

## 【イベントレポート】グローバルウェルネスデイ2024 自然とのつながりから考えるウェルネス

2024年6月8日(土)、世界170カ国以上で開催されたグローバルウェルネスデイ  
2024年は10億人もの人々が参加し、過去最高の盛り上がり記録！



2024年6月8日(土)、Global Wellness Day(グローバルウェルネスデイ) 2024が世界各地で開催されました。グローバルウェルネスデイは、「1日を変えれば、これからの人生も変わる」をスローガンとして、毎年6月の第2土曜日を、「健康的な生活」を改めて見つめなおすきっかけづくりを提供する1日と定め、2012年にトルコで誕生したソーシャル・イベント。ウェルネスとは、病気の治療や予防という範疇を超えて、より良く生きようとする姿勢のことです。趣旨に賛同する世界各地のスパエステ、スポーツ・ヨガスタジオ、そしてウェルネスに対する意識の高いホテル・企業などがボランティアでさまざまなイベントを開催し、この日を盛り上げます。現在では、世界170カ国以上が参加する世界規模のソーシャル・ムーブメントへと成長しています。

グローバルウェルネスデイ2024の世界共通テーマは「#マゼンタネイチャー」。「#マゼンタネイチャー」とは、グローバルウェルネスデイのイメージカラーであり力強く美しい、私たちの信念を表すマゼンタカラーと、ネイチャー・自然をかけた言葉です。世界共通テーマに沿って、自然をテーマにしたイベントが世界中で開催されました。自然とわたしたち人間のつながりは、ウェルネスなライフスタイルに深い関わりがあります。自然がもたらしてくれる健やかさ、自然からの恵みを再認識し、感謝することで、自然と共にある「健康的な生活」を改めて見つめ直す、そんなグローバルウェルネスデイの1日をレポートします。

本件に関するお問い合わせ

一般社団法人国際ウェルネス促進協会

大阪府中央区平野町1-8-14 北浜TDSビルディング TEL : 06-6227-8086

背戸孝子 info@kokusaiwellness.jp URL : <https://kokusaiwellness.jp>

## 世界各地でのグローバルウェルネスデイの様子

2024年は新たに、パキスタン、ホンジュラス、バーレーン、インドネシア、フィジー、カンボジア、チリ、テネリフェ、セント・パッツが、グローバルウェルネスデイの輪に加わり、世界中で以下のようなイベントが開催されました。

- ・スペイン・イビザでは、ズンバの創始者アルベルト・ペレスとのズンバセッション、ジェシカ・エクスポジトとのXT29機能トレーニング、ビーチでのリラクシングストレッチ
- ・タイでは笑いヨガ、内なる平和ジャーナリング瞑想、エレメンタル・イン・サウンドバス、エネルギーヒーリング
- ・ブータンでは、ブータンのヒーリングプラクティス、山での瞑想、川沿いでのヨガ、コミュニティアップ、植樹、木に抱きつくアクティビティ
- ・アイルランドでは、医療施設での内なる繋がりワークショップ、クリーンコーストプログラムとの協力によるビーチクリーンアップ、瞑想、プラントベースの料理
- ・アメリカのモンタナ州、フロリダ州、オハイオ州、ニューヨーク州、ジョージア州、カリフォルニア州、アラバマ州、フロリダ州、オハイオ州、ニューヨーク州、ジョージア州、カリフォルニア州、アラバマ州、ハワイ州などでは、ヨガ、プレスワーク、瞑想、サウンドヒーリング、健康的な軽食、森林浴、サイクリング、太極拳、HIITクラス、ズンバ
- ・ケニアでは、ウェルネスチェック、ピラティス、グループ瞑想、アーシングセッション、自然ジャーナリング、精神的健康に関する講義
- ・マデ이라島では、サンタナボランティア消防隊が子供と大人に自然保護と森林火災の際の救助方法を教育



## 日本でのグローバルウェルネスデイの様子

日本各地でも、「#マゼンタネイチャー」をテーマに、その土地ならではの自然環境を活かしたイベントが開催されました。エステ株式会社では、北海道厚岸町の「クリアフォレストの森」で植樹会を実施し、トドマツの苗木を320本植樹しました。福井県では、ポスチャーウォーキングを開催。専門指導員によるアドバイスを通じて、美しい姿勢（ポスチャーウォーキング）を習得・実践しながら自然溢れる公園や河畔を歩くことで、参加者のみなさんに心身共にリフレッシュしていただくことを目指しました。沖縄県では、ベビーサンゴ養成所の見学を通して、サンゴが海の生態系を保つために重要であるという学び、地球環境に目を向けて守っていくことは、自然と共にあるわたしたちのウェルネスなライフスタイルにつながることを、改めて実感しました。その他にも、自然と運動を掛け合わせたネイチャーウォーキング、芝生でヨガ、ビーチヨガ、ラン&ウォークや、ビーチクリーニング、里山の料理教室、苔ツアーなど様々なイベントが開催され、日本各地でグローバルウェルネスデイの1日がお祝いされました。



本件に関するお問い合わせ

一般社団法人国際ウェルネス促進協会

大阪市中央区平野町1-8-14 北浜TDSビルディング TEL : 06-6227-8086

背戸孝子 info@kokusaiwellness.jp URL : <https://kokusaiwellness.jp>

## 参加企業・団体の声

### ハイアットリージェンシー箱根リゾート&スパ

お天気にも恵まれ山の朝のさわやかな空気のもとで、初心者にもやさしいヨガのレッスンでお客様にリラックスした時間を過ごしていただくとともに、ウェルビーイングの考えをホテルが推進していることや、ウェルネスデイについて知ってもらう機会となったことは有意義でした。

### エステ株式会社

グローバルウェルネスデイの趣旨に共感し参加させていただきました。イベントとしては、北海道釧路総合振興局と森林整備事業の株式会社北都とともに、北海道厚岸町で「植樹会」を実施し、トドマツの苗木320本の植樹を行いました。参加していただいた地元の児童らに、体験を通して自然の大切を知ってもらえたらいいなと思っております。今後も、体験や製品を通してウェルネスな活動を行ってまいります。

### 株式会社サップス

ワークアウト、ダンスとこれまで実施していなかったジャンルのレッスンを実施することができ、ヨガだけでなく活発に体を動かしたい方の参加も多く、芝生の上で円になってトレーニングをする、明石海峡をバックに流行のダンスをするなどSNS映えるような写真、動画を撮影することができました。ドッグヨガでペットも連れてくることができるという新しい価値を生み出すことができたのでとても良い時間になりました。

### 株式会社デキタ

健康を考えるイベントとして参加いただいた皆様からはリフレッシュできた、いい運動になったなどの声をいただきました。ウェルネスを発信する良い機会でもあったと思います。



## 2024年は、ウェルネスに携わる以下の企業・団体に参加、協賛いただきました。

THE SPA at Four Seasons Hotel Kyoto、W大阪 (AWAY SPA)、株式会社アナンダ、エステ株式会社、four seasons Hotel Tokyo at Otemachi、シャングリラ東京 CHI SPA & Health Club、医療法人玉昌会グループ、福井県健康福祉部健康医療局健康政策課、株式会社デキタ、ANAインターコンチネンタル万座ビーチリゾート、株式会社サップス、沖縄ツーリスト株式会社、Four Seasons Hotel Tokyo at Marunouchi、べにや無何有 (円庭施術院)、グランドフードホール芦屋店、グランドフードホール六本木店、グランドフードホール星が丘店、株式会社サニープランチカンパニー、ハイアットリージェンシー箱根リゾート&スパ、株式会社パレスホテル、Zentis Osaka、三井ガーデンホテル横浜みなとみらいプレミア、一般社団法人日本エステティック協会、ROKU KYOTO、LXR Hotels & Resorts、NPO法人福井県ウオーキング協会、The Ritz-Carlton Fukuoka SPA、urumo Spa、earthSpa 等。

### 本件に関するお問い合わせ

一般社団法人国際ウェルネス促進協会

大阪市中央区平野町1-8-14 北浜TDSビルディング TEL : 06-6227-8086

背戸孝子 info@kokusaiwellness.jp URL : <https://kokusaiwellness.jp>

## グローバルウェルネスデイ創設者 Belgin Aksoy



グローバルウェルネスデイは、13年目にして世界中の10億人もの人々が参加してくれるまでに成長しました。グローバルウェルネスデイを終えたあとは、いつも喜びと感謝の気持ちが溢れ、胸がいっぱいになります。たくさんの人々がグローバルウェルネスデイの想いに賛同し、実際に素晴らしいイベントを企画し、行動に移してくれました。今後もみなさんの想いをしっかりと受け止めて、グローバルウェルネスデイという日をより一層素晴らしい日にできるように頑張っていきます。

2024年の世界共通テーマ「#マゼンタネイチャー」は多くの共感を得ることができ、環境や持続可能な社会にも目を向けてもらうきっかけになりました。とても嬉しく、心から感謝します。ハッピーグローバルウェルネスデイ。

## グローバルウェルネスデイジャパンアンバサダー 河崎多恵



グローバルウェルネスデイは完全に非営利の日であり、健康的な生活を送っていただくための社会プロジェクトです。世界中で人々がウェルネスを楽しみ、さまざまな価値観を持つ人たちが、世代や立場を超え、お互いの生活を尊重しながら、心と身体の健康を育むことが、私たちの提唱するグローバルウェルネスデイです。日本独自のウェルネスを世界へ発信することで、私たちを取り囲む豊かな文化、土地、歴史、伝統、また普段の生活をも改めて見つめ直す機会となればと思い、活動に取り組んでいます。

## 参加企業、個人も募集！

『グローバルウェルネスデイ』と一緒に盛り上げてくださる企業・個人のみなさんを募集しています！毎年6月の第2土曜日に開催される世界的ウェルネス・ソーシャルイベント「Global Wellness Day」。1年に1度開催されるこの特別な1日は、健康やウェルネスに関心のあるボランティアのみなさまによって支えられるソーシャルムーブメントです。企業・個人としてチャリティイベントを開催し、一緒に盛り上げていきませんか？

また、寄付を通じて私たちの活動をサポートしていただけるサポーター様も募集しております。グローバルウェルネスデイの活動趣旨にご理解とご賛同をいただき、活動への資金助成として「国際ウェルネス基金」へのご支援の程、よろしく願い申し上げます。

詳しくは、はグローバルウェルネスデイジャパン公式サイトより ご確認いただけます。

<https://www.kokusaiwellness.jp/?menu-cat=2#contact>

過去のイベントの様子や活動内容はインスタグラム (@globalwellnessdayjapan) をご覧ください。

<https://www.instagram.com/globalwellnessdayjapan/>

ハッシュタグ：#globalwellnessdayjapan #globalwellnessday

本件に関するお問い合わせ

一般社団法人国際ウェルネス促進協会

大阪市中央区平野町1-8-14 北浜TDSビルディング TEL：06-6227-8086

背戸孝子 info@kokusaiwellness.jp URL：https://kokusaiwellness.jp