

魅力あふれる旅の紹介企画です

今回のテーマは「温泉」

私が行った温泉をタイプ別に紹介します

簡単に自己紹介
温泉とは
秘湯の宿
泉質がお勧めの湯
ユニークな温泉地
温泉で町興し
絶景の湯
癒しの湯
まとめ

尻焼温泉



温泉の定義

温泉法(1948年制定)で規定

温度25 以上

または別途規定している成分が1kg中で1g以上含む

泉質を語るには pH (ペーハー)

酸性・アルカリ性の度合いを示す、水素イオン濃度



酸性湯の特徴

殺菌作用がある、石鹸が効かない

アルカリ湯の特徴

スベスベになる、美肌(人)の湯と呼ばれる

日本は火山が多い
温泉も多い

最近は温泉ブーム

温度定義が緩いので掘れば温泉
1000m程度掘れば必ず温泉が出る

日本の温泉は独自文化

温泉旅館、湯治、混浴
町興し

最初の湯守(秋保、草津、野沢)

温泉偽装事件

白骨温泉で発覚、全国へ
加温、加水など表示義務



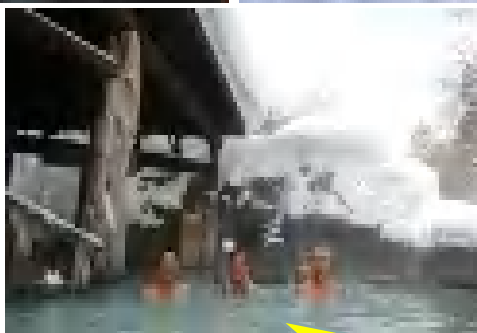
【秘湯の宿】

【栃木県奥鬼怒 標高1300m **八丁の湯**】

夫婦湊の駐車場から7km、一般車両は侵入禁止

内湯、混浴露天風呂など全部で6つの湯船

泉質は単純硫黄泉で湧出温度は52℃、やや硫黄臭

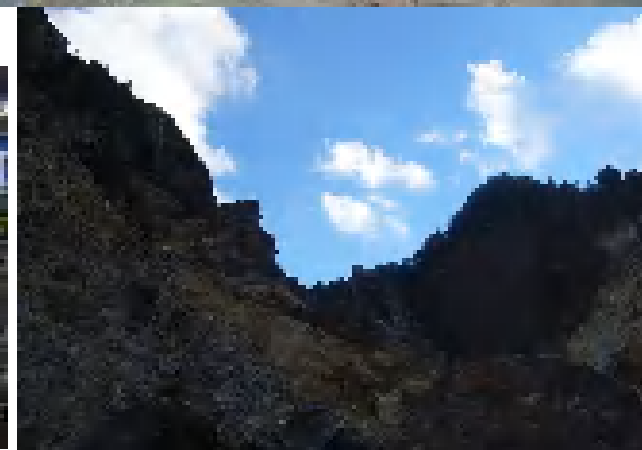


隣の加仁湯



【山形県米沢 姥湯温泉】

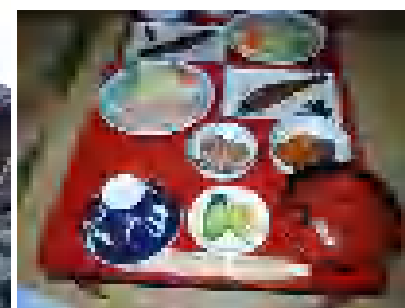
吾妻連峰北麓 自家用車では行けない 一軒宿
露天風呂からの眺望抜群 緑がかった乳白色酸性泉



荷物は専用ロープウェイで運ぶ

【栃木県那須岳 標高1450m 三斗小屋温泉】

那須岳ロープウェイを降りてから山歩きで2時間
単純泉、露天風呂からの星空が見事



【泉質がお勧めの湯】

【群馬県 草津温泉】

標高1200m 強酸性硫黄泉 pH1.8 湯量豊富

泉質主義を貫く

歴史がある

若者が集まる



【秋田県仙北市 玉川温泉】

強酸性 (pH1.2)

鉄泉、硫黄泉 泉温98

温泉治療の湯治客多い

リウマチを含む神経系統の疾患

血圧等循環器系統の疾患

せき髄性並びに脳性小児麻痺

貧血症並びに白血球減少症

皮膚病

免疫力・抗菌力の増強、健康増進

肝機能の活発化に対する効果

疲労回復に対する効果

細胞の活発化と若返りに対する効果

気管支炎や風邪、喘息などに効果



リウマチを含む神経系統の疾患

入浴初期(3～7日目)には、副腎皮質機能の低下により、一時的な症状の悪化がみられますが、次第に温泉浴の効果が現れ、副腎皮質機能の亢進による症状の改善・治癒がみとめられます。副腎皮質機能の亢進 ステロイドホルモンの分泌を高め自力治癒を促進につながるといわれています。

血圧等循環器系統の疾患

玉川温泉には、高い血圧を下げ、正常血圧には余り影響を及ぼさず、低い血圧は逆に上げるといった循環器系に好ましい調整作用があり、血中コレステロールの増加並びに血管に対する動脈硬化を抑制する効果があります。

脊髄性並びに脳性小児麻痺

脊髄性小児麻痺においては、調査事例中半数が筋電図でみると、放電間隔は狭くなり、また振幅の増大が認められるなど明らかな筋機能の増強が確認されておりますが、45日間以上の長期浴治が前提となっております。脳性小児麻痺においては、調査事例中6割に患肢筋力の増強、首のすわりの軽減、這行及びつかまり立ち方の好転、体動の円滑化、痙攣化・言語状態の好転など目立った効果のあることが明らかになっております。しかしながら、これらの病気は、整形外科医、内・小児科医、精神・神経科医、温泉療法医などの協力が必要不可欠となりますのでご承知おき下さい。

貧血症並びに白血球減少症

赤血球数・血色素、白血球数の増加並びにその持続がみられるなど、造血臓器を刺激し、その作用を賦活調整する働きがあることがわかっております。放射線業務などに従事されている方にとっては、良い保養・療養泉になると思われれます。

皮膚病

白癬症、ウィダール苔癬、慢性湿疹、腫症などをはじめ、いわゆる慢性の皮膚病に対して効果が期待できます。水虫も7～10日間の湯治で完治した事例もあります。

生体の免疫力・抗菌力の増強、健康増進に対する効果

湯治3～5日目頃に一時的な抗菌力の減退があるものの、温泉浴を続けていくに従い、次第に抗菌力が増大し、10日目頃には温泉浴開始前の1.5～2倍にもなることから、身体の防衛力増強や治癒力の増進など好ましい効果が期待できます。

肝機能の活発化に対する効果

肝臓の機能に重大な影響を及ぼすビタミンB2の代謝面からみると、湯治3～5日目では数値が減少して肝機能が一時的に減弱するものの、温泉浴を続けていくうちに増加に転じ、肝臓の代謝が活発化していきます。

疲労回復に対する効果

入浴開始数日後から身体の疲労は回復し、体調が良くなり、細胞亢進状態になることが立証されております。但し、度を越した入浴(回数・時間)は逆効果をもたらしかねませんので、適度な入浴をお勧めします。

細胞の活発化と若返りに対する効果

身体の具合や調子などに及ぼす影響をみる皮膚導体内抵抗を測定の結果、細胞活動の亢進により、あたかも老人の皮膚が若い女性の手の甲のようになる作用を起こし、結果的には体調をよくして若返らせる働きがあります。これは、玉川温泉浴治効果の中でも特筆できるものといえます。

蒸気に含まれる微量の硫化水素ガスの吸入により、気道の繊毛を刺激し、粘膜の再生を促進させて、気管支炎や風邪、喘息などに効果があります。浴場内の「蒸気湯」「箱蒸し湯」の利用のほか、源泉付近の散策や岩盤の利用により蒸気吸入の効果が得られます。

【山梨県 川浦温泉 山県館】

pH8.6 アルカリ泉 湯温43 カランまで温泉
武田信玄の命令で温泉開発



【ユニークな温泉地】

【栃木県那須岳の麓 北温泉旅館】

駐車場から歩いて15分の一軒宿 テルマエロマイに登場
温泉プールと混浴の天狗の湯、露天風呂、内湯



【鹿児島県 指宿温泉】

食塩泉 泉温が高く砂蒸し風呂が有名



【青森県黒石市 青荷温泉】

ランプの宿で有名 一軒宿

無色透明単純泉でも青森ヒバの匂いが最高

4つの風呂 露天風呂



【町興しの温泉】

【福島県いわき スパリゾートハワイアンズ】

炭鉱の町から日本のハワイ & 温泉テーマパークへ
映画フラガールの舞台 東日本大震災からの復活劇

従業員・家族・街を守るために
炭鉱(山)から会社が事業転換

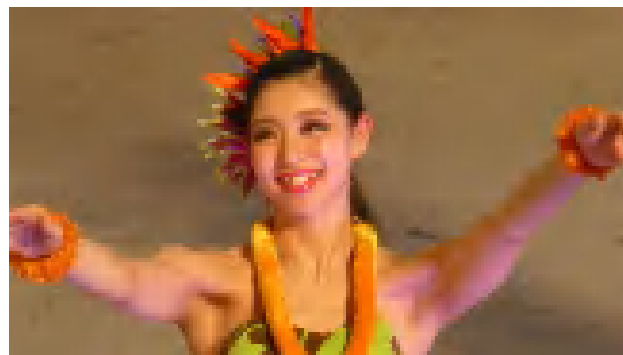
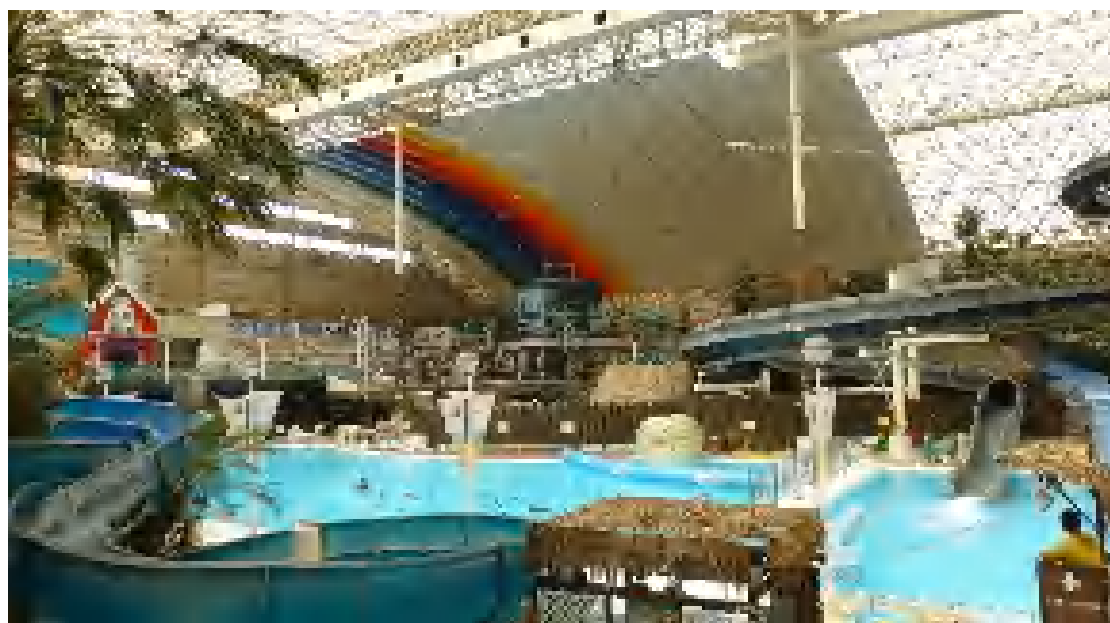
熱い水が多い炭鉱を逆利用

当時日本人が一番行きたい
海外はハワイ

温泉水で室内を暖めハワイに

賛否両論の中、苦労の末に
1966年にオープン

震災(原発事故)からの復活
人が集まらない中、新規採用
ISO9001のマニュアル役立つ
ダンサーも全国ツアーへ



【大分県由布院 湯布院温泉】

単純泉 42～98 湯量豊富

まず、結束

昔20軒ほどの由布院温泉は、旅館同士が観光客を取り合うのではなく、結束する道を選んだ。例えば売上を互いに公表、料理レシピを共有等。長い年月をかけ、幾度も話し合いの末に信頼関係が生まれた。



どんな温泉地を目指すか

多くの温泉地が大型化商業化していく中、もともとの田園風景を残し、独自の景観や雰囲気を作ろうと「保養地」としての温泉を目指す。

どうしたか

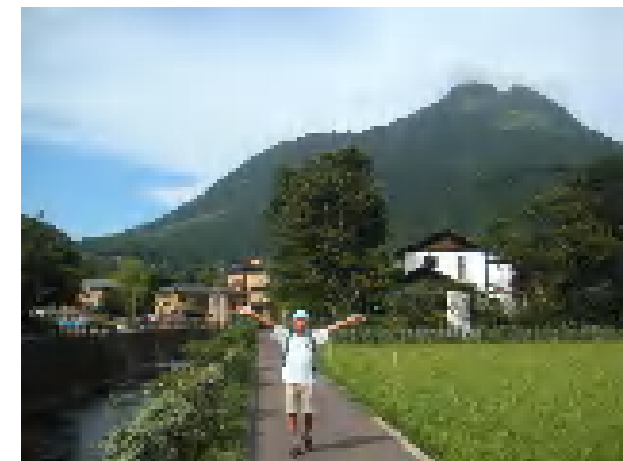
ヨーロッパ有数の観光地で滞在型保養都市 ドイツのバーデンに視察に行くと決意

1ドル360円時代に経営難の旅館が海外視察に？

50日間のドイツ視察

町長や住民の協力で実現。

緑や空間、静けさ、“ほっ”とできる滞在型保養地になるには地域全体でお客様を迎えることだと。そこから由布院の包括的な保養地としての町づくりが進められた。



【熊本県 黒川温泉】

硫黄泉 47～96 湯量豊富

昔、全く名の知られない温泉地だったが・・・
1970年代Uターンや婿入りで旅館二代目が集まって来た。
都会経験を活かし客の立場から新しい温泉振興策を模索。

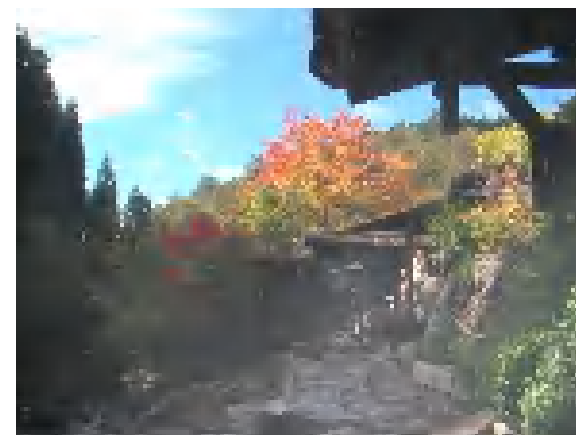


1986年 組合組織を再編し、看板班、環境班、企画広報班を組織。

看板班 目立つことを競って乱立する看板200本を全て撤去、統一共同看板設置

環境班 ある男が3年かけてノミ1本で洞窟を掘り風呂にした。それに影響され
他の旅館でも彼の指導で露天風呂をつくったら、女性客が徐々に増え、
当初は冷ややかだった旅館仲間も次々と露店風呂を作る。
建物周辺も配慮し、情緒ある「絵になる風景」づくりに励む。

企画班 敷地の制約からどうしても露天風呂が造れない
2軒の湯宿を救うために黒川の全ての露天風呂
が利用できる入湯手形を発案した。



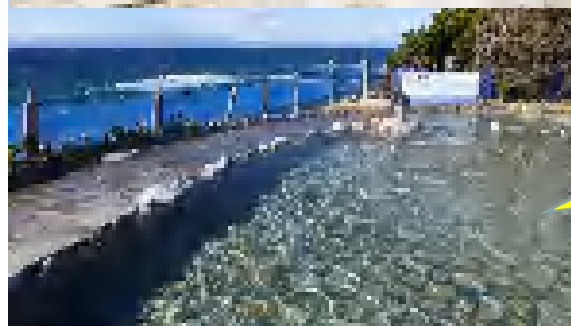
【絶景の湯】

【青森県深浦町 不老心死温泉】

五能線沿線 海岸にある露天風呂 夕日美しい
含鉄 - ナトリウム - マグネシウム - 塩化物強塩泉 52



【東京都伊豆大島 大島温泉ホテル】 三原山を臨む露天風呂

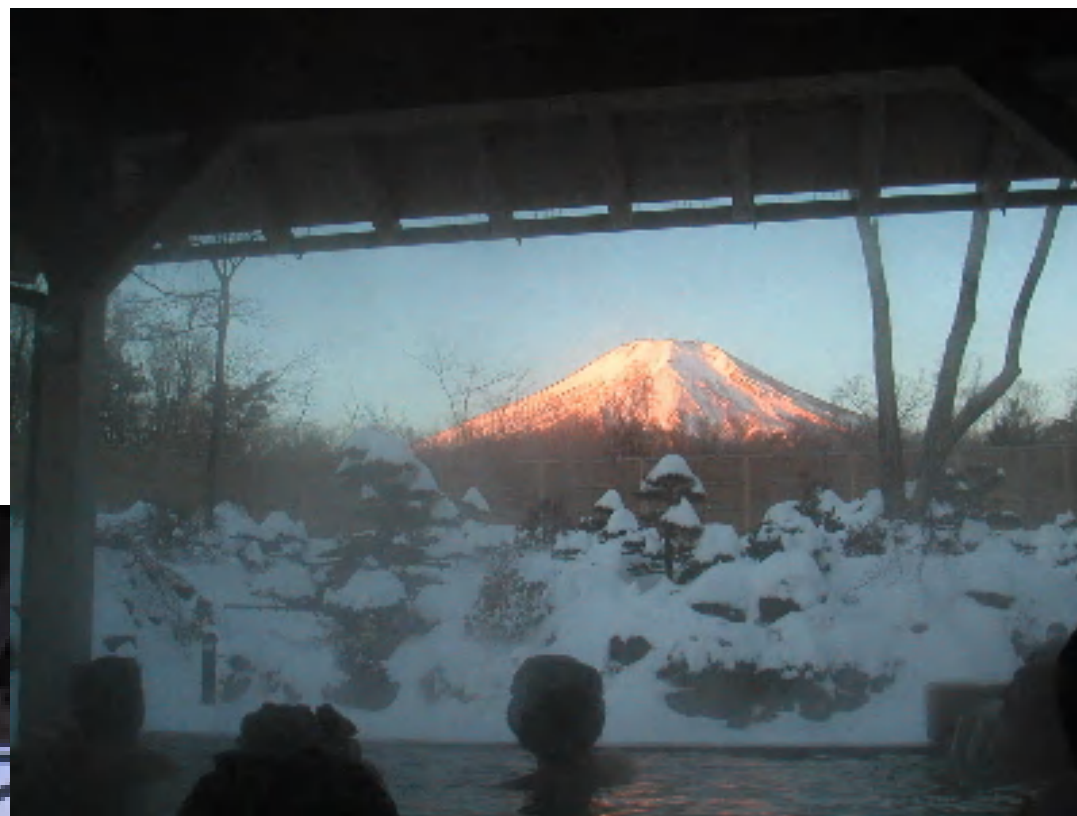


これは浜の湯



【山梨県山中湖 紅富士の湯】

朝焼けの富士山を臨む
露天風呂
冬季のみ早朝営業
日帰り温泉

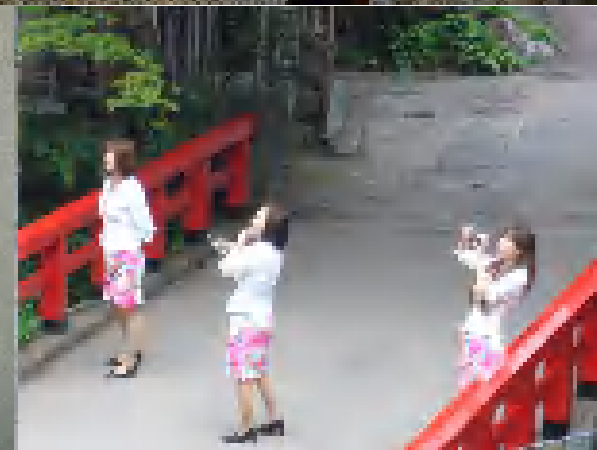
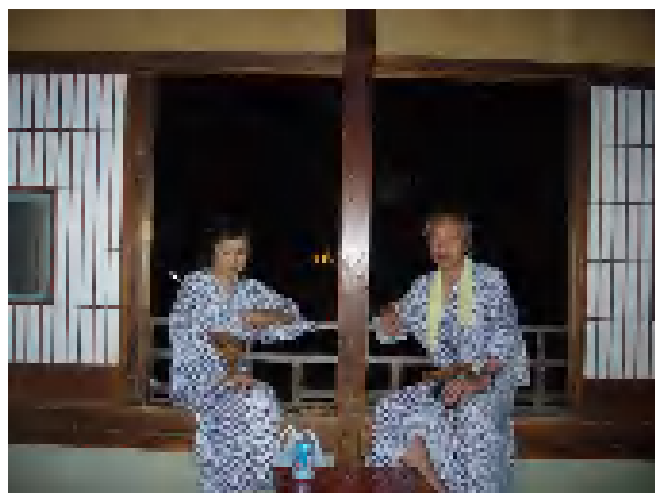


【癒される温泉】

【群馬県 四万温泉 積善館】

千と千尋の神隠しのモデル

過去にタイムスリップするトンネル 元禄の湯



【福島県福島市郊外 高湯温泉】

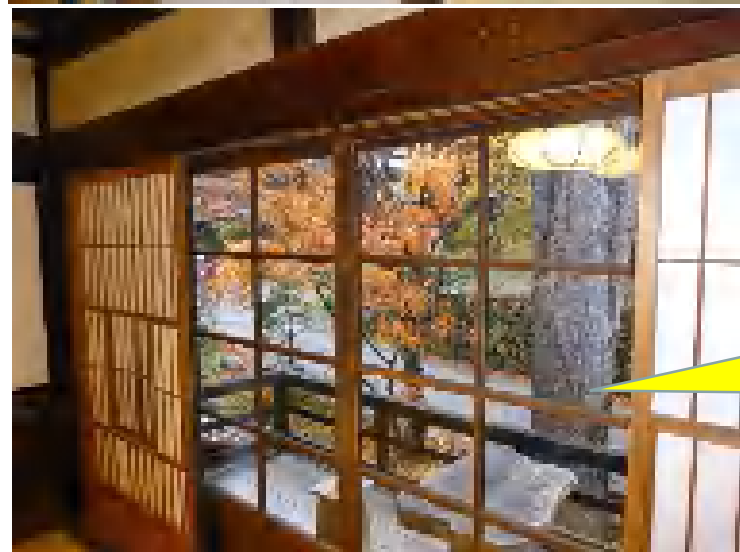
強酸性の硫黄泉

小さな宿10軒ほど 玉子湯が有名



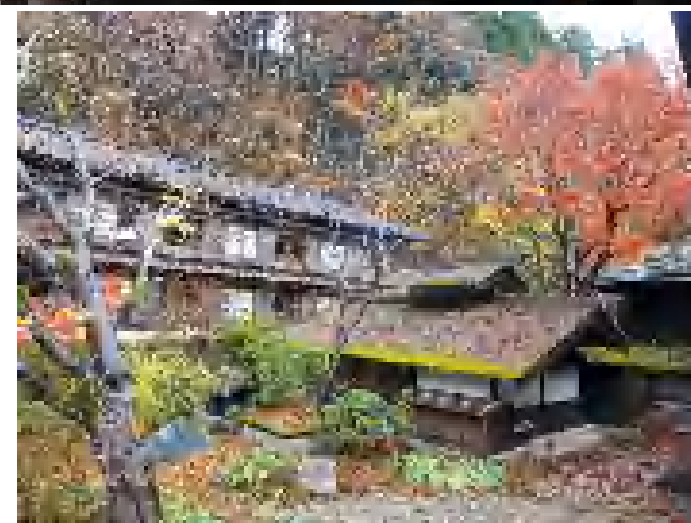
【群馬県みなかみ町 法師温泉】

硫酸塩泉 泉温43



JRの宣伝

与謝野鉄幹
与謝野晶子
宿泊の間



温泉の見つけ方

日本秘湯を守る会

あまりハズレがない、あるレベル以上の秘湯の宿を紹介
スタンプ10個で一泊無料

クチコミ

行った人の温泉熟知度に注意

旅のチカラ研究所に相談 ホームページ

温泉に行ったら

成分表を見る（湧出温度、pH、泉質、湧出量）

振り返る

5段階で評価（泉質、風呂、料理、設備施設、コスパ、
秘湯度 サービス、眺望）

ご清聴ありがとうございました。