

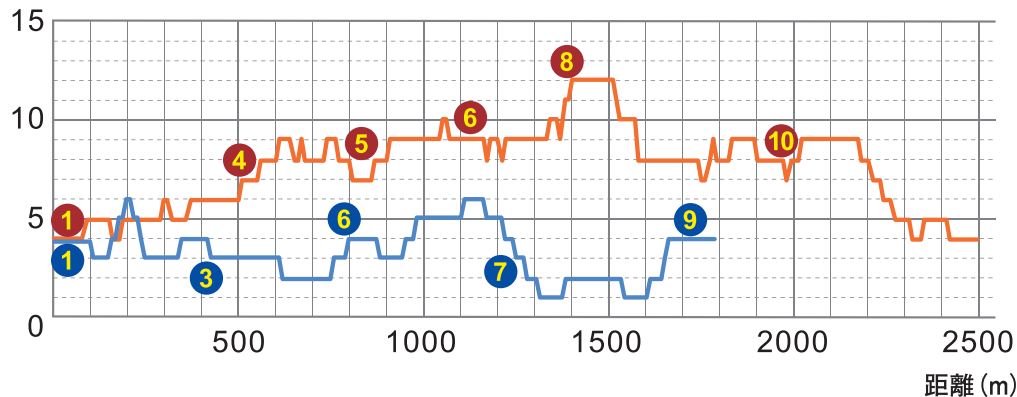
鉢ヶ崎コース 里山コース／里海コース



高低差グラフ

標高 (m)

● 里山コース ● 里海コース



海洋性気候の特徴

全天からの日射、水平線の広さ、白砂、長い日照時間、風

刺激の強い項目

- 気温が低い
- 風が強い
- 紫外線が多い
- 海水エアロゾル (煙霧) が多い

主に午前

海風



温かい陸に海から冷たい風が吹き込む

保護性と負担緩和の項目

- アレルゲン (花粉 以外) の減少
- 大気純度が高い
- 湿度が低い

夜

陸風



温かい海に、陸から冷たい風が吹き込む

海風：海水エアロゾルの活用

海水エアロゾル (煙霧) の塩分＋ヨウ素が下記に作用

- 塩分の粘液分解作用
- 気道粘膜の血行向上
- (気道) 纖毛運動の改善



粘液の分解と
肺からの排出を
促します