

「温泉津温泉」

七色に変化する湯と 現代型湯治への 「湯婆婆」の思い

後藤 康彰

日本健康開発財団 温泉医科学研究所主席研究員

【ごとう やすあき】加齢を制御する生活行動として「日本の入浴・温泉」に着目。「温泉地滞在が心身に与える影響」等の研究を実施している。温泉と食べることに目がなく、年間50箇所ほどの湯をめぐる。



温泉地としては全国で初めて国の重要伝統的建築物群となった温泉街の町並み

「七色に変化ってどうゆうこと」と思っている人にぜひ訪れていただきたいのが温泉津温泉（島根県）。1300年前からとうとうとあふれる温泉は期待を裏切ってはくれません。七色…いや正確には見るたびに違う表情を見せる湯の色の不思議は僕にはうまく解説するすべはなく…湯船から床面へ付着する湯ノ花は黙してその刻まれたときを目の当たりにさせてくれます。

泉質は、ナトリウム・カルシウム—塩化物泉（等張性中性高温泉）。塩化物泉の俗称は「熱の湯」。浸かる適応症には末梢循環障害や冷え性、皮膚乾燥症があり、飲むと（飲用許可がある施設に限る）萎縮性胃炎、便秘に良いとされます。源泉の温度は45～50℃程度なのでもちろん熱いのだけれど、そのままの温泉を楽しむことができます。

「ひなひた温泉地」は数あれど

人それぞれ受け取り方は違いますが、なにかをまとめている…たまたまいをにじませるのが、こちらの温泉街。全長800m、「うねるような」と表現される町並みは、江戸時代の町割りがそのまま残されています。国の重要伝統的建築物群（町並み保存）、「石見銀山遺跡とその文化的景観」の一部として世界遺産に指定されているのもさもありなん。タイムスリップした感覚をぜひ味わってみてください。



「薬師湯」の浴室。源泉のままで浸かることができる



「湯婆婆」の描く現代型湯治

温泉街にある2つの共同湯「元湯」「薬師湯」。どちらも魅力的ですが今回フィーチャーさせていただくのは「薬師湯」。

至福の湯もさることながら、訪ねていただきたいのは、長年お湯を守り続ける「湯婆婆」こと内藤陽子さんです。島根大学医学部大学院に在籍し、「温泉利用指導者」の資格も持つ内藤さんが強い思いを持つのは「現代的湯治」の取り組み。従来の湯治のように湯に浸かるだけでなく、「身体を動かすこと」「ヘルシーな食事」「文化・芸術的なアクティビティ」、豊かな自然環境も加味してお客様に健康を取り戻してもらおうことが狙いです。江戸時代から口伝されてきた「奉行飯」と季節の野菜が源泉で蒸された「野菜蒸し」のセットをご賞味あれ。

お立ち寄りの際はぜひお声がけを。優しい笑顔と屋上のガーデンテラスでいただける美味しいコーヒー（無料）で、おもてなしいただけます。



薬師湯の旧館にはカフェも併設されている



「薬師湯」のオーナー内藤陽子さん。手には湯ノ花