※※)	
16:00	季節の植物採取・ハーブウォーター作り	8:30
18:00	自然欠乏症候群レクチャー	9:30
19:00	夕食(地元の食材を基本にしたお食事)	11:00
20:00	焚き火カフェ	
21:00	入浴・就寝	

(※) 良導絡検査：自律神経(交感神経、副交感神経)のバランスから心と身体の状態がわかる検査

(※※) アーシング：日常生活で電気製品に触れる等して体内に蓄積された電位を測定し、大地とつながることで放電し自然に近い身体の状態を回復すること。

自然欠乏症候群対策として、環境との調和を意識して多角的にアプローチするマインドフルネスプログラム。1泊2日税別19,800円~

## 実績

- 貸切利用：35団体/年間
- 宿泊者数：日月俱樂部：延べ約600人/年、富士山静養園：延べ約200人/年

## II. 受入地域の事例（健康分野／民間事業者）

### 5 医師が設立した自然体感型の統合医療拠点「日月倶楽部」「富士山静養園」（静岡県富士宮市）

#### ◎ 特徴1／自然を体感する施設としてのコンセプト・設計

- ホテル(宿泊場所)ではなく自然を体感するために滞在する場としてのコンセプトをもとに全体を設計。便利さを追求するのではなく、自然に溶け込める施設となっている。
- 日月倶楽部の施設の一部には築200年の古民家を活用。建具等は古いものを生かし、木材や漆喰などの自然の素材を使った、木のぬくもりを感じられる施設である。
- 厳しい自然の中でも心地よく過ごせるように設けられたドームテントには床暖房が入れられており、夜空や冬の富士山などを楽しむことができる。

#### 【日月倶楽部】

##### ◆3タイプの宿泊施設



宿泊棟(メゾネット)



ヴィンテージテント



エアストリーム付コテージ／その内部



##### ◆自然を体感する施設



ドームテント



能舞台&テラス



研修棟



アウトドアエリア

#### 【富士山静養園】

##### ◆拠点施設(宿泊・食堂・研修)



庭園に隣接する施設



食堂・研修スペース



研修棟／研修スペース



##### ◆豊かな森林と多様な施設



敷地内の森林散策路



敷地内の湧水



サウナ小屋



ハーブウォーター作成機

#### ◎ 特徴2／人が人を呼び、団体等による貸切利用が増加

- 代表の山本医師の、様々な企業の産業医や地元小中学校の学校医としての活動のほか、日本統合医療学会(富士山支部長)、日本ホリスティック医学協会(理事)、日本リラクゼーション業協会(顧問医師)などの専門分野でのネットワークを生かして、日月倶楽部・富士山静養園の施設や自然環境を生かした各種研修やプログラム開催等の利用が広がっている。
- これまではインターネット環境が悪かったため企業の研修等の利用は難しかった。2020年4月から光ファイバーが入るため企業研修プログラムの案内を始めた。

#### これまでに開催された他団体・個人によるプログラム

講師(個人・団体)	テーマ
理学療法士	滞在型森林リハビリ
鍼灸師	自然から学ぶセルフケア
日本統合医療学会 富士山支部	統合医療についてのセミナー・交流
自然学校ホールアース	富士山トレッキング
華道家、能楽宗家、医師	農と自然とマインドフルネス
クリスタルボウル奏者、 二胡奏者	富士山音浴リトリート
薬剤師/ハーブショップ経営者	Caregiverが知っておくべきハーブ
ブッシュクラフトインストラクター、 星空案内人	富士山の夜景と夜空でワイルドフルネス
アロマセラピスト、マクロビオティック料理家	冬至のアロマとヨガと蘇りの食
全日本ノルディック ウォーク連盟、 カウンセラー	大人の道草ノルディック
日本食事療法士協会	初めての食養生～冬に向けた体質改善～

写真出典：日月倶楽部 (<https://hitsuki-club.com/>)

富士山静養園 (<https://www.mt.fuji-seiyoen.com/about/>)