妙高高原 温泉郷

バ 美秋 ラエ 0 い湯 テ 紅め 葉の絶景の絶景 豊 か な 温 لح 泉 む

分ほどの地域にさまざまな泉質の温泉 妙高高原温泉郷は車で5分から10 源泉につ いる全国でも珍し て教えてください い温泉郷

赤倉山、 火山特 が作られまし 以降はそこから湯を引く 前山に沿って源泉が分布し、 「外輪山」を含めて妙高火山全体です。 あたる妙高山とその周辺を囲む前山、 いるのは今も活動を続ける活火山群で た巨大な溶岩ド 妙高高原温泉郷の温泉をもたらして 約6000年前の縄文時代に噴出 有 山岳地域や山麓の広大な高原に 三田原山、 の源泉がも た。 あり 大倉山、 ム「中央火口丘」に 6つの温泉 神奈山 江戸時代 外輪山 の の

か

は透明で れ

も日本で

は珍

い湯

色

で泉

池の平温

昔は ルを

# 温泉ですか? 一番最初に開湯したのはどちらの

倉温 泉、 リングによって杉野沢温泉が開湯し 昭和初期に赤倉分湯として 末期の池の平温泉の順番です。 (平成9)年には赤倉山の南山麓でボ (昭和4)年に新赤倉温泉、 関温泉の前身だっ たくさんの源泉があるのでそ 6年(亨保年間)ごろと最も古 次 が 1 (明治43)年の妙高温泉、 5 (明治28)年の燕温 8 た「関之山ノ湯」が 6 (文化13)年の その後、 9 9 大正 泉 赤

が点在

は黒でこ 素塩泉、 の泉質、 ぞれ泉質が異なり 湯につけると真っ赤になります。 んです。 のにごり湯で源泉1 つの湯色と で豊富な湯量に恵ま もっと赤かったようです。 泉質は単純温泉、 ほ 妙高高原温泉郷の特徴として

硫酸塩泉、

硫黄泉の5つ。

3

塩化物泉、

炭酸水

いうのは、燕温泉が乳白色

00%の硫黄泉な

3つの湯色と言わ

れて

ます

5

どこも高温

関温泉は赤いお湯でタオ

## 単純温泉

体にやさしい成分量で、刺激の少ないお湯が特長の温泉。高齢者や 子どもも入浴しやすいことから「家族の湯」とも言われている。

海水の成分によく似た、塩辛く無色透明のお湯。皮膚に塩分が付着して 汗の蒸発を防ぐことから、保温効果がよく湯冷めしにくい。

#### 炭酸水素塩泉

皮膚の表面を軟化させ、老廃物や分泌物を洗い流してくれる温泉。 肌がなめらかになることから「美人の湯」として知られている。

切り傷や火傷などに効くので昔から「傷の湯」などと言われ、鎮静効果の 高さから、高血圧症や動脈硬化症にも良いとされている。

温泉気分を盛り上げる、独特の匂いが特長。強い作用が期待されるが 刺激が強いため、赤ちゃんや皮膚の弱い人の入浴は注意が必要。

## 鵜の浜 温泉

日秋海 本の 海静 のか 幸な 0) を海 泉 満 کے 喫夕 で す日

鵜の浜温泉観光組合

組合長

伊倉吉之さん

秋からの妙高高原温泉郷の魅力を

る

## 教えてください 鵜の浜温泉の開湯の

歴史につい

塩を

含む塩辛

無色透明のお湯が

そうなんです。

海水の成分に似た

特食

共同浴場から始まっ

たんですね

可がおり 画は古く

なかったので、 からあったよう

村人が高田藩

なのですが

許

合い、

藩の仲介によって許可を

地獄谷から湯を引き、湯治場を作る計

名 滝、

不

動滝などなど、

鮮やかな紅葉 [と高谷池、

きて

いる温泉地は珍し

いで

しょうね。

妙高山をはじめ、 えてください

火打山

苗

点もユニークです。

源泉から約6キロもお湯を引っ張っ

て温泉奉行を置いて

いた長い歴史があ

つないで湯を引く

作業は大変だっ

たで

から約6キロも離れた地獄谷から竹を

赤倉温泉は高田藩が藩営事業と

温泉と源泉地が離れているという

受け、 に掛け

引き湯に成功したそうです。温

つの温泉だけでなく、

湯めぐりで妙高

い

妙

の泉質や効能も違いますので、

ぜひ、

めます。源泉が違うということは、温泉 に彩られた大自然を温泉とともに楽

記載されて

ます。

当時は手掘りです

円で販売して

ま

お得な「湯めぐりチケッ

津南町

部は藩からの拝借金で賄ったと資料に

で売り払われ、

その代金や工事費の

高高原温泉郷の3軒の温泉が楽しめる 温泉郷のお湯を堪能してくださ

泉地と引湯路や営業権などが800

両

願い ること ことが 泥を含んだお湯だったので海岸の砂地 湯が自然と緑色に変わ たときに水温43度のお湯が出まし 石油天然ガス採集のために掘削を行 に流して の 浜温泉の になり わかったのです。 いましたが、その後、 の共同浴場を開設 お湯を町に寄付してもらえ (昭 和31 58(昭和33)年に 年 に 石油会社にお 帝 良質である 玉 このお 石油が たの

声が増えて、

温泉旅館ができまし

※現在は7つの温泉旅館があります。

秋からの鵜の浜温泉の楽し

み方を

泊したい」「泊まる所が欲しい」という

て評判になりました。

利用者から「宿

保温効果や皮膚病に効く薬湯と

教えてください

広い砂浜ときれ

いな水が自

慢の

) 海 が

着

た秋の静かな海も魅力的です。秋の前にあります。夏の喧騒が落ち

夕暮れの海辺を散歩すると、

あた

季節で

す

か

秋は



魚を持ち帰りできる「観光地引 の浜温泉の えられていて海岸には人魚像もありま ることができます。 り一面夕焼けに染まる美しい景観を見 一年で一番夕日が美しい

中止になりましたが

網にかかっ

網」も

今年はコロナウイルス感染症対策

人魚伝説が言い

伝

長峰温泉

直江津港

星空温泉

関温泉 新赤倉温泉 燕温泉

赤倉温泉 池の平温泉

笹ヶ峰高原

苗名滝

上越市

大滝温泉

妙高市

ゆきだるま温泉

日本海

糸魚川市

## 海の幸も評判です 海が近いので四季折々 の 日 本海の

人気イ

ベント

で

スがおすすめ。 秋は上越の漁港で水揚げ メギスの団子汁は宿泊客に好評で 旅館の朝食で手作りのメギス一夜 なかでもメギスフラ さ れ る ジメギ



赤倉温泉組合 組合長 北村裕之さん

3

## 上越·妙高は 個性あふれる8つの温泉に注目!

湯色、香り、効能が異なるバラエティに富んだ 上越・妙高地域の温泉で「じょんのび」しましょう!



access 新潟県妙高市新赤倉 妙高高原ICから車で約10分

🖊 泉 質 効 能 💥

【泉質】カルシウム・ナトリウム・マグネシウムー硫酸塩・炭 酸水素塩泉 【効能】泉質別適応症として…切り傷、火傷 慢性皮膚病、動脈硬化、美肌づくり など





スカイケーブルやゴルフ場もある 高原リゾートエリア

開湯は昭和4(1929)年。温泉付き別荘地として 大正12(1923)年から開発が行われたことから、 ゴルフ場やリゾートホテル、森に囲まれたペンショ ン村などもある。スキーシーズンにはゴンドラリフ トとして使われ、紅葉時も営業される赤倉観光リ ゾートのスカイケーブルに乗車すると片道約11分 の空中散歩を楽しみながら標高1,300メートルへ 到着。眼下にはブナの原生林、遠く志賀の山々や斑 尾山、野尻湖などを望むことができる。



本格的な高原リゾートの草分け的な ホテルを中心に、素晴らしい自然が 堪能できる場所ですね





新潟県妙高市関川 妙高高原ICから車で約3分

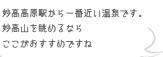
💥 泉 質 効 能 💥

【泉質】単純温泉 【効能】一般適応症として…神経痛、筋肉痛、関節痛 運動麻痺、くじき、うちみ、痔、冷え性 など



妙高高原駅からいちばん近い温泉は 妙高山の裾野まで見える絶景スポット

開湯は明治43(1910)年。その頃は赤倉温泉の 分湯だったが、大正11(1922)年には南地獄谷か らの引き湯に成功し、現在の妙高温泉と改称され たという歴史を持つ。妙高山麓の南地獄谷から約 10キロという国内でも屈指の長距離を配管で運 ばれてくることにより、「天然の湯もみ」をされた状 態の優しいお湯が浴槽へ届いている。地元の人か ら親しまれている共同浴場「大湯」と2軒の温泉宿 からなる、こじんまりとした温泉地。





#### 2022年に開湯100周年を迎える 蒸気造成温泉

大正11(1922)年、妙高山南地獄谷からの引き 湯で開湯。源泉は高温の噴気そのもので、噴気に 地下水を混ぜて温泉にする「蒸気造成温泉」。硫黄 成分を多く含んだ黒い泥を含む「黒泥湯」が本来の 姿。しかしそのままでは一般的な入浴に適さない ため、ろ過したものを「単純温泉」として使用する施 設が多い。「単純温泉」と硫黄泉の「黒泥湯」という、 2種類の温泉が楽しめるのも特長。近くの「いもり 池」から見る妙高山が美しい。



池の平温泉スキー場の麓にひろがる 温泉街です。妙高山を眺めるのに おすすめな「いもり池」や、 日帰り温泉施設もあります





access 新潟県妙高市関川 妙高高原ICから車で約5分



【泉質】単純温泉 【効能】一般適応症として…神経痛、筋肉痛、関節痛、 運動麻痺、くじき、うちみ、痔、冷え性 など



#### 豊富な湧出量と絶妙な湯加減 開湯200年を超える歴史を誇る名湯

開湯は江戸時代の文化13(1816)年。大正期に は、皇族の避暑地としても知られるようになった。 妙高山麓北地獄谷の数十箇所から自噴する、40~ 60℃の源泉を集め、温泉街までの10キロを旅して くるお湯は有効成分も豊富。浴槽に満たされた段 階で、ちょうど42℃程度に保たれるという絶妙な湯 加減も自慢だ。尾崎紅葉、与謝野晶子、有島武郎と いった文人や、日本近代美術の父と言われる岡倉 天心に愛された温泉地だ。



妙高の温泉では もっとも歴史のある温泉ですね。 『湯の華』が混じるのは 有効成分が豊富な証拠です





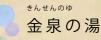
access 新潟県妙高市赤倉 妙高高原ICから車で約13分

💥 泉 質 効 能 💥

【泉質】硫酸塩・炭酸水素塩泉 【効能】泉質別適応症として…切り傷、火傷、慢性皮膚病 動脈硬化、美肌づくり など

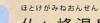


#### まだまだあります!温泉情報



(アパリゾート上越妙高)

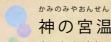
露天風呂・サウナも備えたリゾートホテル内の温泉。天 然温泉の露天風呂からは妙高の山裾まで見渡せる。内湯 は準天然光明石温泉(人工温泉)となり、2種類のお湯が楽 しめる。11月中旬~4月下旬は冬季休館。



仏ヶ峰温泉

長野県県境に近い山奥に位置。寸分道集落にある秘湯 だ。冷鉱泉を沸かして提供しているが、含硫黄ナトリウム塩 化物泉は肌がツルツルになると評判。ヤマゴボウの葉でつ ないだそばも名物。要事前予約(TEL:0255-75-2028)。

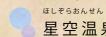
#### まだまだあります! 温泉情報



神の宮温泉

(かわら亭)

上杉舎虎ゆかりの鮫ヶ尾城の麓にある温泉。天然保湿成 分と言われるメタケイ酸を含み、とろりとしたお湯が楽しめ る内湯と、保温・保湿効果の高いナトリウム塩化物泉の露 天風呂。2種類のお湯が楽しめる。日帰り入浴も可能。



星空温泉

(ロッテアライリゾート)

地下1,750mより湧き出るお湯は、肌に優しく保湿性に優 れた低張性弱アルカリ温泉。晴れた日には、満天の星空を 眺めながら入浴できる露天風呂もあり、年間を通して利用 できる。宿泊者以外の日帰り入浴も可能。

## 個性あふれる8つの温泉に注目!



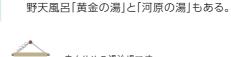
access 新潟県妙高市関山燕温泉 妙高高原ICから車で約25分

💥 泉 質 効 能 💥

【泉質】含硫黄一ナトリウム・カルシウム一炭酸水素塩・硫酸塩 塩化物泉 【効能】泉質別適応症として…肝臓病、高血圧症、切 り傷、火傷、慢性皮膚病、動脈硬化、糖尿病、美肌づくりなど







古くからの湯治場です。 このエリアではもっとも高い場所に ある秘湯ですね

岩ツバメが群れ飛ぶ白い湯

標高1.150メートルに位置する秘湯

湯治場として100年以上利用されてきた源泉に

は、平安初期に弘法大師が発見したという開湯伝

説が伝わっている。明治初期から温泉街として開発

が計画され、昭和47(1972)年には国民保養温泉

地の指定を受けている。数軒の宿が並ぶ温泉街は

情緒たっぷり。一歩足を踏み入れると、硫黄を含ん

だ温泉地特有の香りが漂い、気分を盛り上げてく

れる。旅館街から少し歩けば、野趣あふれる無料の









【泉質】ナトリウム・カルシウム・マグネシウム・塩化物・炭酸 水素塩泉 【効能】泉質別適応症として…切り傷、末梢循環 障害、冷え性、皮膚乾燥症など





妙高杉ノ原スキー場の麓にある 温泉です。「苗名の湯」には

「天空の楽園」笹ヶ峰の入り口

日本百名山「火打山」登山口をはじめ、日本の滝

百選「苗名滝」や標高1,300メートルの「笹ヶ峰高

原」などへの玄関口に位置。開湯は平成9(1997)

年と比較的新しく、杉野沢集落の入口にある「杉野

沢温泉センター苗名の湯(なえなのゆ)」で入浴で きる。この温泉を拠点に、陸上競技の高地トレーニ

ングも盛んに行われ、笹ヶ峰には2キロ、5キロのラ

ンニングコースや標高差のある400メートルトラッ

周囲の田園風景も魅力

クも整備されている。





#### 海が近い温泉ならではの海の幸もお楽しみ 広い砂浜で、日本海に沈む夕日を眺めよう

開湯は昭和30年代。石油天然ガスの採掘を行っ た時に噴出した温泉だ。「鵜の浜」という名前は、昔 この地に鵜の長者が住んでいたといわれ、縁起の 良い伝説から。佐渡ヶ島の娘と雁子浜の若者との 悲恋物語は人魚伝説として伝えられ、小川未明の 著した童話「赤いろうそくと人魚」のモデルとされ る。周囲には松林が広がり、波の音が聞こえてきそ うな立地の温泉街からは、沖に見える佐渡島や、日 本海に沈む夕日も美しい。



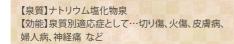
ほとんどの宿から日本海を 見ることができます。 冬は海の幸が喜ばれますね





access 新潟県上越市大潟区九戸浜 大潟スマートICから車で約5分

🐙 泉 質 効 能 💥







## まだまだあります!温泉情報

ながみねおんせん 長峰温泉

県道30号・新井柿崎線沿いの温泉施設。大浴場と露天風 呂は天然温泉で、泉質はナトリウム塩化物泉。慢性消化器 病、慢性皮膚病、神経痛、冷え性などに効能があるとされ る。和風風呂とローマ風呂が日替りで楽しめる。

はなたておんせん 花立温泉

豊かな自然に囲まれた静かなたたずまいと、懐かしい炉 端が自慢の温泉施設。お風呂は内湯のみ。泉質は弱アルカ リ性冷鉱泉で、硫黄分も含まれているから肌がツルツルに なると評判。福祉浴槽「いたわりの湯」もあり。



💥 泉 質 効 能 💥



民俗資料館もあるんですよ





#### 最初は透明。時間が経つと茶褐色に 変わる鉄分の豊富な温泉

弘法大師によって発見されたといわれ、開湯は 享保13(1728)年。戦国の時代には妙高山を信仰 した上杉謙信も戦の疲れを癒すために通った 「隠し 湯」としても知られ、越後三大名湯にも数えられて いる。鉄分を豊富に含んだお湯のため、最初は透明 なお湯が時間経過にしたがって見事な茶褐色にな る。鉄の香りもする湯は保湿・保温効果の高さも特 長。昭和47(1972)年には環境省の国民保養温泉 地に指定されている。



すべての旅館が「100%源泉 かけ流し宣言」をしています。 春スキーでも有名ですね





access 新潟県妙高市関山 妙高高原ICから車で約20分

💥 泉 質 効 能 💥

【泉質】塩化物·炭酸水素塩泉 【効能】泉質別適応症として・・・切り傷、火傷、慢性皮膚病 虚弱児童、慢性婦人病、美肌づくりなど

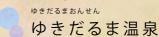


## まだまだあります!温泉情報

おおたきおんせん 大滝温泉

(大滝荘)

幻の大滝の岩盤から噴出する鉱泉を利用したお湯は弱 アルカリ性。肌がツルツルになり、よく温まると評判だ。昔 ながらの品種で希少な「こそば」を使った二八そばも名物 で、そば打ちの体験もできる。1~3月は休館。



キューピットバレイスキー場近くにある日帰り温泉。塩分 が濃いお湯は、ナトリウム・カルシウム塩化物泉。体の芯か ら温まると評判だ。2020年のリニューアルに際し浴室を拡 張。源泉も地下356メートル地点へ新設した。