



“横瀬 de ウエルビーイングを探せ！”

明治大学国際共修プログラム (Magic-L) 受講者15名



・横瀬町の皆さま
「ウエルビーイングの種を見つける学生の旅」を受入れてくださり、ありがとうございます！

4グループごとに

- ・「WBのまち横瀬」の魅力をより多くの方に知ってもらうためのパンフレット・動画上映
- ・各メンバーのパーソナルな体験発表
「横瀬で感じたWBの場面とは??」
「具体的にどんな発見をした？」
「自身のWBを高めるために、これからどうする？」

A



横瀬

あなたのウェルビーイングを見つけよう

横瀬町のシンボル

武
甲
山

産業の発展





自然

鳥のささえずり

蛙の鳴き声





坐禪
大慈寺



不立文字





E
N
g



a
W
A



円 援
縁



野菜

事業承継



地産品

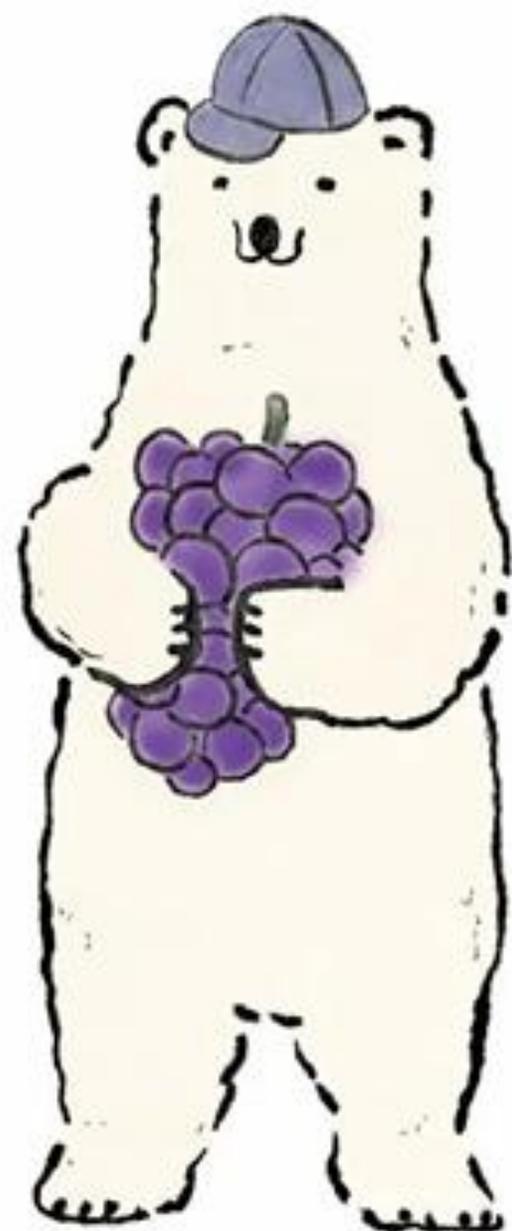
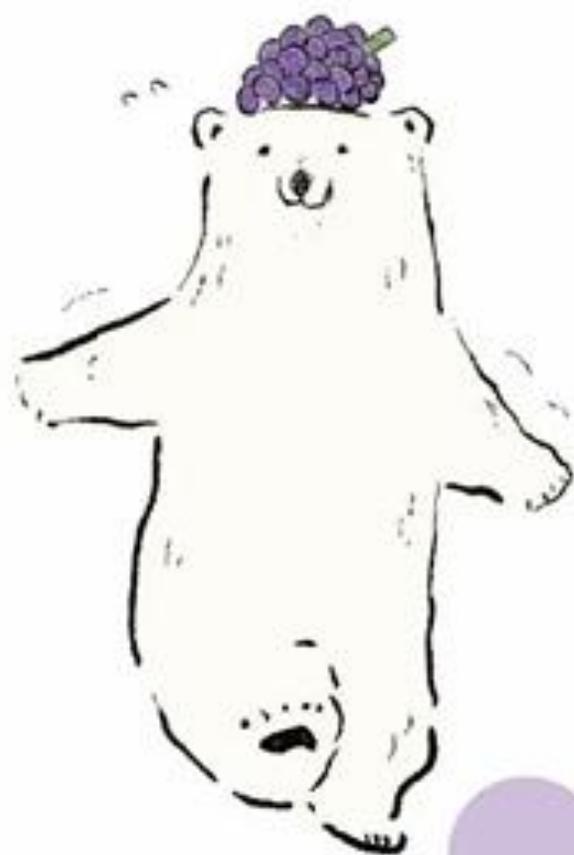
まご世代

まごころ



くまさんのおごころ

地域商社ENGAWAのみんなと
まごぶどうのビールを造ったよー



横瀬町の皆様
ありがとうございました!!



Aグループ個人発表

- ①横瀬で感じたウェルビーイングの場面
- ②こんな発見
- ③これからこうする！



- ①夕食後みんなでゲームをしたり話したりした
- ②メンバーといると楽しい、スマホを使う時間がなかった
- ③スマホを使う時間を家族や友達と話す時間にする
人との出会いや関係を大切にする



横瀬で感じたウェルビーイングの場面

- 街歩きをした時
- ただの散歩でも1人でするのとみんなとするのでは全然違う
- 忙しいと感じる時こそうまく時間を作って、ウェルビーイングを感じられるようにする

B

A watercolor illustration of a mountainous landscape. In the foreground, there are terraced fields and a small structure with a roof. In the middle ground, a village is nestled among green trees. In the background, there are large, layered mountains. The sky is light blue with some white clouds. The overall style is soft and artistic.

日本一チャレンジをする町

横瀬町

横瀬町に行く前

- ・自然が豊かそう
- ・交通が不便そう
- ・古い建物が多そう
- ・若者が少なさそう

よくある田舎町を想像



横瀬町に行った後

- ・自然が豊か
- ・交通の便がよい
- ・新しい建物が沢山
- ・若者が多い

ただの田舎じゃない！

横瀬町の取り組み

「カラフルタウン」の実現

7つの柱

- ①の柱 人づくり
- ②の柱 健康づくり
- ③の柱 安心安全づくり
- ④の柱 産業づくり雇用づくり
- ⑤の柱 賑わいづくり中心地づくり
- ⑥の柱 景観環境づくり
- ⑦の柱 人の輪づくり

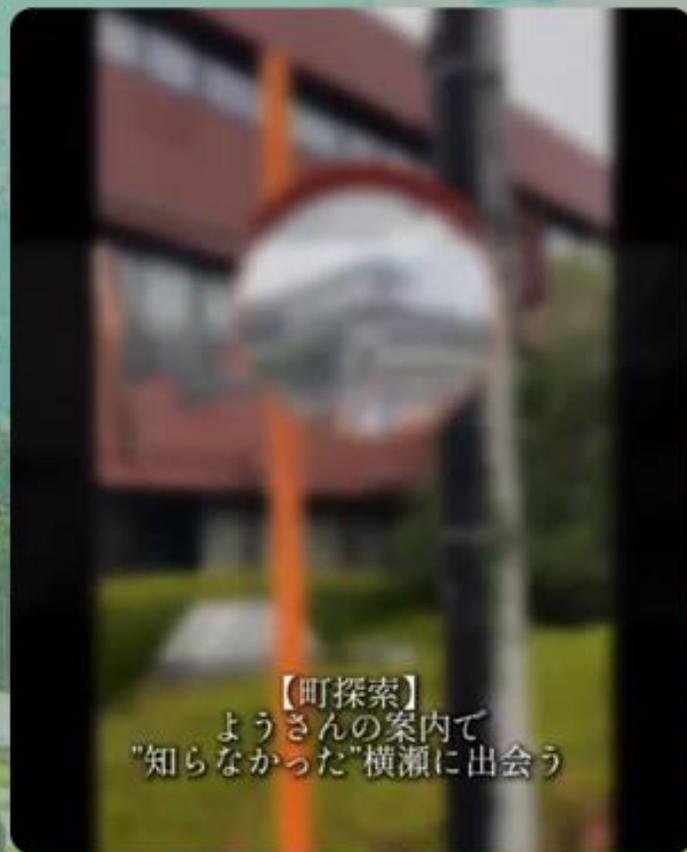
体験したこと

- ・町内探索
- ・農業体験
- ・役場の方のお話を聞く
- ・役場の方にインタビュー
- ・川辺でランチ
- ・大慈寺で坐禅・読経 など

横瀬町に見出した強み

チャレンジを後押ししてくれる環境
地域の人々の「つながり」

制作した動画



制作した動画



横瀬を大好きになった2日間
【完】

動画の特徴

- ・ノスタルジックな動画
→横瀬に感じた「懐かしさ」を表現
- ・人との「つながり」を強調

A watercolor illustration of a rural landscape. In the foreground, there is a traditional Japanese pavilion (tsukubai) with a tiled roof, situated on a grassy bank overlooking a series of terraced rice paddies. The middle ground shows a small village with several buildings, surrounded by lush green trees. In the background, there are large, layered mountains under a light blue sky. The entire scene is rendered in a soft, painterly style with visible brushstrokes and a palette of greens, blues, and earthy tones.

ご清聴ありがとうございました



①みんなで川辺でご飯を食べている場面 ②一緒に食べている時はスマホを見ない ③積極的に人とご飯を食べる！！



①自然いっぱいの風景に出会ったとき

②自分に合った町、雰囲気

③目的を持たずに出かけてみる！



①深夜までみんなと話した後、朝大慈寺まで歩いている場面

②朝歩くと体が起きる、一日を長く感じられる

③土日なるべく早く起きて散歩する



①夜遅くまでみんなで沢山話せたこと、自然や1つひとつのアクティビティに没頭できたこと。

②人と人の掛け合わせの可能性は無限大であること。

③相手のことを知るために、自分の素もさらけ出して人と関わるようにする！！

C



明治大学MAGIC-L

横瀬町で感じる ウェルビーイングの旅

～自然・人・体験を通じて～



ウェルビーイングな体験



横瀬町とは？

- 埼玉県秩父郡にある、人口約8,000人の町
- 都心から電車で約90分
- 豊かな自然と、あたたかい人のつながりが魅力

こんな人におすすめ！

- ✓ 忙しくて自分を見失いがち
- ✓ 将来や就活にモヤモヤしている
- ✓ 地方や社会課題に関心がある
- ✓ 「意味のある旅」がしたい

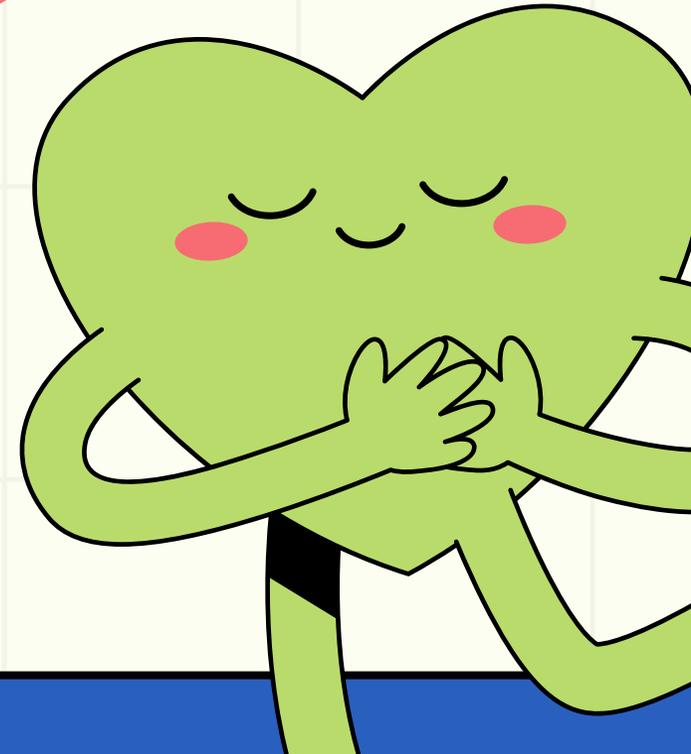
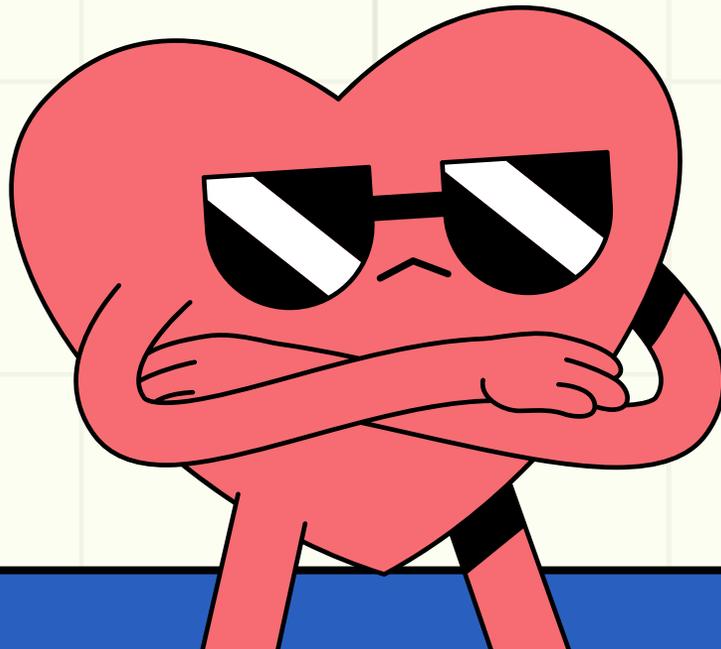
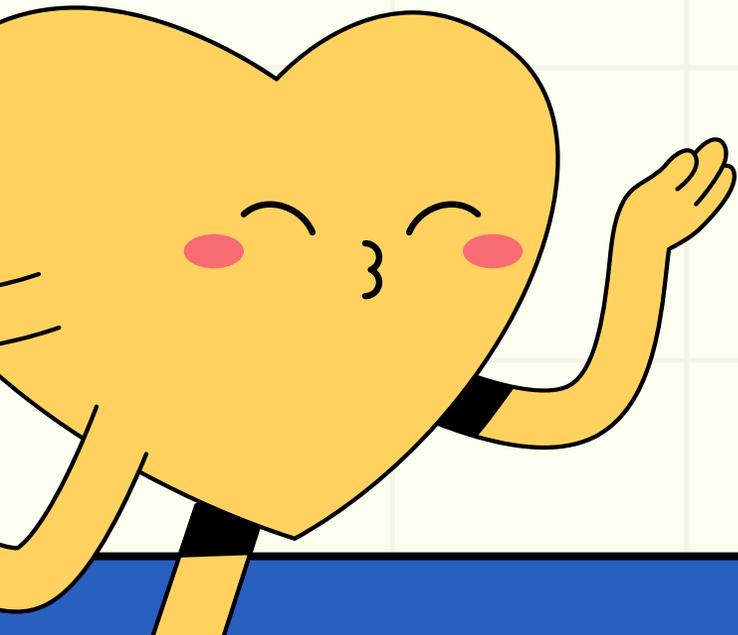
ウェルビーイングとは

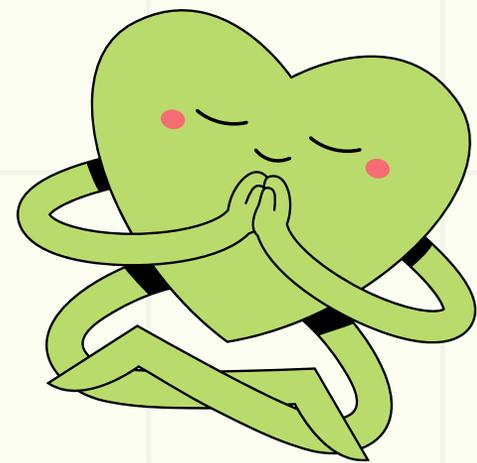
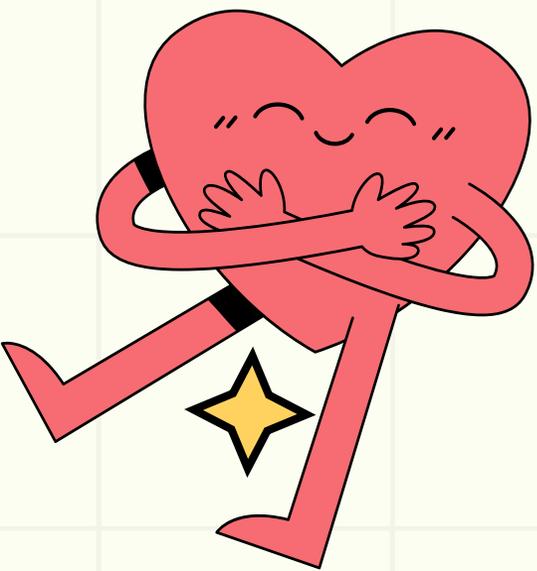
ウェルビーイング (Well-being) とは、身体的・精神的・社会的に良い状態にあることを指し、単なる幸福感だけでなく、生きがいや人生の意義などの持続的な幸福を含む概念である。

「自分の好きな写真」



Well-being



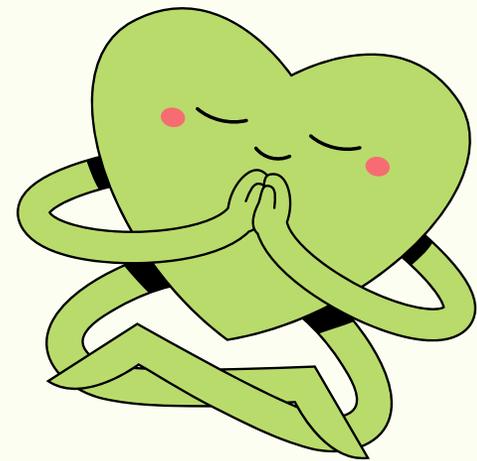




1 ロープのジャングル
ジムに登った場面

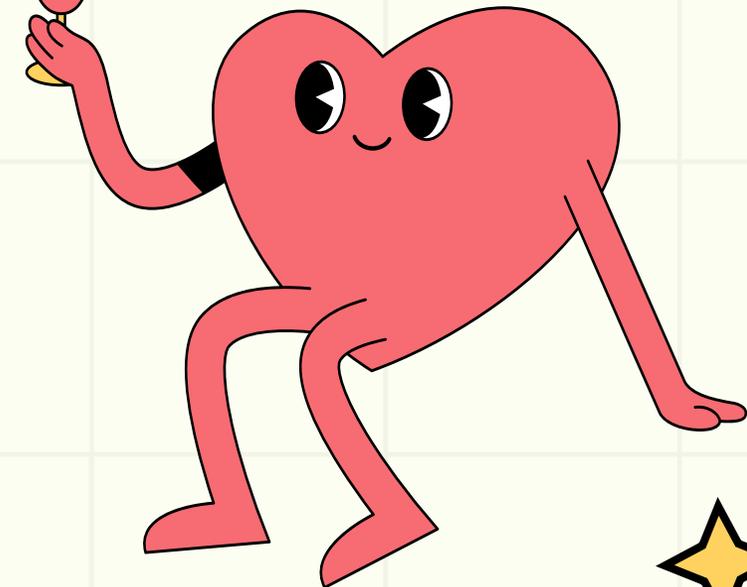
2 久しぶり登った
子供用遊具はやっ
ぱり楽しい！！！！

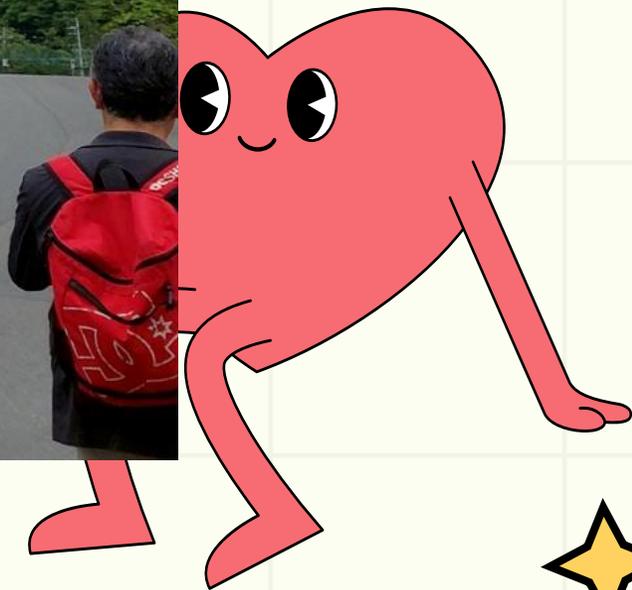
3 子供のころにやっ
ていたことを思い出し
て久しぶりにやっ
てみる！





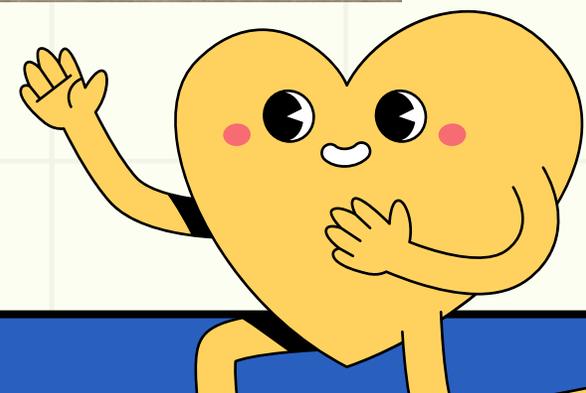
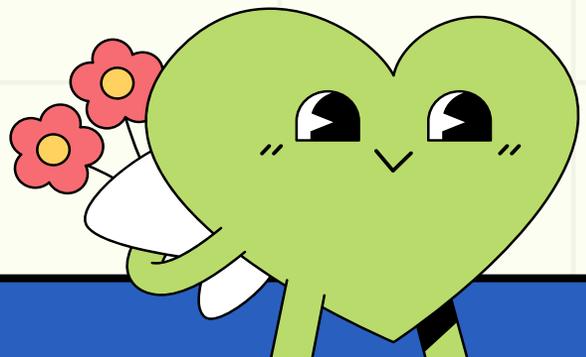
1. 横瀬町の二日目の大慈寺の写真。座禅が終わった後に、みんなと撮った写真。
2. 座禅が終わった後、みんな撮った写真だったので選択した。
3. こういう静かに心を癒してくれる経験を、また今度もう一度やりたい。





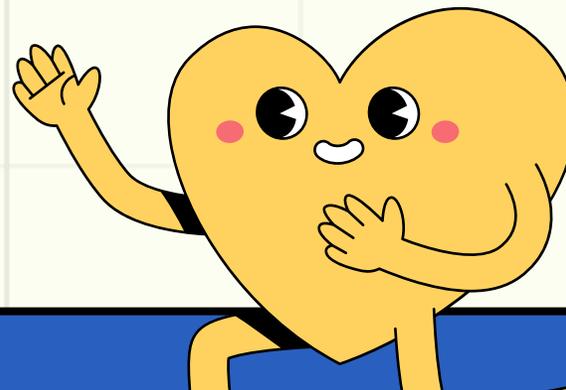
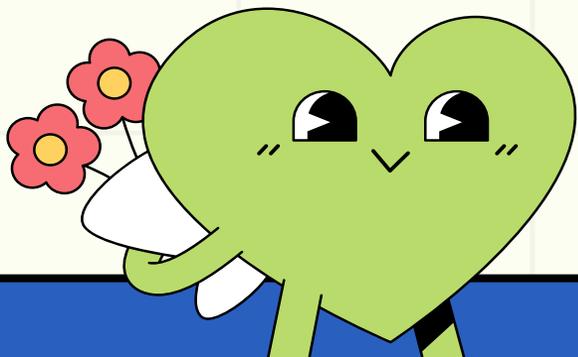
1. 横瀬町の一日目のウォーキングの時の写真 2心を静かにしてくれた。3こういう心を癒してくれるのが、横瀬の魅力だと感じた。

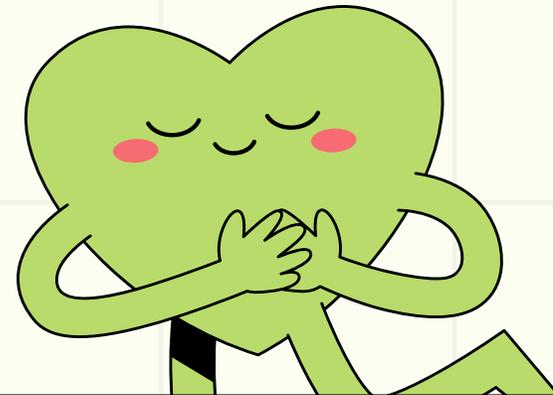
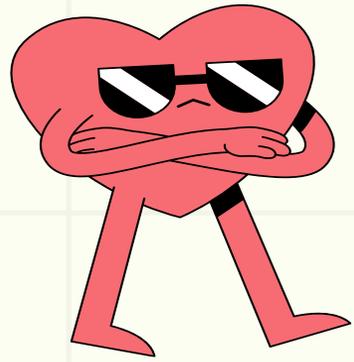


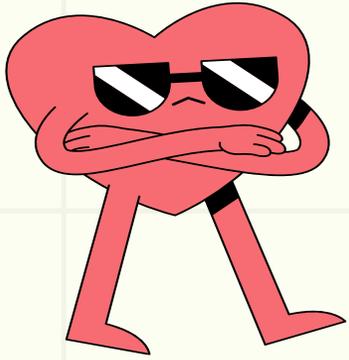


しゅ

1. 宿で自由時間にみんながピアノを弾いてたのを聴いた時
2. 一緒に音楽をすることは楽しい。
みんなが楽しくしている姿をみると自然とみている方も楽しくなる。
3. 友達と一緒にの空間で一緒にの時間を大切にしたい。

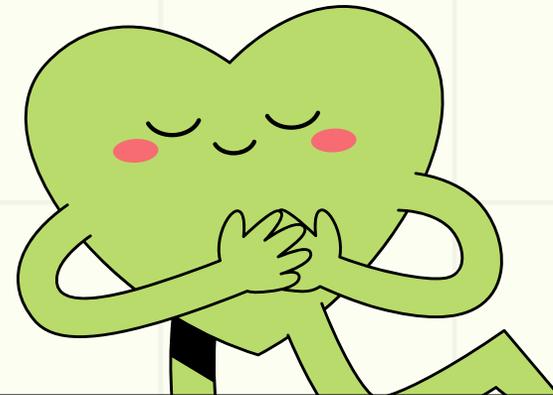






ひとは

- 1. 横瀬町に着いたときに記念写真を撮っている様子
- 2. みんなで仲良く腕を組んで写真を撮っている光景に自然と笑顔になった
- 3. 友達と笑い合える時間は貴重だと感じたため、自分からも笑顔を届けられるような人になりたい





Thankyou
Very Much

D

横瀬っどんどこ？

横瀬の強み

日本一
チャレンジする町！？

チャレンジ精神

企業や個人のやってみたいを町が積極的に採用。地元食材や自然を活かして、たくさんの人が気軽にチャレンジしています！

人の繋がり

横瀬町のENgaWA(えんがわ)は地元の人と地域の魅力がゆるやかにつながる交流拠点。食を通じていろんな人が挑戦する姿が、日常の風景になっています！

多彩なプログラム

高校生やインターン生を積極的に受け入れ、アフターサービスも充実！都会に疲れたらまた帰りたくなる横瀬を目指してます！



行くべきスポット3選

Area898



もともと農協JAだった場所を町の温かみを感じる町役場に改修された。町民も旅人も集う横瀬の自由なワーキング&交流拠点！

武甲山

標高
1304m



登山初心から経験者まで満足できるコースがある。12時半に石灰石を爆破するダイナマイト音が聞こえるよ！

大慈寺



夫婦龍がお寺に彫られおり、願えば恋愛成就や夫婦円満が実現するかも！？アニメ「心が叫びたがってるんだ」の舞台となったよ！



横瀬で

Well-beingを 見つけよう



詳しくはホームページを
ご覧ください <https://www.town.yokoze.saitama.jp>
QRコードはこちらから

横瀬町役場

0494-25-0111





2025/6/4

野口佑一郎

43

①横瀬で感じたWB

- ①多くの人がチャレンジしている場面
- ②豊かな緑や鳥やカエルの鳴き声！

②発見

- ①散歩に集中することは楽しい！
- ②チャレンジすることの楽しさ！

③これからこうする！

- ①自分の感じた楽しい・おもしろいを追及！
- ②やりたいと思ったことにとことんチャレンジ！





1年 小沼悠人



- ・大学の縮図といえるようなこのクラスの仲間とともに、人のつながりを意識させられる横瀬で作業したり会話をできたこと。

- ・現地で働く方々の横瀬に対する熱意が想像以上であったこと。チャレンジを進めるだけでなく、多くの議論を重ね、伝統的に守ってきたものは、残す姿勢に感銘を受けた。

- ・人脈を広く持てる人になりたい。大学入学時に持った目標を遂げられるようにしたい。



横瀬で感じたWB

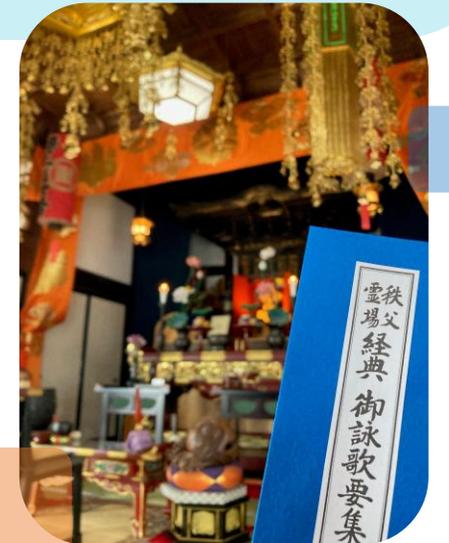
空気・音・おしゃべり

発見

人と関わる時間、自分ひとりの時間の両立
一つのこと集中する

これから…

自分時間を作る
知らないところへお出かけをする





矢口 綺夏

人と関わるのが楽しい！ WELL-BEINGにつながる！

- 新しいコミュニティに入ることを恐れない
- いろいろな人と関わるようにする
- 関係を深められるように自ら行動する

