なんでもインフォ 2013. 6月

発 行　株式会社 昭和土木設計
岩手県矢巾町流通センター南４丁目１−23
E-mail　suzuki@showacd.co.jp
Tel 019-638-6834　Fax 019-638-6389

岩手の温泉　～登山のあとは温泉に！！～

はじめに

青葉を渡ってくる風が、もう初夏を思わせるような、今日この頃です。

先月号は『～新緑の季節に山に登ろう！！～』でしたが、登山のあと、疲労回復、さっぱり汗を流してくれる温泉はいかがでしょうか。

登山からの帰り、ちょっと寄り道をして温泉に浸かって帰るのもいいものです。

今月号の「なんでもインフォ」では、岩手の温泉地、泉質とその効能等について紹介します。

岩手の温泉

先月号の登山おすすめスポットから付近の温泉を紹介します。

鞍掛山　⇒　相の沢温泉『お山の湯』

滝沢村	ナトリウム-硫酸塩・塩化物泉（低張性弱アルカリ性高温泉）

雄大な岩手山と、宮沢賢治が愛したという鞍掛山のふもとに湧き出る温泉です。近くにある散策路で四季折々の風景を楽しむことができます。



五葉山　⇒　しゃくなげの湯っこ五葉温泉

大船渡市	アルカリ性単純温泉

三陸海岸初の天然温泉と公表されています。五葉山のふもとにある日帰り入浴施設です。自然に囲まれており、開放感があり、四季折々の景色も楽しむことができます。



姫神山　⇒　姫神温泉『ユートランド姫神』

盛岡市	単純温泉

詩人・石川啄木のふるさとであり、大自然に抱かれた玉山路の思い出にふけることができる温泉です。露天風呂から見える山、岩手山または姫神山の景色がとても絶景です。



七時雨山　⇒　七時雨鉱泉

八幡平市	含硫化水素食塩泉

盛岡の北約５０Km、七時雨山と田代山の間に広がる草原の真っ只中、”周囲７キロ民家なし”という一軒宿の温泉です。ツルツルした感触と、じわじわと芯から温まる感じが楽しめます。



早池峰山　⇒　花巻温泉

花巻市	単純温泉（低張性弱アルカリ性高温泉）

台温泉と花巻南温泉郷からなる花巻温泉郷は、松や桜の並木に囲まれた旅館街は明るい雰囲気で、春には一層華やかさが増す、宮沢賢治や高村光太郎などが愛した岩手有数の温泉です。



岩手山　⇒　網張温泉

雫石町	硫黄泉（単純硫黄泉）

岩手山の山懐に湧く温泉の歴史は古く、700年代初めに発見されたといわれています。

江戸時代には、勝手に入浴できないように温泉に網が張られていたそうです。今日の温泉名はこれに由来しているようです。



温泉地、泉質の紹介にあたっては各温泉地のパンフレットやホームページを引用しております。

泉質と効能

温泉好きの人にとっては、源泉、泉質や効能等を気にする方もいるようです。

温泉の効能については、泉質とは関係のない、身体を温める事などによる「一般的な効能」があります。それと、泉質に大きく関わっている「泉質別効能」があります。

泉質別の効能を調べてみました。

一般的な効能

筋肉痛、神経痛、関節痛、五十肩、関節のこわばり、運動麻痺、うちみ、くじき、冷え性、慢性消化器病、疲労回復、痔疾、病後回復、健康増進など

泉　質	効　能	備　考
単純泉	神経痛、リウマチ	お湯はやわらかくくせがない。
二酸化炭素泉	心臓病、高血圧症、更年期障害、冷え性、不妊症、リウマチ	炭酸ガスが泡になり、肌につく。
炭化水素塩泉	アレルギー疾患や皮膚病	ナトリウムイオンやカルシウムイオンに沈静作用があり。
塩化物泉	関節痛、筋肉痛、婦人病	入浴時に皮膚に塩分がつくため、保湿効果がある。
硫酸塩泉	動脈硬化、高血圧、やけど、切り傷、うちみ、ねんざ	脳卒中の後遺症の改善。
含鉄泉	リウマチ、貧血、婦人病	飲用は貧血の効能ある。
含アルミニウム泉	皮膚病、眼病	皮膚や粘膜を引き締める作用がある。
含銅－鉄泉	リウマチ、貧血、婦人病	飲用は貧血の効能ある。
硫黄泉	皮膚病、動脈硬化症	卵が腐ったような臭い、また湯船にて湯の花により白濁する温泉も多いのが特徴。
放射能泉	リウマチや神経痛	飲用や吸入では神経痛、自律神経失調症などに効能がある。

効能については、注意が必要となることがあります。それは効能があるとされていても必ず効果があるというものではないことです。

体験談として、「ガンが治った温泉」もあるでしょうし「腰痛がよくなる温泉」もあるでしょう。それはあくまでも個人的な体験であって、科学的に裏付けられた効能は特にないようです。

おわりに

日本の山々の麓には必ずと言っていいほど、豊かな温泉に恵まれています。紹介した温泉地のほかにも岩手には有数の温泉があります。

山登りをして、緑豊かな温泉地でのんびりとお湯につかることは、日頃のストレスから解放され、精神的な疲労を緩和されることが一番の効能なのかもしれません。

山登りのあとの温泉入浴について、疲れたあとの入浴ですから体調管理に十分注意し、「安全な入浴の方法等」を守って温泉を楽しみましょう。

株式会社 昭和土木設計の紹介

弊社は，道路・河川・橋梁等の計画・設計，GIS，IT ソリューション等の業務を行っています．
”なんでもインフォ“は毎月作成し、HP に掲載しています。http://www.showacd.co.jp をご覧ください．

June

配布者

作成者：コンサルタント事業部