

グローバル・ウェルネス経済への変革

はじめに	1
I. グローバル・ウェルネス経済と動向	2
II. ウェルネス経済のセグメンテーション	5
III. ウェルネス不動産：ウェルネス・ライフスタイル・リアルエステート	11

イノベーション研究レポート

2022年9月

株式会社 キザワ・アンド・カンパニー

Kizawa & Company
non-stop innovation
不断创新

グローバル・ウェルネス経済への変革

はじめに

中国の武漢で 2019 年 12 月 1 日、COVID-19 の最初の感染が報告された。2020 年 3 月 11 日、世界保健機関（WHO）はパンデミックを宣言した。それ以降、感染者数が指数関数的に増加し多数の死者を出している。世界の科学者たちは、mRNA 型ワクチンの開発をワープスピードで進め、2020 年の春には量産に成功した（日本では同年 8 月 8 日に特例承認された）。しかし、その後、感染力の高い変異株オミクロンが登場し、今なお収束を宣言できないにいたっていない。治療薬が市場に投入されつつあり重症化のリスクを抑え込むことで、悪影響が緩和されることを期待したい。

また、欧米諸国の首脳陣によるウラジミール・プーチン大統領への説得も空しく、2022 年（本年）2 月 24 日、ロシアのウクライナ侵攻を許してしまった。世界は米国、EU 加盟国、日本、韓国、カナダ、豪州を含む民主主義国と、ロシア、中国、イラン、北朝鮮などの専制主義国、そして中立の立場をとるインド、東南アジア、南米、中東アフリカ諸国の 3 極構造からなる世界秩序は大きく変わってしまった。

脱炭素社会、デジタル社会への変革は、そうした混沌とする中でも急速に進展しつつあり、今後 30 年の世界政治および経済を铸なおすことになる。ブライアン・アーサー（経済学者、サンタフェ研究所招聘教授、複雑系理論の開拓者として有名）は、人間の身体になぞらえて、テクノロジーを「骨格」、政治経済を「血肉」と説明している。テクノロジーは、人類のニーズを満たすべく、科学的発見をもとに自然現象を取り込むデバイス（道具）を発明し、テクノロジーが組み合わされながら進化してきた。昨今、計算速度と通信速度の指数関数的な加速が、テクノロジーの組み合わせ（知識やアイデアの世界レベルの交換）と実験、社会実装により骨格としてのテクノロジーは急激な進化を遂げている。

本論の目的は、脱炭素社会、デジタル社会に加えて、より人類の厚生を飛躍的に高めるだろうウェルネス社会が新たなトレンドとして認識されつつあることを紹介することである。特に、ウェルネス不動産について紙幅を多めに割いた。製造業の中で、住宅不動産セクターは、国民ストック（国富）の大きな部分を占め、新たなテクノロジーやパラダイムの変化によって人々の健康や人生に大きな影響を与えると考えるからだ。ウェルネス社会へのシフトは、あらゆる産業の製品・サービス、ビジネスモデルに大きなインパクトを与えるだろう。機会のニッチとテクノロジーが邂逅するとき、イノベーションが起るとブライアン・アーサーは洞察している。

I. グローバル・ウェルネス経済

1. グローバル・ウェルネス経済と動向

グローバル・ウェルネス経済の規模は、2020年で4.4兆ドル（481兆円、110円/ドル）である。ウェルネスとは、全体論的観点で見た健康状態の実現につながる活動や選択したライフスタイルを主体的に求めることである。ここでいう全体論的観点とは、肉体的健康だけでなく、精神的、情緒的、霊的、社会的、環境的なことも含める。また、主体的とは、意図をもち、自らが選択し行動することであり、決して受け身ではない。ウェルネス産業とは、消費者の日々の生活の中に、ウェルネスの活動やライフスタイルを取り入れることを可能にする、または支援する産業をいう。

表1 2022年グローバル・ウェルネス経済の経済規模、単位：兆円（110円/ドル）

セグメント	市場規模（兆円）
パーソナルケア・ビューティー/アンチエイジング	113.7
フィットネス/ボディー	86.9
健康的な食事/栄養とダイエット	73.7
ウェルネスツーリズム	67.1
予防医療/オーダーメイド医療/公衆衛生	60.3
相補代替医療	37.8
ウェルネス不動産	14.1
メンタルウェルネス	13.5
温浴・温熱・温泉	8.9
職場環境の健康	5.0
合計	481.0

2022年、ウェルネスに対する支出額は、パンデミック期間中に減少したが、ウェルネスに関連する物事への消費者の関心はむしろ急速に高まっている。ウェルネスは、現在、すべての製品、サービス、テクノロジーに関する差別化要因であり、売り口上になっている。特にウェルネスは、メディア、小売り市場において、消費者のライフスタイルのメインストリームになっている。パンデミック以前の2017～2019年の3年間における世界のGDP年率成長率は+4.0%に対して世界のウェルネス経済は+6.6%、またパンデミックの期間の2019～2020年の2年間、世界GDPの成長率は-2.8%に対して世界のウェルネス経済は-11.0%となった。パンデミック前3年間とパンデミックの渦中にある2年間のウェルネス経済の

成長率をセクター別でみると、感染リスクを避ける人々の行動変容により、ウェルネスツーリズムは+8.1%から-39.5%、温浴・温熱・温泉は+6.8%から-38.9%、スパは+8.7%から-38.6%、フィットネス/ボディーは+5.2%から-15.5%へ大幅悪化をみた。パンデミックが収束し、こうしたセグメントが大幅に回復することを見込み、2020~2025年の年平均成長率の予測は、世界GDPが7.3%、ウェルネス経済は9.9%の成長を見込んでいる。

2. COVID19を契機にしたパラダイムシフト

COVID19の経験は、ウェルネスに対する人々の理解、経験、期待について重要なパラダイムシフトを引き起こした。それには2つある。1つ目は、セルフケアが予防や生存の手段になったことだ。これまでバブルバス、フェーシャル、スピנקラス、瞑想セッションが1日1時間、月に数回あるいはバケーションで行なうのがセルフケアと考えられたが、それだけでなく、家庭料理、人間関係、睡眠、自然、家計、目的や意味の探究などが、毎日の生活の中で優先度の高いものとしてセルフケアの概念として新たに位置付けられた。2つ目は、ライフスタイルとしての予防に対する認識を持ち始めたことだ。食事、サプリメント、セラピーが免疫を強化し、運動、睡眠、食物消化、ストレス管理をつうじて、健康的なライフスタイル習慣、健康に暮らせる環境づくりへの関心を高めた。所得や社会的地位に関係なく誰もが平等に、そして全体論的に健康を考えるきっかけとなった。

3. ウェルネスとサイエンスが同じ方向に動き出してきた

たとえば、ウェルネスの代表的なものとして人々に親しまれているヨガ、瞑想、植物ベースの薬、カイロプラクティクス、針治療、幻覚薬（麻薬成分）は数百年もの間、その効果や効能に関し、非科学、インチキ科学として見なされてきた。ところが、最近の科学技術の進展によって、それらの有効性が説明可能なものになりつつある。そのうちのいくつかは慢性疾患（生活習慣病）の治療やそのメインストリームの薬として用いられつつある。

4. 栄養と癒し（回復、治癒）を求めて、自然に群がる

自然そのものと自然が健康やウェルネスに与える重要な影響にスポットライトが当たり始めた。コロナ感染拡大を防ぐために、他人との接触回避、ロックダウンが実施された。感染リスクの高い集団でのエクササイズ、リクレーション、エンターテイメントといった活動の多くが制限された。そのため、人々は街の中でのジョギングや海、湖でのスイミング、家庭菜園、都会の緑地空間での休息、森林でのハイキングやキャンプなど屋外での活動を増加させた。自然愛、地球環境保護意識の高まりによって自然再生や環境重視といった人々の価値観が長期的なトレンドになりつつある。

5. 現実（物理的）空間と仮想空間とのバランス

社会的紐帯が弱まり、孤独感を感じる人々がつながりを求め、帰属している意識を高めるために、フィットネス、ホスピタリティーをつうじて自分のトライブ（部族）を発見しつなろうとする社会的現象（ブランド「Finding my tribe」）が起こっている。COVID-19の発生をきっかけに、生活全般にわたってデジタルプラットフォームへの移行が進んだ。たとえば、ヴァーチャル教室、ヴァーチャル・コンサート、ヴァーチャル会議（仕事）、ヴァーチャル瞑想、ヴァーチャル・コーチング、ヴァーチャル・セラピー、ハイブリッド・ウェディングなどが急速に登場してきた。こうしたデジタル化は、アクセシビリティ、スケーラビリティ、カスタマイゼーション・コスト、プライバシーなどデジタルプラットフォームに固有の問題を提起する。デジタル経験が果たして人間の欲求（愛されているとつながっているという感覚）を満たすことができるのか？ それには人々のウェルネスにとって、どれくらいの害悪があるのか？ いまだそれらに対する確かな答えは見つかっていない。

6. 精神面での健康がステージの中央に立つ

世界の人口の15%が精神疾患または物質使用障害（ニコチンやアルコールへの依存症）にかかっている。そうではない85%の人々も精神病と認められずとも、精神障害の危険に対して脆弱な状態にある。メンタルヘルスのニーズとメンタルヘルスのリソースとの間のギャップは拡大しつつある。ウェルネス経済のひとつのセクターとして精神面のウェルネス（メンタルウェルネス）が含まれるようになったのは最近（3～4年前）である。職場や地域コミュニティでは、メンタルウェルネス戦略が立てられ、民間セクターは、毎日の生活、ホスピタリティー、環境全般の各視点で、また家族、学校、職場などのコミュニティ単位で新たなソリューション、サービス、製品を提供し始めている。

7. 世界的な価値観のリセットが起こっている

COVID-19感染対策として行われたステイホーム、ロックダウンなど規制措置、在宅勤務への移行によって、人々は内省する、または黙考する機会を増加させた。特に自分のキャリア、家族、人間関係、人生の目的、他者に対する感謝、共感などをじっくり考えるようになった。米国ミネソタ州で起きたGeorge Floydの悲劇（黒人Floyd氏はコロナウイルスの世界的流行の影響で警備の仕事をした。2020年5月25日、タバコを買う際に偽札を使用したという疑いで白人警官により逮捕される最中に死亡した）は人種差別に対する人々の怒りに火をつけ社会問題化した。ウェルネスは特権か、それとも基本的権利か、といった論争を巻き起こした。人間の尊厳とは何か、社会の理想について真剣に向き合い考えようとする

る人々の欲求が、良心ある資本主義（SDGs、CSR、ESG など）といったリベラルな運動と共振しつつある。

II. ウェルネス経済のセグメンテーション

ここでは、表1にある10のセグメントを以下の8つのセグメントにくくり直し、それらの動向を順に説明する。

- ① ウェルネス不動産
- ② 身体的な活動
- ③ 健康的な食事および栄養/ダイエット
- ④ メンタルウェルネス
- ⑤ 職場環境の健康
- ⑥ 伝統的/補完的薬品および公衆衛生/予防/パーソナライズ薬
- ⑦ パーソナルケア/ビューティ/アンチエイジング
- ⑧ ウェルネスツーリズム/スパ/温浴・温熱・温泉

1. ウェルネス不動産

ウェルネス不動産とは、意図的にウェルネスの要素を組み込んだ建物をいう。この建物には、住宅用、商業用、施設用（オフィス、ホテル、複数世帯施設、医療施設、レジャー施設など）が含まれる。またウェルネスの要素とは、デザイン、材料、建物、快適性、サービス、運営プログラムなどである。

2020年のウェルネス不動産の規模は、世界全体の不動産市場の2.4%（14.1兆円）である。かつてウェルネス不動産は、ぜいたく品やニッチ品であったが、特にオフィスや商業空間においては、ウェルネス不動産は、消費者の期待であり、また最低基準としての認識されるようになった。WELL（The WELL Building Standard）やFitwellといった第三者認証機関による認証制度が導入されており、室内の空気や衛生環境などの項目で建物の居住者の健康（ヘルス）とウェルネスの格付けも行われている。

COVID-19は、パンデミックはウェルネス不動産へのシフトを誘った。バケーション施設、リゾート施設、活動的な退職者の施設、ジム、スイミングプール、スパ、散策路、リクリエーションセンターなどウェルネスを向上させる施設として人々に認識され利用されてきた。COVID-19パンデミックは、自宅や自社ビルなどの施設が、人々の健康と命を守る第一防

衛線として、オーナーは人々の健康の保護者(protectors)、健康の促進者(enablers)としての社会的役割を果たすことが期待されるようになった。つまり、ウェルネス不動産は、人々の選択の問題ではなく、不可欠(essential)な存在へと位置付けが大きく変わった。健康的な家が消費者意識の主流(メインストリーム)になってきたのだ。不動産に求められる価値基準は、①無害化からウェルネスの最適化、②受動的なウェルネスから積極的なウェルネス、③ハードウェアからソフトウェア、④「自分に」から「私たちに」へとシフトした。

1.1 無害化から最適化へ範囲が拡張されてきた

快眠、休息、ストレス低減などウェルネスに対する人々の欲求は高まりつつある。人口光は24時間周期に悪影響を及ぼすことが医学的にわかっている。自然光を取り入れることが人々のウェルネスに良い効果を与える。ガスエンジン芝刈り機や送風機、自動車エンジン、建設工事などの騒音はウェルネスに悪影響だ。サウンド・プルーフィングやノイズ・リダクションなどのテクノロジーが進化してきている。バイオフィリック・デザインが注目されている。バイオフィリック・デザインは、①騒音、汚染大気を緩衝、低減する、②認知能力、生産性、注意、ムード、癒しを向上する、③人への攻撃、暴力、悪感情を引き下げる、④外景が見え自然をイメージできる、⑤自然をベースにした活動(公園、ビーチ、キャンプ場、ハイキング、ガーデニング、家庭菜園)を促す、といった効果を生み出す。

料理や暖房といった活動は、石炭、灯油、バイオマス燃料を燃焼させる。またポリ塩化ビニル(PVC)、フタル酸エステル、難燃材など建築材料が肺疾患の原因となる。これまでの建築デザインは、シックビルディングなど人々の健康を害する環境を除去することに力点が置かれてきた。COVID-19 パンデミックにより、多くの人々が建物その中の個室空間に閉じ込められた(今でも一部の地域や施設では感染予防措置として厳格に運用されている)。また、ロックダウンやステイホーム要請により、オフィスや商業施設がシャットダウンし、長い間、空調システムを停止した。エレベーター、カフェテリア、バスルームなどの密室空間(高密度、共有スペース)は、自然換気、空調の流れ、空気フィルター(濾過)、温度・湿度コントロール、抗菌性表面、音声認識、タッチレスドア、カギ、エレベーター、UV光衛生など感染予防効果を高める。

1.2 活動的なウェルネス：健康習慣と行動を支援し可能にする

安全な建築材料、防音設備、自然物デザインなどは受動的であり活動を伴わないが、エクササイズ・アメニティー、リクリエーション・スペースは身体的活動を伴う健康的なライフスタイルを誘発する。「じっとして動かない行動」が世界的な問題であったパンデミック以降、さらに悪化した。エレベーターではなく階段を多用するように、またクルマではなく自転車

を使うことを奨励するような建築デザインが職場でのウェルネスに求められつつある。パンデミック当初、人々はウォーキング、バイキング、ソーシャル・ギャザリング、アウトドアダイニングを実践する人が急増したが、この流れを多くの都市が恒久化させようとしている。

1.3 ウェルネスのハードウェアとソフトウェアを再定義する

ウェルネスのハードとは、ウェルネスアメニティーである。人々の健康（ヘルス）とウェルネスを向上することを目的に、デジタル・ハードウェアおよびデジタル・ソフトウェアが高速通信網（4G、5G）を介してデジタルプラットフォームを利用する。たとえば、プラットフォームを使って在宅で仕事する、授業を受ける。あるいはエクササイズ・プログラムのストリーミングを用いて友人とつながる、アプリを用いて食品、生活必需品を購入する、ヴァーチャルによる受診、セラピーを受けるなどが可能になってきた。一方、ウェルネスのソフトウェアとは、ウェルネス向上に向けた意図的な政策、マネジメント、実施プログラムである。

ウェルネスのハードウェアとソフトウェアによって住居人に健康的な行動を促す。これがウェルネス不動産プロジェクトの内容を決定づける。排泄物を分析するトイレ、転倒を感知する床、容姿、皮膚がんをモニターするお風呂の鏡はまだメインストリームになっていないが、老後の住処を快適にするテクノロジーはすでにメインストリームに入っている。

1.4 私たちが健康でなければ私は安全ではない

多くの人々が COVID-19 の感染リスクを下げるために、対人接触を回避する行動をとった。食品、日用品のデリバリーサービス、地元のヘルパーサービス、ショッピングサービスを使い人々はウェルネス・バブルの中に閉じこもった。しかし、こうしたサービスはデリバリーする人たちとの接触が避けられないため、近所、学校、職場、都市といったコミュニティー環境のウェルネスが充実しなければ感染リスクから逃れることはできない。また、大気汚染の度合いと COVID-19 による死亡者数との間に強い相関がみられた（ハーバード大学調査）。

2. 身体的活動

運動には、大きく家事、買い物、通勤など日々の生活をするうえで必須（natural）の身体活動とエクササイズ、スポーツ、散歩、運動場での遊びなど余暇的（選択的）（recreational）な身体的活動の2つからなる。

人々はますます動かなくなり、かつ、自然の動きも減少傾向にある。ウェルネスで定義する身体的活動とは、レジャーとレクリエーションの中で、意図的に身体を動かす活動に関連する消費者の支出と定義する。たとえば、フィットネス、スポーツ（アウトドア・ランニング、大人向けハイキング、サイクリングなど）、アクティブ・レクリエーション、マインドフル・ムーブメント（ヨガなど）。COVID-19の中、ヨガ・パイレーツは、スタジオを閉鎖し、YouTubeなどアプリ（デジタル・プラットフォーム）を使って自宅のできるようにした。

2.1 COVID-19後の先：身体的活動にシフトする

① メンタル（精神的）・ウェルネスのための身体的活動

身体的活動は、良い健康を維持するうえで不可欠であり、精神的なウェルネスに良い影響を与える（科学的に証明されている定説）。パンデミック前の調査で、大人の4分の1が身体的な活動をしなことが示された。そのためストレスの増加、心配、不眠症など子どもや若い人も悩まされている。

② 在宅市場の成長が、ビッグテック、ビッグメディア企業を惹きつけている

2020年の1年間に、健康、フィットネス関連のアプリが70,000、ダウンロードが前年比で30%増加した。またケトルベル、ヨガマット、コネクテッドバイク、在宅フィットネスマーケットが急成長した。特にインストラクター付きの品質が高い。多くのフィットネスクラブ・スタジオが再開後もハイブリッドモデルで継続されている。YouTube、Netflix、HBOなど動画サービスでは、ウェルネス業界のセレブリティ、インフルエンサーたちがダンス、ヨガ、タイチのストーリーミング動画を提供、シリコンバレー、ハリウッド、ソウルなどを中心に、Apple、Samsung、Amazonはウェルネス用ハードウェアおよびソフトウェアを開発し、TV、コンピュータ、スマホ、タブレット、その他コネクテッド・デバイスをつうじて提供し始めている。

③ 身体的活動が手軽に不可欠な健康サービスになってきている

心臓血管系の健康、ストレス低下、社会的つながりの再構築など肉体的、精神的レジリエンス（回復力）を高める身体的な活動は、これまでは単なるレジャー活動であって、パンデミックの中にあってもエッセンシャル産業とはみなされていない。しかし、ウェルネスを目的とする身体的活動を支援するサービスは、より人々に手軽になり、不可欠な健康サービスになってきている。人々は歩きやすい近郊環境、公園、公的レクリエーション施設へのアクセスを求めている。

3 健康的な食事、栄養とダイエット

ヘルシーダイエットは免疫を強化し、危険因子を引き下げる。潜在的に致死のウィルスに対する要塞になる。家庭料理（ホームクッキング）、コンフォートクッキング、昔なつかしの、甘やかしの食べ物への関心が高まっている。COVID-19 感染リスク対策として、生鮮食料品デリバリー、ミールキットサービス、テイクアウトなど多くの人々がパンデミックの中で、増えた体重を減らそうとしている。ウェルネス経済では、健康およびウェルネスの強化につながるビタミン、ダイエット用サプリメント、体重コントロール製品およびサービスなど広範囲の食べ物と飲み物が「健康的な食事、栄養とダイエット」のカテゴリーに入る。

4 メンタル・ウェルネス

メンタル・ウェルネスとは、考える、感じる、つながる、といった精神的な機能を司る内的資源のレジリエンス、成長、繁栄を促進することである。このセクターは4つのサブセクターを構成する。

- ① 自己改善を促進するコンテンツ（書籍など）とパーソナル・ライフ・コーチングによる活動（クラス、ワークショップ、セミナー、リトリート、相互支援グループへの参加など）を対面またはオンライン・プラットフォームやアプリを通じて行われる。
- ② 瞑想、マインドフルネス。クラス、教師、オンライン、本、ビデオ、ハンドセット、トラッカーなどガゼットなど。
- ③ 脳機能を強化する栄養補給と植物。大麻（市販）、機能性食品、ハーブ、植物など。
- ④ 感覚、空間、睡眠。24 時間周期ライト、光セラピー、ストレストイ、毛布、リラクゼーションプロダクト、ガゼット、音による癒し、アロマセラピーなど。

COVID-19 が収束した後、うつ、薬物依存、自傷などのポストトラウマ・ストレスの顕在化、自殺者の増加が見られるだろう。パンデミックの最初の3週間、米国45%、イラン60%、中国35%の人々がうつや心配症の症状を訴えた。人々が精神病と診断されなくても人々は簡単に弱るものである。日本では、パンデミック中の自殺者が急増した。社会的不安に寄り添い、深刻化する社会的な孤独・孤立の問題について総合的な対策を推進するための企画及び立案並びに総合調整に関する事務を処理するため、内閣官房に、孤独・孤立対策担当室を設置された。

5 職場環境の健康とウェルネス

従業員の健康とウェルネスを向上することを目的としたプログラム、活動、設備に対して支出することが職場のウェルネスである。従業員が健康的なライフスタイルを採用することを奨励する。そのための教育やインセンティブを提供する。慢性疾患、肥満、依存症、うつ病、ストレスなどの主な原因は、エクササイズ不足、貧食、喫煙、不眠などのライフスタイルである。こうしたライフスタイルを変革するためのサービス、製品、プラットフォームが新たな市場として急成長している。たとえば、ヘルス・スクリーニング、診断、社内アメニティー、助成（フィットネス、クラスメンバーシップ）、ヘルスフード（社内カフェテリア）、ヘルスフェア、教育プログラム、カウンセリングなどである。こうした職場での取り組みによって、ストレス緩和、バーンアウト防止、ワークライフバランスの見直し、メンタルヘルスの向上である。

6 伝統的、補完的薬品、公衆衛生、予防、パーソナライズ薬

このセクターは多様なヘルスケア・ヒーリング・システム、プラクティス、製品が含まれる。通常の薬品あるいは逆症療法の薬、その他、現在支配的なヘルスケア・システムとは異なる。たとえば、同種療法（ホメオパシー）、自然療法、整骨医、カイロプラクティック、はり療法、中国漢方薬、インドの伝統医学（自然治癒力強化）、アユヴェーダ、ウナニ薬、エネルギー・ヒーリング、伝統的ハーブ治療、サプリメントなどがある。

7 パーソナルケア、ビューティ、アンチエイジング

このセクターは、個人の衛生、容姿（外見）、ボディケア、フェース、スキン、ヘア、ネイルなどに関連する製品とサービスが含まれる。たとえば、シャンプー、ソープ、ローション、デンタルケア、ヒゲソリ、化粧品、ビューティサロン、ヘアドレッシング、バーバーショップ（スパを除く）、その他容姿やエイジング関連の製品サービスである。

8 ウェルネスツーリズム、スパ、温浴、温熱、温泉

個人のウェルネスを維持、強化することを目的とした旅行関連である。「1次ウェルネストラベル」とは、そもそもの目的がウェルネスにある。「2次ウェルネストラベル」とは、健康とウェルネスなライフスタイルを旅行中も確保したいとする顧客相手のビジネスである。特に、温浴、温熱、温泉は地域別で見ると、アジア太平洋地域が76%を占めている。日本は世界有数の火山国であるがゆえに、パンデミック収束後に、大きな回復とその後の成長を期待できる。

III. ウェルネス不動産（ウェルネス・ライフスタイル・リアルエステート）

健康の 10～15%は遺伝、残りはすべて外部環境要因であるにもかかわらず建築環境は、医療コミュニティからほんの少ししか注目されていない。世界の年間医療支出のたった 4%しか公衆衛生、リスク低減、予防に使われていない。こうした不均衡な状況は、パンデミックによる膨大な社会経済損失を避け、医療コストの加速度的な増加を抑え込みたいのなら変えていかなければならない。

1 なぜウェルネス不動産が注目されているのか？

全体論的な意図をもってデザインされ運営されるウェルネス・ライフスタイル・リアルエステート（Wellness Lifestyle Real Estate, WLRE、ウェルネス不動産をより厳密に言及する場合）は、人々のウェルネスに向けた行動変容とより健康的なライフスタイルを支援する。運動、積極的なライフスタイル、健康的な食べもの、自然を取り入れることは、精神面、心理的にウェルビーイング（福祉）を改善する。また、土地、コミュニティへの帰属の感覚を涵養する。そのため、社会的な接触を奨励するスマートなデザインは、市民参加を増やしコミュニティの信頼にもとづく相互関係を構築する。たとえば、歩道、自転車道路は身体活動を伴う交通手段、公園、自然歩道への良いアクセス、共同体への参画と相互信頼を高める素晴らしい公共空間、睡眠の改善、ストレスの低減、地球環境へプラス効果をもたらす遮音、消音、毒性物質に曝露しないシックフリーの住環境などである。

なぜ WLRE に人々が関心を寄せるのか？ それは人々の日々の日常生活の過ごし方に対する率直な疑問や不満である。毎日の仕事を済ますのに、どこにでも車で出かけなければならない。そして、たいてい渋滞に巻き込まれてしまう。人々は身近な場で、近隣の人々と毎日、関われる、自転車や徒歩ですべての用事が済まされる、職場が家の近くにあり、余暇に趣味やソーシャルライフを楽しめる、そんな環境を欲しているのだ。

グローバル・ウェルネス協会は、個人住宅こそ最新のウェルネスの未開拓地であると述べている。家の本質的価値は、やすらぎの場所、気持ちを穏やかにし、安らかな眠り、元気を回復し、外界（人々、自然、宇宙）に参画し、つながっている感覚を養える場所である。まさに、家をウェルネスへの投資と見なす時が来たのである。2015 年の世界 GDP の 5%、3.7 兆ドルがウェルネスに投資された。この場合のウェルネスには、ヨガ、スピנקラス、メディテーション、スリープアプリ、ジュースづくり、ビタミン、機能性食品（オーガニック）、ランニングシューズ、アスレチックウェアを含める。GDP の伸び率よりもウェルネス支出の伸び率のほうが高い。すべての消費支出の 20%、8 兆ドル/年が住宅に投資されている。住

宅は、健康（ヘルス）およびウェルネスへの投資とみなすことができる。公衆環境専門家のリチャード・ジャクソンは、「建築環境は、我々が愛するもの、想像するもの、こうしたいと思うもの、価値ありと思うものであり、私たちが面倒を見るものだ」と述べている。食べる、運動する、リラックスする、仕事をする、旅行する、といった人々の行動をウェルネスのレンズで見るのが求められている。

建築の結果や状態として、住居、コミュニティー、住環境が、人々のモチベーション、行動、ライフスタイルの 80% に影響を与える。消費者は、こうしたつながりを認識し始めた。消費者のトッププライオリティーは健康とウェルネスをもたらすハウジングに向かっている。WLRE（ウェルネス・ライフスタイル・リアルエステート）産業はまだ取るに足らない規模だが、ウェルネスに対する需要成長を認識し、それを満たすことができる。このようにウェルネスに対する関心は高まっているが、投資家、不動産開発業者、消費者、政策立案者などは、WLRE およびエコシステム（生態系）としてのウェルネスコミュニティーが何であるかを理解している人はとても少ない。

2 重要なパラダイムの発見

私たちの既存の建築環境は、私たちのウェルネスにとっても大きく、そしてますます負の影響を与えている。私たちは、毎年、数兆ドルのおカネを治療、医薬品、医療技術、バイオ医薬研究に投資しながら、私たちの生活によって生じる健康およびウェルネス上の問題に受け身で取り組んでいるに過ぎない。私たちは、私たちがどこに住み、どのように生活するかについての私たちの変革にコミットすることなしに、慢性疾患、持続不可能な医療費拡大に取り組むことはできない。私たちは、私たちに、私たちの健康に高いリターンをもたらす場所—— 私たちの住居とコミュニティー —— に資源と投資をシフトしなければならないのだ。

ウェルネスと公衆衛生を支える職業および産業の概念を铸なおす必要がある。不動産投資家、都市計画者、デザイナー、建築家、交通網計画者など多くの専門家たちが、私たちの健康状態を決定づける建築環境に関与しているのだ。建物やインフラは、人体の免疫とおなじように重要なものである。ポケットパーク、散歩道、植栽は処方薬として重要だ。友人や近隣の人々は Fitbit より重要だ。私たちの建築環境を形づくることに関わるあらゆる産業は、よりよい世界をつくるための重要なパートナーである。

WLRE とコミュニティーに対する需要成長は急加速している。消費者は生活するための健康的な場所を見つけようとし、それらによるこんでおカネを払う。産業界のリーダーやビジョナリー（将来ビジョンを描く人々）は、消費者の異なるライフスタイルのニーズや望みに

合致するイノベティブな方法を開拓しつつある。政府はこうした取り組みを支援し始めている。もちろん、断片的で一貫性のないやり方ではあるが……。標準化やガイドライン、デザイン原則は、これらを促進するために登場しつつある。こうしたものが合流することが意味することは、WLRE がニッチからメインストリームになる準備ができているということだ。最終的にウェルネスを求めた建物が標準になってくるのだ。

WLRE とコミュニティが何であるかを定義することは重要だ。それはウェルビーイングや消費者の困惑を防ぐことにある。単に、いくつかの特徴やアメニティーを強調することで、ウェルネスのコミュニティとして不動産開発することは、ウェルネスコミュニティとは言えない。それは合目的かつ全体論的なコンセプトである。それはチェックリストや実行ステップではない。ウェルネスコミュニティの目的は、積極的に健康のベネフィットを全体的なウェルビーイングおよびライフスタイルを住む人々に提供することだ。

3 私たちが家と呼ぶ場所の何がウェルでないか？

過去数世紀の成果は、技術、建築、都市計画、インフラにおいて大きな進歩であることは間違いない。1世紀前まで伝染病、災害で多くの人々が命を落とした。しかし、衛生、きれいな水、ごみ処理、火災からの安全など建築環境を実現した。また建築技術と材料科学の進展によって、高層建築、近代的な構築物を安全で安い価格で提供することを可能にし、人口密度の高い都市を作り上げた。洗練された自動車が広大な高速道路システムを使って、行きたいところに、どこでも行けるようになった。さらに、住宅は快適で便利さを追求し、エアコン、自動食器洗浄機、テレビ、オンデマンドを生み出した。これらすべて私たちに大きな便益をもたらした。

しかしながら、私たちの家やコミュニティを計画し、デザインし、作る前世紀の方法は、私たちの健康を害し、ストレスをもたらし、人々を疎遠にし、不幸をもたらすライフスタイルを強要し、苦痛なほど大きなコストをもたらした。

今日の最大の健康リスクは、デスクワーク、テレビ視聴、テレビゲームなど長時間、運動しない（英語では sedentary）ライフスタイルだ。生活習慣病は死因の70%である。それは、身体活動の欠如、貧しい食生活、ストレス、孤独、疎遠、汚染された環境、医療格差（経済的なアクセス難）によって引き起こされる。世界経済フォーラム（WEF）は2030年までに世界全体に及ぼす経済的な負のインパクトが47兆ドルに達すると警告している。生活習慣病の原因のうち、遺伝によるものは15%以下、環境・行動要因が85%以上であることがわかっている。環境・行動要因とは「どこに住み、どのような生活を送るか」である。ぜんそく、肺がん、心臓病、脳疾患（出血、梗塞）など循環器の疾病による不健康と早死の主要な

原因は私たちの環境である。

屋内空気は外気の汚染と同じくらい悪いか、それ以上である。石炭、バイオマス燃料を使用した調理から出る煙を吸い込む 30 億人の人々、有毒ガスを生む建材を多用する近代建築によるシックハウス症候群、音公害、光公害、継続的なデジタル環境は、睡眠の質、肉体的健康に負の影響を及ぼしている。新しい住宅開発のための安い土地は、職場、商業施設までの距離をさらに長くする。そのため、通勤者は自動車公害を引き起こす。カーボンに依存した建築環境やライフスタイルは、地球規模の気候変動を引き起こし、私たちのコミュニティ、自宅、健康に対しては快適な脅威をとめないながら自然災害のリスクを増大させているのだ。

4 建築環境が私たちに悪影響を及ぼす中で、どのように私たちは健康でいられるのか？

以下、7つの次元に分けて示してみた。

子供、ティーンエイジャー	社会/コミュニティ	個人的行動
子供の肥満、心配症、うつ病、自立の欠如	孤独、社会的孤立、経済の不安、不平等、社会の分断化、信頼の欠如	運動しない生活習慣、不健康なライフスタイル、デジタルの負荷とストレス、自然や文化遺産との断絶
<ul style="list-style-type: none"> ・アメリカ人の子供が徒歩や自転車で学校に通う割合は、たったの 13%。1969 年の 48% に比べて大幅に減少した。 ・オーストラリアの子供が家の外で過ごす時間は、1 日 2 時間以下、4.5 時間をスクリーンの前で過ごしている。 ・中国人の子供の 3 分の 2 は、推奨されている身体運動のガイドラインを満たしていない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 25~45% の世帯が 1 人世帯 (米国、欧州、日本、中国) ・ 25% のアメリカ人は信頼できる友人が 1 人もいない。 ・ 病気や障害につながる、うつ状態にある人々が 2000~2015 年の間に世界で 15% 増加した。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 成年の 25%、未成年の 80% が運動不足。これによりヘルスケアおよび生産性低下のコストが年間 675 億ドル (7.5 兆円) にのぼる。 ・ アメリカ人の 38% が自分たちのコミュニティ空間に、散策したり、運動したりするスペースが欠けていると回答している。

屋外環境	働く人たち	シニアの人たち
大気、水、土壌、材料の毒性、光や音による公害、気候変動や生物資源の枯渇	長時間通勤、24時間/7日仕事する文化、ストレスと不幸福感の上昇	外に出て動く機会が減少。医療ニーズが増大。友人や家族からの孤立。
・有害な環境が、世界の病気の24%の原因となっており、毎年13百万人が命を落としている。	<ul style="list-style-type: none"> ・10分通勤時間が増えるごとに社会的交流が10%減少する。 ・長時間のデスクワークは、心臓血管系の病気の14%、ガンの13%、肥満の91%の原因である。 ・フルタイム労働者の33%がワークライフバランスを維持することが難しいと回答している（米国、英国、インド、日本、中国、ドイツ、メキシコ、ブラジル） 	<ul style="list-style-type: none"> ・63%の高齢者がヘルスケアにアクセスするのが難しい（アフリカ、アジア、ヨーロッパ、カリビアン諸国） ・英国の高齢者の17%が誰か別の人に会う頻度が週に1回1以下である。 ・米国のたった1%の家が高齢者のニーズに合致した十分な設備を満たしている。

都市のアンウェルネス	郊外のアンウェルネス
大気、水、音、光の公害が集中。混雑、静寂な場所の不足。豪華さとスラム、非富裕層にとって限られたアメニティー	毎日の活動と自宅が分離している。車への依存とスプロール現象。歩く機会が限られる。社会的孤立や分断を起こっている。
<ul style="list-style-type: none"> ・都市通勤者88%が不健康なレベルの公害にさらされている。 ・問い生活は、子供にも大人にも精神的な疾患を増加させている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・1日当たり1時間の車通勤ごとに肥満になるリスクを6%高める。 ・郊外に住む通勤者は、歩かない、車の運転時間が長い。肥満になりがち、交通事故に遭う確率が高い。 ・郊外へのスプロール現象によるコストは米国で年間1兆ドル（110兆円）。

5 WLRE のガイドライン——4つの柱

WLRE を概念化、計画づくり、デザイン、建設するプロジェクトのガイドラインを4つ示す。

(柱①) 無害からウェルネス最適化へ

—シックビルディングに対する単なる対応から、健康とウェルネスを最適化できる建物を合目的に建設する—

伝統的な建築基準と材料が屋内環境を極端に不健康で、毒性さえもたらすという科学的証拠が増えている。最低でも、WLRE は屋内外の有害物質から私たちを守る必要がある。たとえば空気や水に含まれる汚染物質をフィルターで取り除くとか、毒性のある化学物質を放出する建築材料や物質の使用を避けるなどである。

また、WLRE は住居人が睡眠、活力、心的状態、精神的健康といった彼らの健康を最適化するのに役立つ要素を取り込む必要がある。たとえば、音や光を防ぐ機能、自然光の最大利用、自然に触れる機会、体内時計に合わせた証明、屋内外の大気を感知し最適化するテクノロジーなどである。私たちの健康を改善することは、真のウェルネスコミュニティにおける基本的とも言えるデザイン原則である。

(柱②) 受動的から主体的なウェルネスへ

—私たちの建築環境はウェルネスを前進させる主体的な行動や習慣を奨励すべきである—

ウェルネスは、自分自身の健康の面倒をみる自己責任と主体的な参加を求める。住人に浄化した空気や水、体内時計に合わせた照明、防音、緑化を提供することで、ウェルネスを、ただ受動的に取り入れることは、ウェルネス体験を最適化することではない。

WLRE は、住人が全体論的な健康を促進するやり方で、行動できるように奨励すべきである。たとえば、交通手段としての徒歩、サイクリング、定期的な運動、ガーデニング、堆肥仕事、ペットの飼育、隣人との交流、コミュニティ活動への参加などである。こうした活動への参画から生じるものは、ウェルネスコミュニティの中で、お互いいつながっているとこの感覚を心から感じることである。

(柱③) ハードウェアからソフトウェアへ

—ウェルネスコミュニティを育成するための支援策、マネジメント、プログラム作成とハードのインフラの両方を必要としている—

リアルエステート（不動産）は、定義に従えば、大きく静態的な建物、構造物を意味する。これとは対照的に、ウェルネスコミュニティは動態的な組織である。建物や近隣のデザイン、材料、テクノロジーは基礎を据えることができるが、ウェルネスコミュニティを持ち込み、育てるには適切なソフトインフラが必要だ。こうした「ソフトウェア」には、(禁煙、リサイクルなどの) 方針、各種プログラム（たとえばフィットネス、ウェルネス学習、アート、文化または音楽プログラム、車や自転車のシェアリング、家族や子供向けイベント、農業市など）、主体的マネジメント（たとえばウェルネス指導者の存在）が含まれる。

(柱④) 自分に対してから私たちに対して

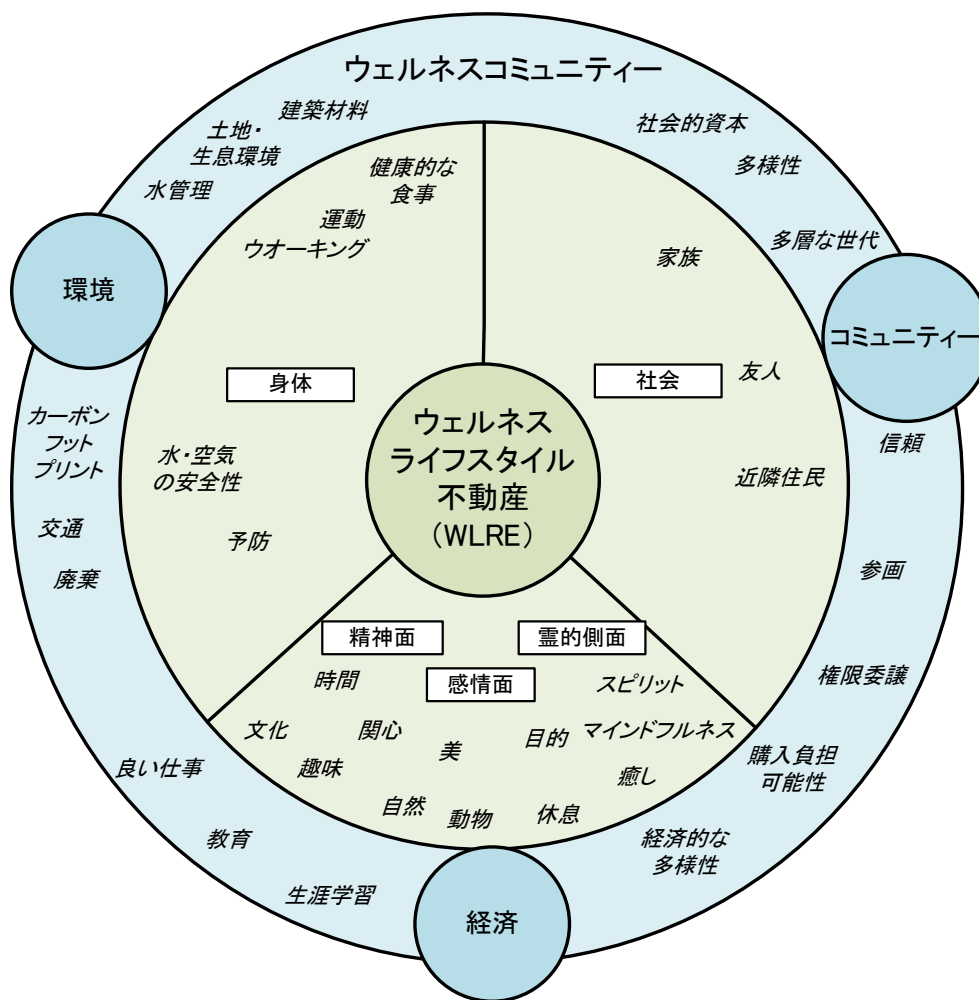
他者と、そして私たちより大きな何かにつながることによって、私たちはウェルネスコミュニティの一部になることができる。

6 ウェルネスコミュニティの基礎となる WLRE

WLRE とウェルネスコミュニティとの間をつなぐ最も重要なことは、ウェルネス自体を、自分からではなく、より広い私たちの視点から見ることである。現実のコミュニティでは、人々は他者とのつながりを認識できる。人々の選択やライフスタイルは、人々を取り巻く環境に、より広いインパクトをもたらす。また、人々はコミュニティの中で、意見（声）をもち、他者のウェルビーイングに影響を与える。したがって、WLRE がウェルネスコミュニティになるためには、より広い、非属人的なウェルネスの側面に取り組む計画やデザインの中に、ウェルネスの環境、社会、経済の次元といった諸要素がなければならない。

WLRE はウェルネスコミュニティのための基礎を提供する。図はコミュニティ、環境、経済の3つの視点でWLRE の価値提案を示した。

図 ウェルネスコミュニティの基礎となる WLRE



参考文献：

内容の多くは、グローバル・ウェルネス協会（本部、フロリダ州マイアミ）が発刊した2つの報告書「The Global Wellness Economy: Looking Beyond COVID, December 2021」および「Build Well to Live Well: Wellness Lifestyle Real Estate and Communities, Full Report, January 2018」を参考にしている。

グローバル・ウェルネス経済への変革

イノベーション研究レポート

作成日：2022年9月

株式会社 キザワ・アンド・カンパニー