

身も心もどっぷり浸かれば
自然と漏れるやすらぎのため息



撮影協力：塩原温泉 松楓楼 松屋

癒しの湯

立ちのぼる湯気。ほのかな源泉の匂いと川のせせらぎ。市が誇る塩原温泉、板室温泉には、規模や趣こそ違えど、それぞれの長い歴史と良さがある。スノーシューハイキングで冬山の「非日常体験」を堪能したら、心ゆくまで温泉に浸かって、冷えた体を癒やしたい。

塩原温泉

1200年以上も前の平安時代前期に開湯したとされ、842年に弘法大師も入湯したと伝えられている。明治期以降、尾崎紅葉をはじめとする数多くの文人が訪れ、溪谷美と温泉で心身を癒やしながら作品を完成させた。塩原温泉郷には半径5km以内に150もの源泉があり、毎分1万リットルの湯が沸く。華やかな7色の泉色と6種の泉質は、あなた好みの時間を提供してくれる。

6種類の泉質・効能

塩化物泉	炭酸水素塩泉	硫酸塩泉
塩の殺菌効果で傷にも肌にも○。飲用も可能	炭酸水素が皮膚を滑らかに。皮膚病や火傷などに○	クレンジング作用で古い角質を軟化させる効果に期待
硫黄泉	酸性泉	単純泉
毛細血管拡張作用で老廃物を流し、血液の流れ改善に	殺菌・解毒作用で慢性皮膚病に。肌のキメを整える	天然保湿成分「メタケイ酸」が豊富で美肌効果に期待

7色の中から好みに合う湯を選んで



日帰り入浴施設一覧はこちら
お問い合わせ 塩原温泉観光協会 ☎0287(32)4000



正しい入浴方法

- 1 入浴の前後は、十分に水分補給する。
- 2 すぐに浴槽に入らず、まずはかけ湯から。最初は足から腰、肩、胸と順にかけ湯をして体を湯に慣らす。
- 3 体に負担の少ない半身浴からはじめ、水位は胸までにする。
※寒暖の差によるヒートショックにご注意を。
- 4 入浴時間はほどほどに。熱めの湯なら10分程度、ぬるめでも20分程度で合間に休憩する。
- 5 湯上り時、温泉成分を流さないよう、できるだけ軽く拭く程度にする。
※肌が敏感な人は、シャワーなどで軽く洗い流す。
- 6 入浴後は30分程度休憩する。
※飲酒後や食事の前後は、血圧のコントロールが効きにくいいため、入浴は避ける。

板室温泉

板室温泉は、康平2年(1059)那須三郎宗重によって発見され、その効能から「しもつけの薬湯」と呼ばれ、湯治の里として親しまれてきた。主に無色透明のアルカリ性単純泉の湯温は、約37~45℃で刺激が少なく、ゆっくりと体を温められる。綱につかまり、立ったまま深めの浴槽につかる「綱の湯」も板室温泉で受け継がれてきた入浴法だ。



日帰り入浴施設一覧はこちら
お問い合わせ 黒磯観光協会 ☎0287(62)7155

ついでに注目



お札を備えた薬湯で湯治 ～板室温泉三大祈願祭～

開催中

～4/23まで

三大祈願所(板室温泉神社、籠岩神社、木の俣地蔵)で祈願されたお札を、1カ月ごとに各宿泊施設内にある温泉の湯口にお供えし、その湯に入ることをご利益を得るもの。板室温泉に入ることで健康祈願や子宝祈願、関節・神経痛治療祈願のご利益が得られる。

板室温泉神社のお札



関節や神経痛にご利益があるとされる。板室温泉は「杖いらすの湯」とも言われ、湯治によって不要になった杖が神社に奉納されている

籠岩神社のお札



湯治に訪れた昔人が病全快の礼にと、地蔵様を寄進したのがきっかけ。乳がんにご利益があると評判が高まっている

木の俣地蔵のお札



戦前は、霊験あらたかな子宝祈願の地蔵尊として多くの参詣人を集めた。推定樹齢500年のカツラの巨木が、地蔵を見守る

ついでに注目



おとぎ話の世界を灯籠で表現 ～塩原温泉竹取物語～

開催中

～2/28まで

塩原温泉街の有志が集まり、冬のまちなみをライトアップ。孟宗竹を切り出して作った約1,000基の竹灯籠が、幻想的な明かりで温泉街を灯す。

▶期間 ~2月28日まで
▶点灯時間 午後5時~9時



灯籠は、有志が思いを込め、9月下旬から仕事が終わった夜間などに制作したもの。1基につき約120個の穴を空けるため、60~90分かかかる



表紙の一枚。ライトアップされた妙雲寺前

interview 門前みらいまちづくり協議会

今年は色の変えられるLEDを使い、1mの竹を3本に組んだ大型灯籠を計300組用意しました。今回からは竹灯籠づくり体験も行います。冬の思い出づくりを訪れていただければ幸いです。



君島 達己 会長

自分だけの灯籠を作って明かりを灯そう ～灯籠づくり体験～

▶とき 1月14日(土)・21日(土)・28日(土) 午後4時~
▶ところ 栄太楼または佐か茂登 ▶定員 各日10人
▶申し込み・問い合わせ 塩原温泉観光協会 ☎0287(32)4000