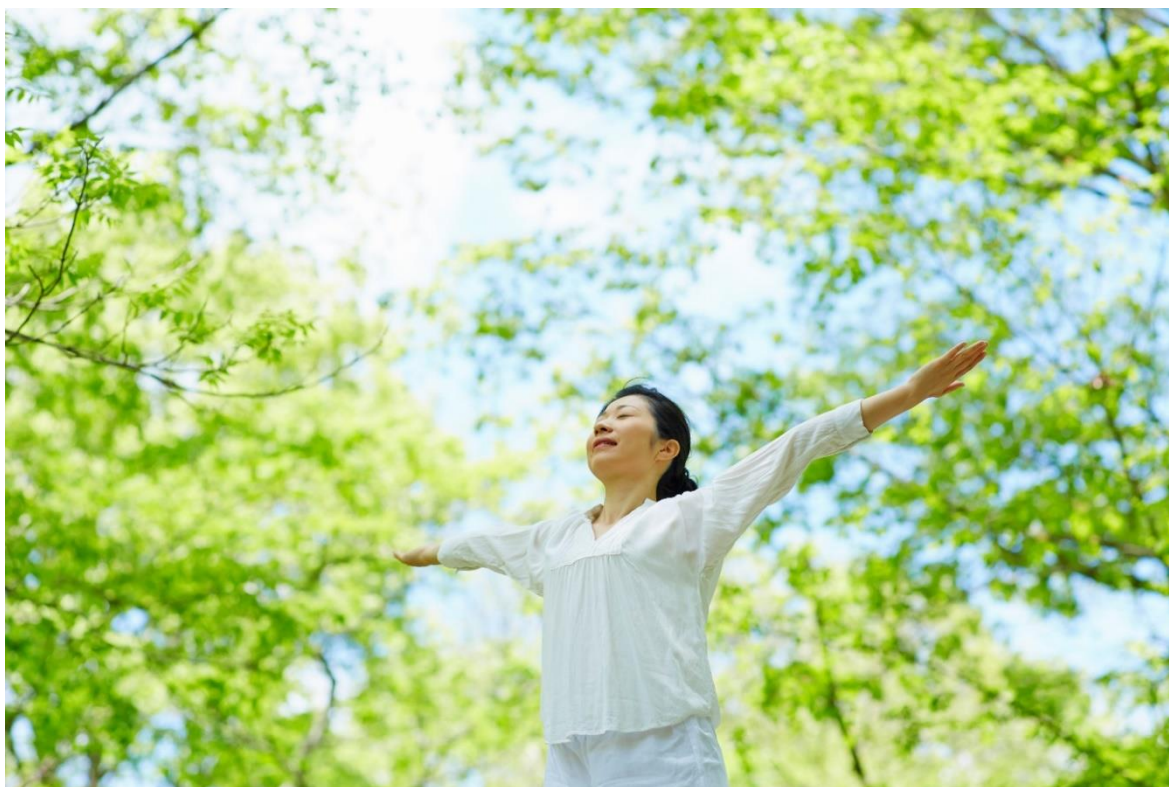


## 星のや軽井沢 (長野県・軽井沢) 「脱デジタル滞在・軽井沢～温泉と森林浴～」

開始日：2020年12月1日

各施設が独創的なテーマで、圧倒的非日常を提供する「星のや」。その始まりの地である長野県・軽井沢の「星のや軽井沢」は、現代人の日頃の疲れやストレスの要因となるデジタル機器から離れて滞在する「脱デジタル滞在」を通年で提供しています。このプログラムでは、森での乗馬とネイチャーウォッチングに没頭することで豊かな自然との一体感を感じ、温泉での入浴と瞑想体験で自身の心や身体と向き合います。軽井沢の豊かな自然環境と温泉を活かした体験を通して、心身ともにリフレッシュし、豊かな感性を取り戻すことができます。



### 開発背景

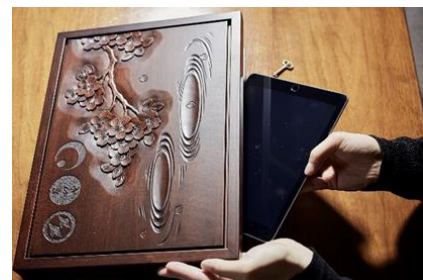
星のや軽井沢は、浅間山の裾野に位置し「軽井沢野鳥の森」に隣接しています。敷地は、信濃川水系の一級河川「湯川」に沿って広がっており、森と水に囲まれた非日常空間を形作っています。加えて、大正時代に開湯し、豊かな泉質と湯量に秀でた星野温泉の歴史を引き継ぐ、源泉掛け流しの温泉があります。星のや軽井沢は、かねてより自然豊かな森と温泉に育まれてきました。そこで、デジタル機器に囲まれた忙しい日々を送る現代人に向け、軽井沢の豊かな自然環境と温泉を活かした滞在を通して心身ともにリフレッシュし、豊かな感性を取り戻すプログラムを開発しました。

### 豊かな感性を取り戻すための3つの要素

脱デジタル滞在は、「デジタル機器から離れる」「地域の自然や文化を生かしたアクティビティに没頭する」「自分と向き合う」の3つの要素から成り立っています。

## 1 デジタル機器から離れる

プログラムのはじめに、客室にてデジタル機器を預かります。デジタル機器を格納する箱は、長野県の伝統的工芸品に指定されている「軽井沢彫」の文箱です。軽井沢彫は、軽井沢の別荘に滞在した宣教師をはじめとする外国人向けの西洋家具に彫られたもの。明治の頃から軽井沢で愛されてきた彫り物の箱にデジタル機器を収めることで、デジタルの存在から意識をそらし、滞在をより印象深い時間へ導きます。



## 2 地域の自然や文化を生かしたアクティビティに没頭する

軽井沢の森の中で没頭することで、自然との一体感を感じ日常の忙しさを忘れられるアクティビティを用意しました。1日目は浅間山麓の森の中にある乗馬倶楽部で、馬のケアと乗馬を体験します。本体験では馬のケアを実践することで、触れあいの時間を多く設けています。馬に乗り、220～250cmの高さから木々を見下ろしながら道なき道を進む体験です。

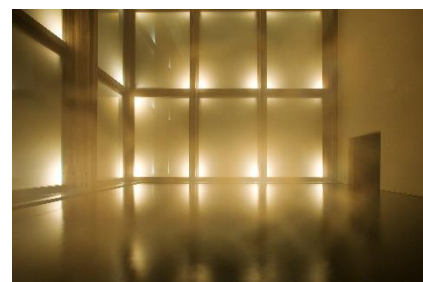


翌日は、星のや軽井沢に隣接する軽井沢野鳥の森でネイチャーウォッチングを体験します。野生動物の専門家「ピッキオ」のスタッフと共に、その日その時ならではの動植物を探して約1時間、森の中を歩きます。道を進むにつれて徐々に感覚が研ぎ澄まされ、小鳥が落ち葉の上を歩く微かな音や鳴き声など、通常は逃してしまいそうな動植物の気配にも気づくことができます。



## 3 自分と向き合う

デジタルによるストレスが緩和され、自然との一体感を感じ始めたら、温泉入浴と瞑想体験で、自分と向き合います。宿泊者専用の温泉「メディテーションバス」にて、「Onsen マインドワーク」を行います。星のや軽井沢オリジナルの「瞑想入浴法」をベースにした、温泉で行うアクティビティです。メディテーションバスには「闇の部屋」・「光の部屋」と呼ぶ2つの浴室があります。闇の部屋では暗闇の中に響く音や水の揺らぎを感じ、光の部屋では身体を湯に浮かべた「浮遊浴」の状態です。全身から余分な力が抜けることで、心が鎮まり、身体が芯から温まる体験です。瞑想を通して自分と向き合うことで、過剰な情報を整理し、リフレッシュできます。



## スケジュール例

### <1日目>

15:00 チェックイン、  
デジタル機器を預ける  
17:30 夕食 (別料金)  
20:00 星野温泉 トンボの湯入浴

### <2日目>

7:00 乗馬倶楽部へ出発  
8:00 森の乗馬体験  
10:00 ブランチ (別料金)  
14:00 ネイチャーウォッチング  
18:00 夕食 (別料金)

### <3日目>

7:00 朝食 (別料金)  
10:00 Onsen マインドワーク  
12:00 チェックアウト、  
デジタル機器を受け取る

## 「脱デジタル滞在・軽井沢～温泉と森林浴～」概要

開始日 : 2020年12月1日～通年 \*除外日あり  
料金 : 1名 48,400円 (税・サービス料込) \*宿泊料別  
含まれるもの : 森の乗馬体験、ネイチャーウォッチング、Onsen マインドワーク  
定員 : 1日1組 (2名まで)  
予約 : 公式サイト (<https://hoshinoya.com/karuizawa/>) より7日前まで  
備考 : 天候や都合により、一部内容が変更になる場合があります。

## ■星のや

「夢中になるという休息」をコンセプトに、各施設が独創的なテーマで、圧倒的非日常を提供する「星のや」。国内外に展開する各施設では、その土地の風土、歴史、文化が滞在時間を豊かにするものとしておもてなしに織り込み、訪れた人を日々の時間の流れから解き放ち、特別な非日常へいざないます。

URL : <https://hoshinoya.com>



## ■星のや軽井沢

谷の集落に滞在する。離れの客室は水辺を囲み、部屋のテラスからは季節のうつろいが感じられます。軽井沢野鳥の森に面した豊かな自然環境にて、休息の時間を満喫できる宿泊施設です。

所在地 : 〒389-0194 長野県軽井沢町星野

電話 : 0570-073-066 (星のや総合予約)

客室数 : 77室・チェックイン: 15:00/チェックアウト: 12:00

料金 : 1泊 102,000円～ (1室あたり、税・サービス料込、食事別)

アクセス: JR 軽井沢駅より車で約15分 (送迎バスあり<無料>)、碓氷軽井沢ICより車で約25分

開業日 : 2005年7月20日

URL : <https://hoshinoya.com/karuizawa/>



本件に関する報道関係からのお問合せ先

星野リゾート 広報 TEL 03-5159-6323/FAX 03-6368-6853/E-mail [pr-info@hoshinoresort.com](mailto:pr-info@hoshinoresort.com)