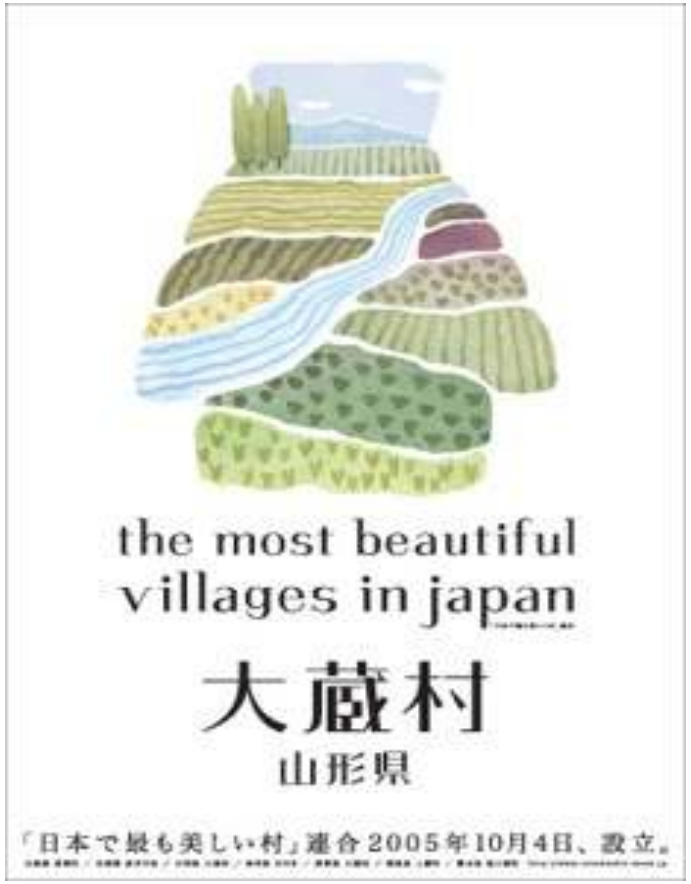
肘折温泉と温泉療養相談



大蔵村診療所
荒川光昭

秋田県
日本海
酒田
新庄
鶴岡
大蔵村
宮城県
仙台
山形
米沢
新潟県
福島県

1200

肘折温泉略年表

平安　鎌倉　室町　安土桃山　江戸　明治　大正　昭和　平成

807 (大同2年)	1390 (明徳元年)	1709 (宝永6年)	1793 (寛政5年)	1989 (平成元年)	1992 (平成3年)
開祖源翁が豊後の国より肘折に到着・上の湯・を発見地蔵倉を開基という	阿吽院・月山登拝道・肘折口・を開削	月山・丑年の御縁年・お山参り盛況二週間で一万二千十五人の参詣者有り肘折口も大盛況	・下の湯・発見	・国民保養温泉地・指定	・国民保健温泉地・指定

三春屋
さばね屋
まんじゅう

the most beautiful
villages in japan

大蔵村

山形県

「日本で最も美しい村」連合2005年10月4日、設立。

みちのくロペット公園大会
全日本ラングラウフ月山大滝大会

431
684
60

肘折温泉療養相談所

◆山形県 ◆大蔵村 ◆肘折温泉郷振興会

山形交通バス待合所
新庄
公衆便所

サッポロ黒ラベル
'98 6 6

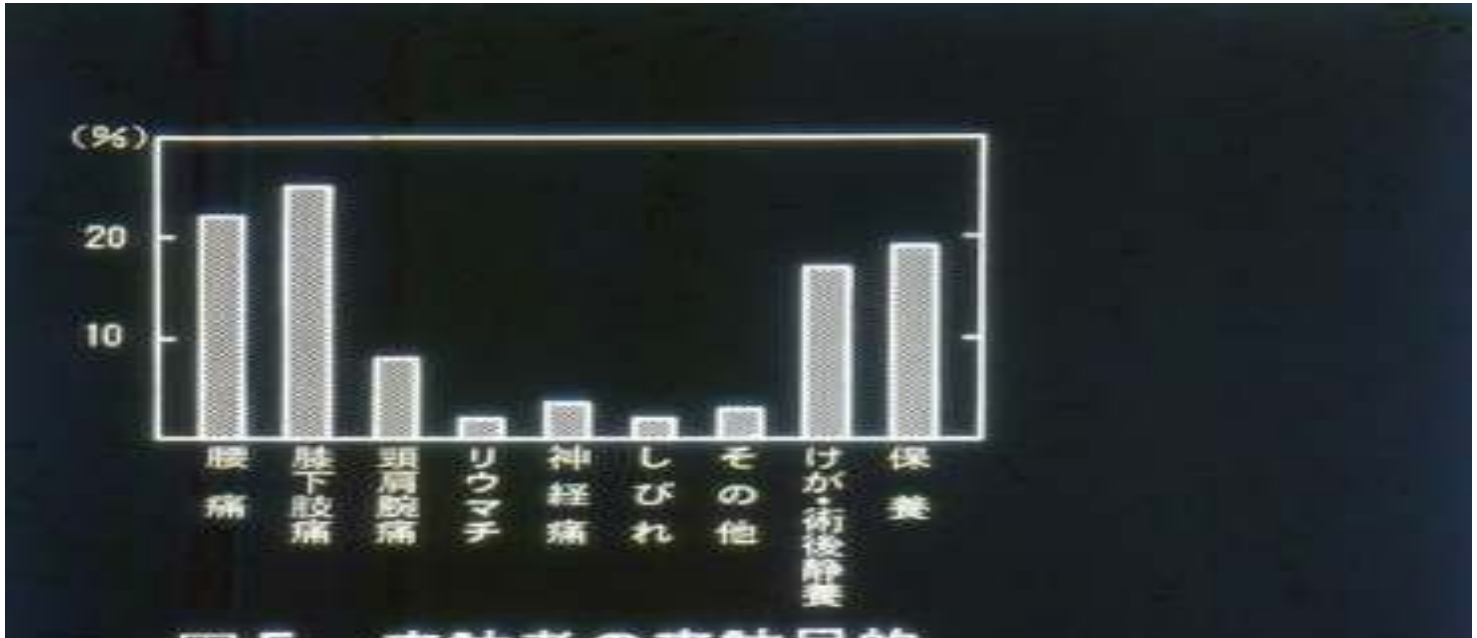


図５．来訪者の来訪目的

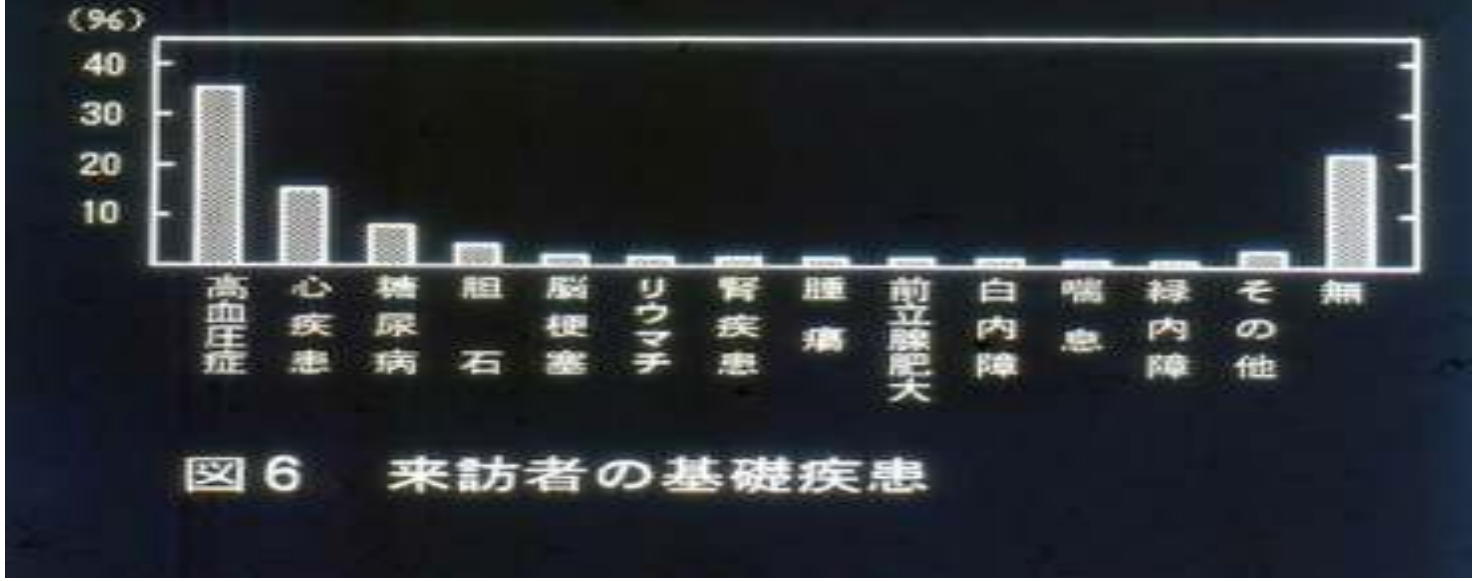


図６　来訪者の基礎疾患

肘折温泉療養相談所

平成元年～平成１５年　N=3682

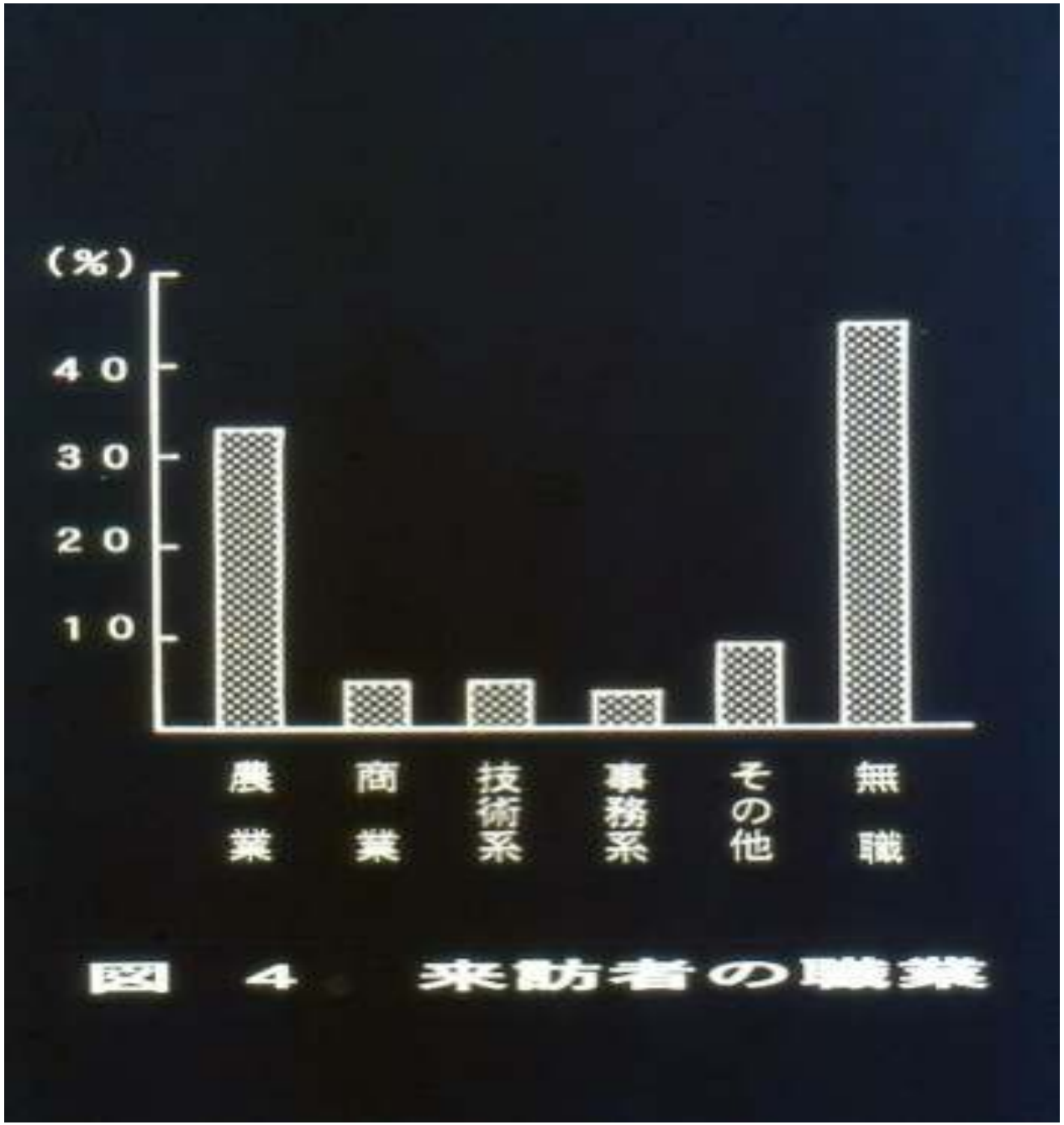


図　4　来訪者の職業

N=3682

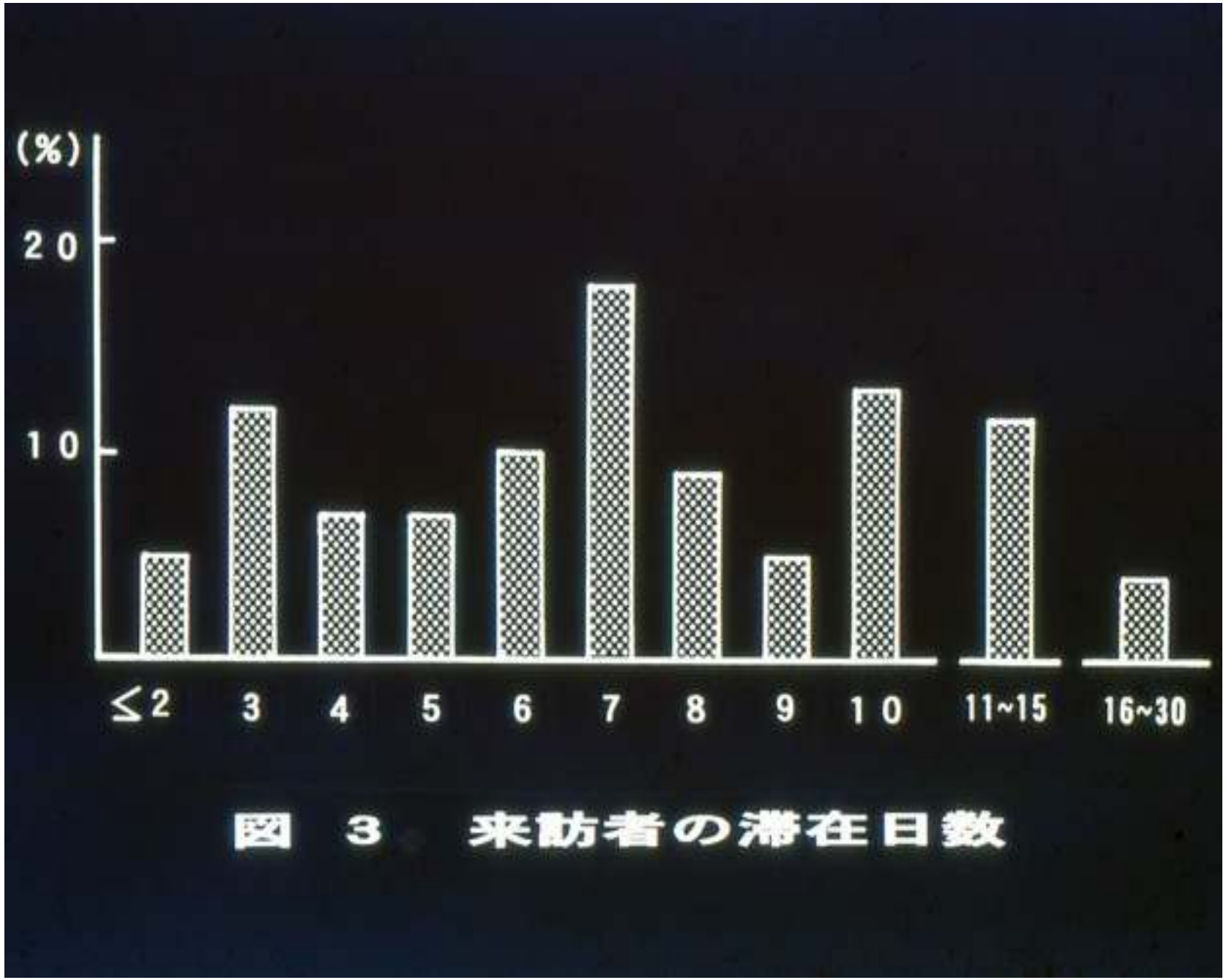


図　3　来訪者の滞在日数

—— 心の健康・体の健康 ——

温泉でゆっくり健康づくり

温泉はどうして健康によいのかな

○非特異的効果

人里離れた山間や海岸で、豊かな自然に優しく包まれて温泉に入る。その一瞬心と身体のやすらぎを覚えます。そして温度・水圧・浮力・含有成分等により刺激を受けて生体の調子が変わります（変調作用）。この変調作用により、生体の回復力を増強させるのが温泉療法なのです。温泉効果の最も大切な部分です。

○特異的効果

温泉に含まれる化学物質の効果で、温泉の泉質により異なります。

平成7年6月
山形県大蔵村企画課

いろいろな入浴法

かぶり湯
入浴前に必ず行う。毛細血管をゆっくり拡張するので入浴による脳貧血を予防します。

全身湯
普通の入浴法

横臥湯（寝湯）
37～38℃のぬるま湯に、20～30分ゆっくりと横になり入浴、血圧の高い人、精神疲労のある人などに効果があります。

うたせ湯
5～15分間、あんま効果が得られると同時にしぶきによってその周辺の空気に陰イオンが発生し鎮静作用があります。

部分湯
足のみ、あるいは腰から下のみを時間をかけて入浴する。心臓、肺への負担を軽くします。（すこし汗ばむまで入浴するのが適当）

その他特殊入浴法
蒸し湯
圧注湯
気泡湯（あわ風呂）など

温泉を利用できる場合、できない場合

温泉を利用してはいけない病気があります。禁忌症といいます。一方、温泉療法の効果が期待される病気を適応症といいます。

温泉の利用施設には温泉成分や禁忌症・適応症を書いた掲示板があります。それをよく読んでから利用しましょう。

療養泉の一般的適応症（浴用）

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

泉質別適応症

凡例　♨浴用　●飲用

泉質名＼適応症		高血圧症	動脈硬化症	糖尿病	痛風	肥満症	胆石症	慢性胆のう炎	肝臓病	慢性消化器病	慢性便秘	貧血（鉄欠乏症）	慢性婦人病	月経障害	虚弱児童	慢性皮膚病	切り傷	やけど
単純温泉		一般的適応症に準ずる																
塩類泉	塩化物泉									●	●	♨			♨	♨	♨	♨
	炭酸水素塩泉			●	●				●	●						♨	♨	♨
	硫酸塩泉		♨	●	●	●	●	●			●					♨	♨	♨
特殊成分を含む鉱泉	二酸化炭素泉	♨	♨							●	●						♨	♨
	含鉄泉											●		♨				
	含アルミニウム泉									●						♨		
	酸性泉									●						♨		
	硫黄泉			●	●						●	♨				♨	♨	
	硫化水素泉	♨	♨	♨	●						●	♨				♨	♨	

温泉の一般的禁忌症（浴用）

急性疾患（特に熱のある場合）、活動性の結核、悪性腫瘍、重い心臓病、呼吸不全、腎不全、出血性疾患、高度の貧血、その他一般に病勢進行中の疾患、妊娠中（特に初期と末期）

温泉の泉質別禁忌症

泉質		浴用	飲用
塩類泉	塩化物泉		胃腸病、高血圧症、その他一般にむくみのあるもの、甲状腺機能亢進症の時はヨウ素を含有する温泉を禁忌とする。
	炭酸水素塩泉		ナトリウム－炭酸水素塩泉は塩化物泉に準ずる
	硫酸塩泉（鉄－硫酸塩泉及びアルミニウム－硫酸塩泉を除く）		下痢の時、ナトリウム－硫酸塩泉は塩化物泉に準ずる
含特む殊療成分泉を	二酸化炭素泉		下痢の時
	硫黄泉	皮膚、粘膜の過敏な人特に光線過敏症の人（硫化水素型） 高齢者の皮膚乾燥症	下痢の時
	酸性泉	硫黄泉に準ずる	

温泉は正しく利用しましょう

温泉療養・保養の期間

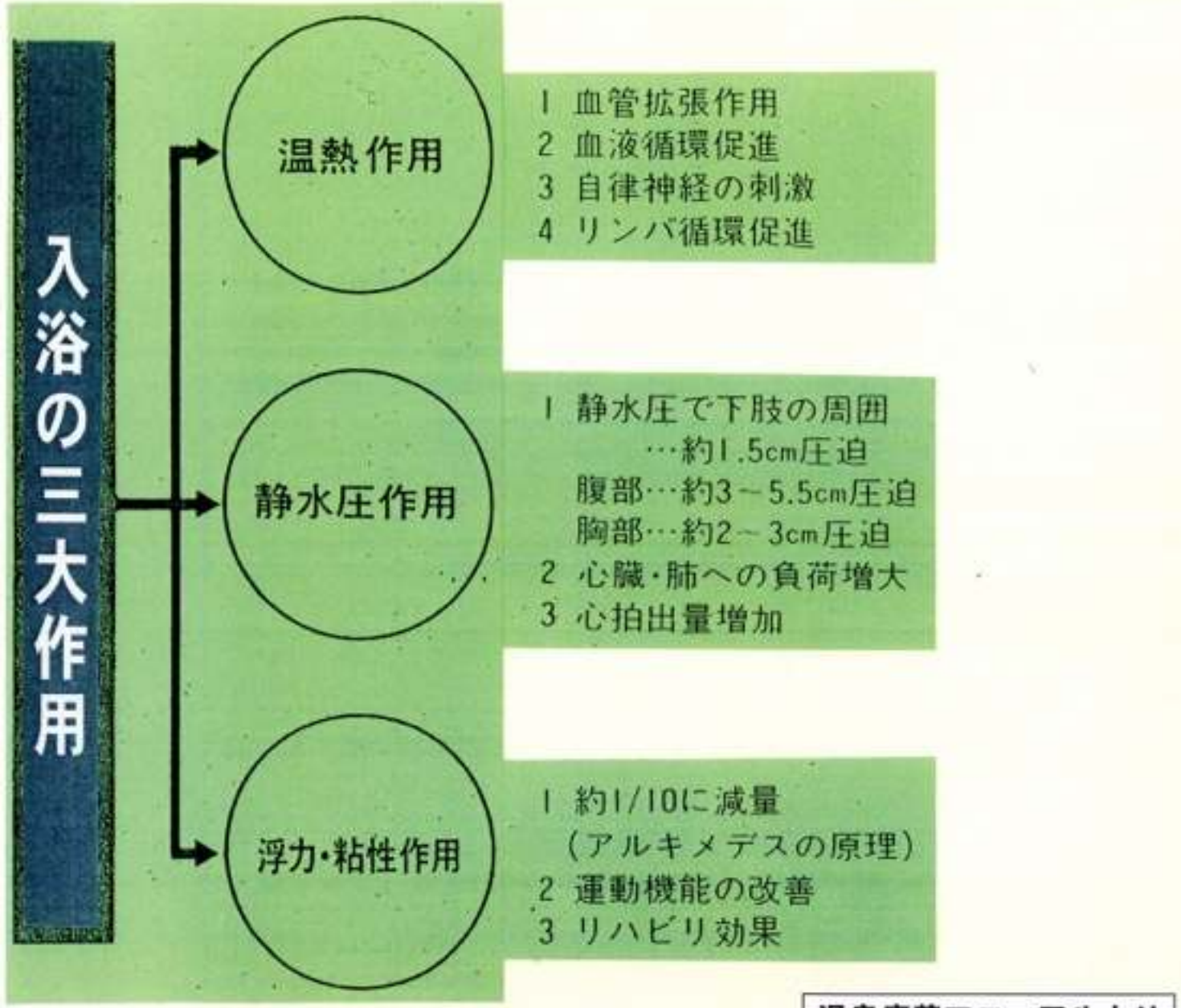
- ○ 療養には１週間以上の滞在が必要でしょう。しかし４週を越えないように。長く滞在しても身体が慣れて効果が弱くなります。
- ○ 保養・休養には３～７日でもよいでしょう。

入浴心得

- ○ 入浴の回数
  - ＊ 療養の場合
    初日１～２回にとどめ、次第に回数を増やして５回を越えないようにします。
    もし途中で「めまい」「だるい」「食欲がない」など身体の変調があったら、一時回数を減らしましょう。
  - ＊ 保養・休養の場合
    初回のみ２回としてください。１日５回を限度としましょう。
- ○ 入浴方法（基礎疾患をもっている人は、温泉療法医に相談してください）
  かけ湯（かぶり湯）２０回以上→全身浴または部分浴（足湯・腰湯など）→休憩→好きな入浴方法で楽しむ→入浴後１５分以上の休憩を忘れずに！
  ☆「いろいろな入浴」を参照してください。
- ○ 飲酒後や食事直後の入浴はやめましょう！
- ○ 真夜中１人で入浴するのはやめましょう！思わぬ事故となります。
- ○ 入浴後にコップ１杯の水を飲みましょう。

飲泉心得

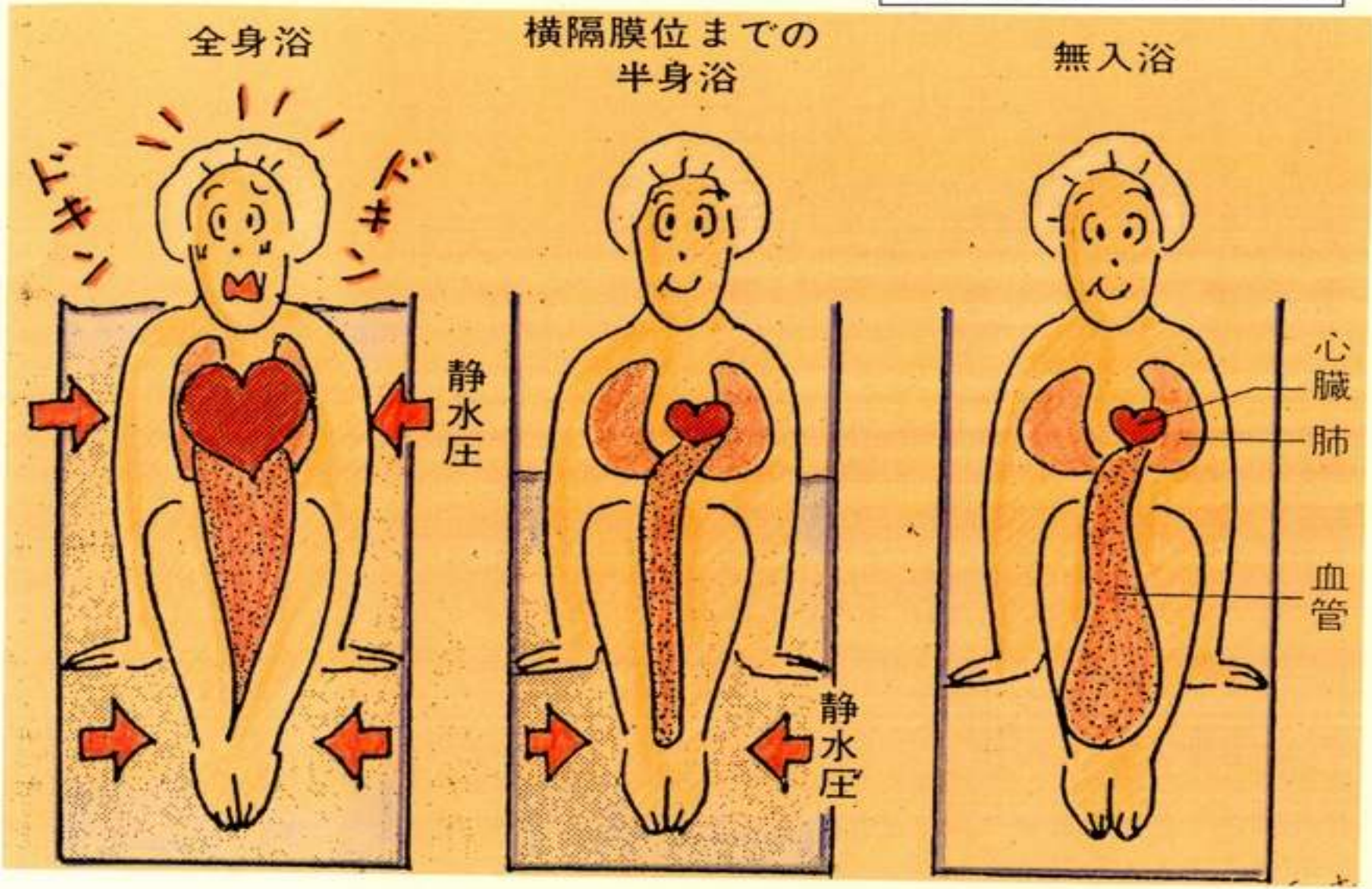
- ○ 飲泉は飲用許可のある源泉公園の飲泉所で！飲用方法の掲示板をよく読んで正しく利用しましょう！
- ○ 食前空腹時に飲泉するのが原則。しかし、温泉の含有成分によって食後に飲用した方がよい場合があります。
- ○ １日当たりの飲泉量は温泉療法医の指示により飲用する。（約湯飲茶碗１杯）
- ○ 飲泉は、ゆっくり、時間をかけて、味わいながら！
- ○ 腎炎、ネフローゼ、高血圧症、その他浮腫（むくみ）のある方は飲んではいけない場合があります。注意！！



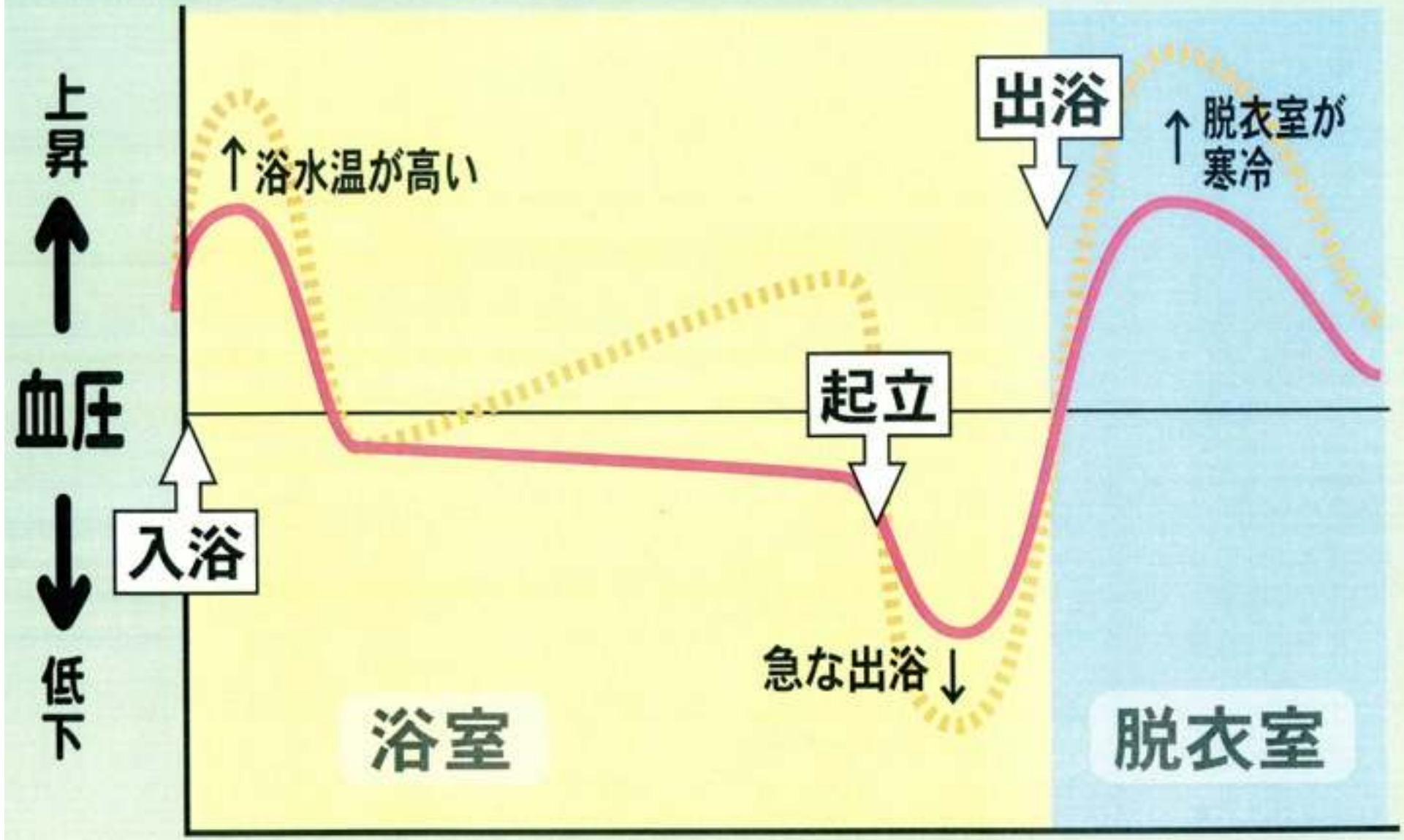
温泉療養マニュアルより

入浴時の静水圧の体内血液分布、心肺機能に及ぼす影響

温泉療養マニュアルより



入出浴時の血圧の変化



温泉療養マニュアルより

浴温が体に及ぼす影響

入浴と生理作用

（視床下部体温中枢・自律神経中枢）

	高温浴(42℃以上)（交感神経刺激）	微温浴(38℃～40℃)（副交感神経刺激）
気管支	弛緩	収縮
肺	拡張	収縮
心臓	促進	抑制
血管	収縮	拡張
胃腸	抑制	促進
排尿	抑制	促進
血圧	上昇	下降
発汗	促進	抑制
筋肉	収縮	弛緩

上手な温泉の入り方

まず「かけ湯」から

温度に体を慣らすため、かけ湯は念入りに。足から腰、肩、胸と順にかけていきます。

体を慣らす半身浴

いきなり全身を浸すのではなく、温度や水圧による急激な負担を避けるために半身浴で体を湯に慣らします。

入浴時間はほどほどに

入浴時間は、額がほんのり汗ばむ程度が目安。汗が流れ出るほどの長湯はやめましょう。

④ いったん休息

浴槽から出てふちに腰かけ、足を湯に浸して、または洗い場で一休み。

⑤ 浴中で手・足を動かす

2度目の入浴では筋・関節が和らいでいるので、浴中で手足の関節や筋肉を十分動かします。腰のひねりもよいでしょう。

⑥ 浴後はシャワーを浴びないで

温泉の種類にもよりますが、せっかくの薬効成分を流してしまっては効果が薄れます。体を拭くのも水滴をぬぐう程度に。

⑦ 水分補給を十分に

入浴により体内の水分は少なくなっています。ぬるま湯やお茶、スポーツドリンクなどで体を潤します。温泉が飲めれば飲泉です。

⑧ ゆっくり休む

入浴はエネルギーが消費されます。また、血圧も変動しますから、体調が安定するまで少なくとも30分以上は休憩を。その間に体と髪を乾かして湯冷めをしないように。

９種類の療養泉（泉質）と一般的な効能

二酸化炭素泉（炭酸泉）

炭酸ガスの小気泡が肌につく泡の湯。低温であるが保温効果が強い。高血圧、動脈硬化、運動麻痺、筋・関節痛、打撲、切り傷、冷え症、更年期障害、不妊症によく、入浴と飲泉では慢性消化器病、慢性便秘によい。下痢のときは飲泉を禁ずる。

炭酸水素塩泉（重曹泉、重炭酸土類泉）

肌がなめらかになる冷の湯。浴後清涼感がある。入浴と飲泉で痛風、糖尿病、肝臓病、胆石、慢性胆嚢炎、慢性消化器病によい。筋・関節痛、打撲、切り傷、慢性皮膚病などにもよい。高血圧症、腎臓病は重曹泉の飲泉は控える。

塩化物泉（食塩泉）

高齢者向きでよくあたたまる熱の湯。筋・関節痛、打撲、捻挫、冷え症、慢性婦人病、月経障害、不妊症、病後回復によい。入浴と飲泉で貧血、慢性消化器病、慢性便秘によい。高血圧症、腎臓病、心臓病、むくみのあるときは飲泉は控える。

硫酸塩泉（石膏泉・芒硝泉・苦味泉）

動脈硬化の予防になる中風の湯。石膏泉は入浴と飲泉で高血圧、動脈硬化、糖尿病、慢性皮膚病、打撲、捻挫、筋・関節痛によい。芒硝泉は高血圧、動脈硬化、外傷によく、入浴と飲泉で胆石、便秘、糖尿病、痛風によい。苦味泉は石膏泉、芒硝泉と同じ。

鉄泉（含鉄・銅泉）

湧き出したときは無色透明、空気に触れると褐色になる。入浴と飲泉で貧血、慢性消化器病、痔によい。入浴は月経困難症、筋・関節痛、更年期障害、慢性皮膚病によい。褐色に濁った温泉水は効力が落ちている。強酸性の鉄泉は乾燥肌の人には向かない。

硫黄泉

含まれる硫化水素ガスの匂いが特有。換気の悪い浴室では中毒を起こすことがある。刺激が強い泉質である。高血圧、動脈硬化、慢性皮膚病、慢性婦人病、筋・関節痛、痔などによい。入浴と飲泉で慢性消化器病、糖尿病、便秘、痛風によい。乾燥肌の人には向かない。

酸性泉

肌にしみる強い刺激がある。湯ただれを起こすことがある。肌の弱い人は浴後真湯で流す。慢性皮膚病、慢性婦人病、月経障害、筋・関節痛、糖尿病によい。入浴と飲泉で貧血、慢性消化器病によい。高齢者で乾燥肌の人には向かない。

放射能泉

尿酸を尿から出すので痛風の湯という。温泉中に含まれる放射能は気体で湧き出した後は空気中に散ってしまうので全く心配はない。高血圧、動脈硬化、慢性皮膚病、慢性婦人病によく、入浴と飲泉で痛風、慢性消化器病、神経痛、胆石、筋・関節痛によい。

単純温泉

無色透明無臭で含まれる成分が薄く刺激が弱いため、入り心地がよく利用範囲は広い。高齢者向き。病後回復期の静養、手術後の療養、骨折・外傷後の療養によい。飲泉は軽い胃腸炎によく、また、尿量は増す。わが国では古来「中風の湯」「神経痛の湯」など名湯が多

肘折温泉郷 歩か歩かルート

温泉+散策で もっと健康アップに

肘折温泉郷は、開湯1200年の歴史を誇る温泉地。
湯けむりの温泉街が広がり、湯に浸かりながら心身を癒しています。
湯治することながら、そこに散策を加えることで、健康増進の効果がアップ。
緑豊かな山々を連ねる温泉街や肘折の自然をめぐるコースは運動不足な方や気分リフレッシュしたい方にぴったりです。
自分の体と相談しながら、いろんなコースにチャレンジしてみよう！

ゆっくり 肘折温泉郷 散策 3コース

①温泉街一周コース

歩く人とあいさつを交わしながら、ゆっくりのんびり温泉街を楽しむコースです。

消費カロリー 約60kcal

距離：1.9km　所要時間：25分

ルート　いで中部→温泉街→上の湯→湯治自炊→お代官→大岡越後→いで中部

②黄金温泉コース

昔の湯治客が歩いた道を通って黄金温泉へ。温泉街ルートコースです。

消費カロリー 約120kcal

距離：3.7km　所要時間：50分

ルート　いで中部→小松原橋→カルデラ温泉前（分岐）

③地蔵倉コース

肘折いで湯コースと共通のコースです。

消費カロリー 約330kcal

距離：4.0km　所要時間：90分

ルート　いで中部→温泉街→上の湯→湯治自炊→黄金温泉前→地蔵倉（往復）

地蔵倉

肘折温泉開湯伝説の地蔵尊祠が建っていたとされる洞窟。
全長に穴があいた、古いタイプの石がとても不思議な空間です。夜は、幽玄で、神秘的。下界のパワースポットとして、多くの人が参拝に訪れ、石抜からは月山・鳥海などの壮大な景色が楽しめます。

ノルディックウォーキングって？

スキーのストックに似た専用のポールを両手に持って歩きます。腰や膝への負担が少なく、ウォーキングに比べエネルギーの消費が良いのも特徴。シェイプアップやトレーニングにも最適です。年齢に関係なく手軽に始められます。ポールはいで湯館で貸し出しや。¥500円（入館料込）

体力に自信がある方に ノルディックウォーキング 3コース

④バランスコース

平坦なところが多く、適度にアップダウンのあるバランスのとれたコースです。

消費カロリー 約280kcal

距離：5.2km　所要時間：60分

ルート　いで中部→朝日台→黄金温泉→いで中部

⑤アップダウンコース

カルデラ温泉前から黄金野を経由してアップダウンのある変化に富んだコースです。

消費カロリー 約300kcal

距離：5.0km　所要時間：60分

ルート　いで中部→カルデラ温泉前→黄金野→いで中部

⑥パワフルコース

バランスコースとアップダウンコースを組み合わせた最長コースです。

消費カロリー 約400kcal

距離：7.0km　所要時間：80分

ルート　いで中部→朝日台→カルデラ温泉前→黄金野→いで中部

※消費カロリーは、あくまで目安としてお考え下さい。

肘折いで湯館

入浴料
大人350円　小学生200円

入浴時間
5/2～9/5 9:00～20:00 4/8 10:00～19:00
11/2～3/31 9:30～17:00

休館日
毎月第2・4火曜日

～入浴料＋ノルディックウォーキング用ポールレンタル料～
500円

カルデラ温泉館

入浴料
大人350円　小学生200円

入浴時間
5/2～9/5 9:30～19:00 4/8 10:00～19:00
11/2～3/31 9:30～16:30

休館日
毎月第1・3火曜日

図８．旅館の食事の栄養バランス

肘折温泉療養体験談集

大　蔵　村

温泉地には、その土地の自然食があり、緑のなかで適度な運動ができ、入浴等によるリラクゼーションがあります。温泉地には、健康保持増進の３要素「栄養・運動・休養」がそろっています。40、50歳代の人々は日々仕事に追われて働いているから、日本経済が高水準を維持しているのですが、このままではいけません。将来、健やかな高齢者生活を築くためにも年１週間くらい、温泉地で身体と心に充電することが必要でしょう。健康はお金では買えないもの、自分でつくり出すものなのです。

肘折温泉の効能に関する事例
（温泉旅館主の体験談）

◎　昭和30年、冬の肘折にはバスが来なかった頃のことです。その年の秋、上山市金瓶にお住まいの高嶋さんが、お父さんとお姉さんに付き添われて湯治に来られました。

出迎えると、左の膝が直径30センチ程に真っ赤に腫れあがり、思わず目をそむけてしまいました。山形のＹ病院では、切断しないと命にかかわると言われた由。高嶋さんは、足１本なくなるのは真っ平と、藁をもつかむ思いで、肘折に来たというのです。しかし、このようなひどい傷では、いくら名湯と言われている肘折の湯でも無理では？と私は思いました。高嶋さんは、全治するまで湯治をしたいといって、約２ヶ月滞在して帰られました。雪のちらつく寒い日でした。勿論、お帰りの時には、使っていた松葉杖は不要になっていたものの、痛々しい姿でした。

翌春、「おかげで、治りましたよ」と再び姿をみせた時、私達は、思わずアッと驚いたのです。骨と皮ばかりの身体で、松葉杖をつき、父と姉に助けられながら、やっと歩いていた方が、なんと別人のように元気一杯なのです。今はトラックの運転手をしているそうです。今になって思うに、あの傷をカメラにおさめておかなかったのが残念です。　（KMY）

◎　山形・蔵王半郷にお住まいの女性（50歳）：お着きになった時、「お部屋は２階です。」と言ったら、顔をしかめておられました。膝の痛みがひどかったそうです。それから夕方まで３回入浴されたところ、夕飯の時、今まで痛みで苦しかった階段の登り降りも、正座もできるようになったと大喜びでした。　（MKY）

肘折温泉療養相談 Q&A

大蔵村役場企画課

肘折温泉療養相談　Q＆A

大蔵村肘折温泉郷では、平成３年から湯治客を対象にして、湯治の方法などの相談を受ける「肘折温泉療養相談事業」を行っています。湯治客からの相談事項は、いろいろありますが、それらの中から主なものを紹介します。

温泉療養の方法は、個人によって若干異なります。したがって、Q＆Aの回答（A）は、個人によって少しずつ異りますが、ここでは一般的な回答内容にしました。詳細は、温泉療法医に直接相談して、自分に適した療養の方法を見出してください。

健康は、自らの努力で獲得するものです。

Q１．湯治の期間は、どれぐらいが適当ですか？

A１．湯治の意味には、２つあります。足腰の痛みなどの自覚症状を軽減したい、あるいは“けが・手術”後の静養を目的に温泉を訪れる場合。もう一つは、いわゆる健康な方が“骨休め”、“気分転換”のために温泉地を訪れる場合があります。

前者を療養、後者を保養と区別しましょう。

療養には、１週間以上の滞在が必要です。昔から「湯治は７日１まわり、３まわりを要する。」といわれています。しかし、４週を越えないように。

温泉療養は刺激療法の一つです。私たちのからだは、同じ刺激を続けて受けていると、間もなく、その刺激に順応してきます（なれの現象）。温泉地で生活する湯治という刺激にも、同じように“なれの現象”が起こるのです。その限度が４週間と言われているのです。したがって、年１回とか、春と秋とか、比較的長い間隔をおいて行うのが効果的です。温泉療養は気のながい療法なのです。

一方、保養ですが、リフレッシュですね。保養には１泊でも、２～３泊でもよいと思います。温泉地の溢れるばかりの自然（温泉も含む）と肌との触れ合いで、私たちの心がリフレッシュされることは、改めて言うまでもありません。

Q２．７～１０日間の滞在予定で湯治に来たのですが、どのように入浴すればよいでしょうか？

A２．訪れた目的が療養か、保養かによって異なります。また、個人の健康状態によっても異なります。ですから、肘折温泉郷では、療養相談事業を行い、各個人に適した温泉地での生活や入浴方法の相談を受けているのです。これでは答えになりませんので、いわゆる健康である方なら誰にでも当てはまる一般的な入浴方法について紹介します。

温泉地は、からだを休め、こころを休め、楽しむところです。しかし、温泉療法は刺激療法の一つですので、正しく利用しないと事故につながる危険が常にあることを

温泉を利用した健康教室と湯治のたび(仙台ストレス研究所)の比較

- POMS(感情プロフィール検査)を用いて

大蔵村診療所

荒川光昭

温泉療養体験教室実施要領

1. 目　的

不定愁訴等があり家の中に引きこもりがちな住民、または、腰やひざに痛みがあり湯治を希望する住民を対象に温泉地において療養相談を実施することにより、健康づくりと社会活動への積極的参加のきっかけを作る。

2. 事業の名称

[心を休め、体を休め、生き生き健康づくり体験教室]

3. 実施場所

大蔵村肘折温泉郷　肘折センター(共同浴場 2 階集会場)

肘折いで湯館(平成 9 年度より)

4. 対象者

スケジュールにそった湯治のできるかた、またはスケジュールにそって日帰りでも連続して参加ができるかた

平成 4 年度～平成 6 年度延べ参加者 39 人　女性 34 人　男性 5 人

平成 7 年度～平成 12 年度延べ参加者 138 人　女性 120 人男性 18 人

温泉療養体験教室スケジュール　（3 日間の例）

	午　　前	午　　後
11/30(水)	10:00 オリエンテーション 開校式 健康チェック 保健所長 12:00　昼食	13:30　講話 [温泉の効用] 温泉療法医 15:30　体力測定
12/1(木)	10:00　温泉療養相談 （入浴・飲泉方法指導） 温泉療法医 2 人 12:00　昼食	13:30　健康づくりの運動 保健所保健婦 15:30　自律神経訓練 および座禅
12/2(金)	10:00　栄養の話 保健所栄養士 12:00　昼食	13:00　閉校式

*入浴は　～10:00am 、昼休み（自由）、16:00pm～

感情プロフィール検査　POMS について

(Profile of mood states)

＊POMS は感情・気分を評価する自己記入式の質問紙法

緊張―不安　(T－A)、抑うつ―落ち込み　(D)、怒り―敵意感(A―H)、活気感(V)、疲労感(F)、混乱感(C)の 6 尺度からその時点での感情・気分を測定しようというもの

＊質問は 65 項目で、5 段階に気分の状態を答えてもらい得点を評価するもの

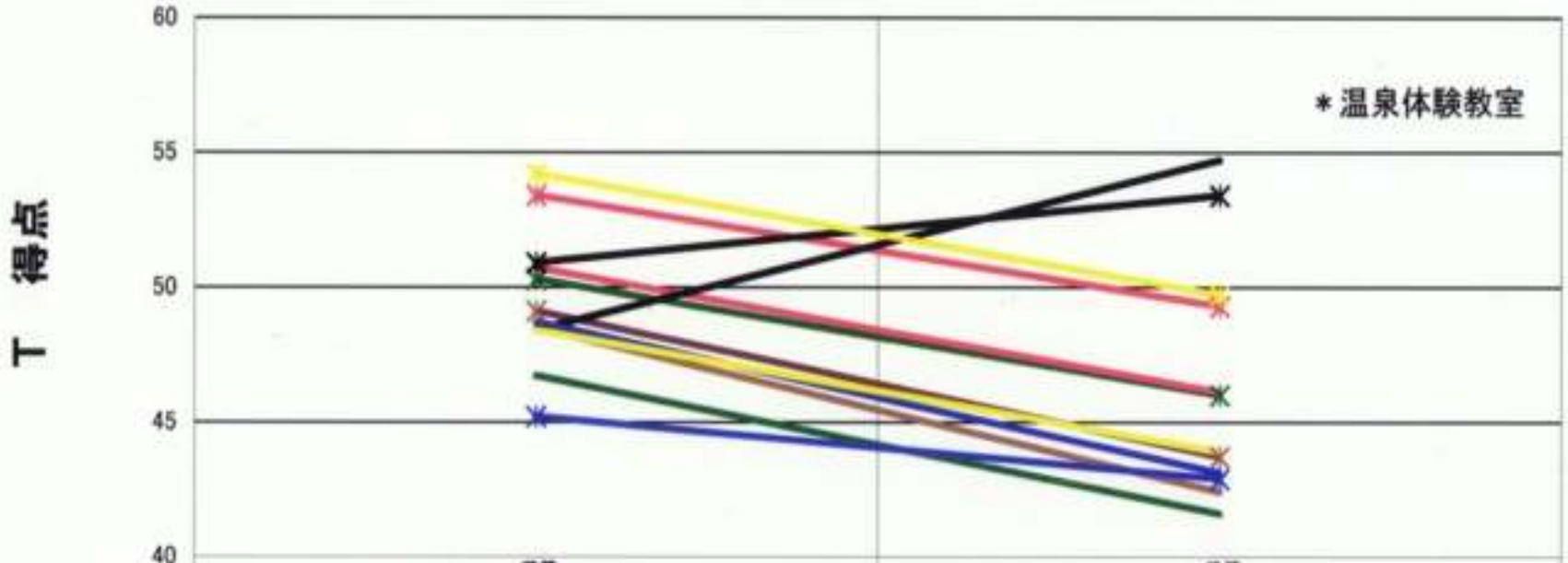
＊横山ら(東京大学公衆衛生学教室)によれば、T得点にて緊張―不安、抑うつ―不安、怒り―敵意感、疲労感、混乱感は60 点未満、活気感については、40 点以上が概ね感情・気分の良好な状態と考えられる。

＜対象＞

＊平成 7 年度から平成 12 年度の温泉療養体験教室に参加した方で、初日および最終日にPOMSに答えられた方

101 名(女性 88 名、男性 13 名)

温泉体験教室・湯治のたびの平均値



	前値	後値
T－A	46.7	41.6
T－A＊	50.3	46
D	50.7	46.1
D＊	53.4	49.3
A－H	48.5	42.4
A－H＊	49.1	43.7
V	48.4	54.7
V＊	50.9	53.4
F	48.7	43.1
F＊	45.2	42.9
C	48.4	43.9
C＊	54.2	49.7

考　　察

1．　POMSのいずれの尺度においても、改善が見られる。

これは、鈴木先生が心身症患者さんやストレスを抱えた方のために肘折温泉にて行われた、湯治のたびと同様の心理的効果が認められた。

2．　引きこもり、抑うつ気分などもろもろの精神的問題の多い60歳代の健康の保持・増進に効果があるものと考えられる。

3．　国保中央会の研究報告より「温泉を活用した保健事業を積極的に展開すると老人医療費は低下する」との指摘があり、大蔵村も、温泉療養体験教室やそのほか温泉を利用した保健事業などの推進で、老人医療費は全国的にも最低水準である。

紅花のくに 咲かそう文化 ときめく未来
第18回 国民文化祭・やまがた2003
平成15年(2003)年10月4日(土)～13日(月)
「肘折(ひじおり)」温泉文化の祭典
10／4(土) 温泉文化シンポジウム
(基調講演とパネルディスカッション)
10／4(土) 競演 東北の温泉小唄
10／5(日) 「温泉健康相談」拡大版
10／9(木)、13(月) 肘折街角ミニコンサート
10／4(土)、6(月)、12(日) 「むがすかたり」
10／4(土)～13(月) 肘折 蒼々・・・展
10／5(日)～13(月)(期間中5日間)
肘折"湯治食"の提供
あがらっしぇ ～日中、ゆかた姿でそぞろ歩き～
主催 文化庁・山形県・山形県教育委員会・第18回国民文化祭山形県実行委員会
大蔵村・大蔵村教育委員会・第18回国民文化祭大蔵村実行委員会

肘折温泉療養相談事業実績

平成３年度～平成28年度

年　　度	回数	相談者数	人／1回	実施場所	認定温泉医	備　　考
平成　３年度	１７回	２５６人	１５．１人	旅館組合事務所	片桐	県モデル事業
平成　４年度	１８回	１１８人	６．６人	〃	〃	県モデル事業
平成　５年度	１８回	２７７人	１５．４人	〃	〃	
平成　６年度	１９回	３２８人	１７．３人	〃	〃	
平成　７年度	１９回	３１７人	１６．７人	〃	片桐・荒川	
平成　８年度	１９回	１９０人	１０．０人	〃	〃	
平成　９年度	１８回	１３６人	７．６人	〃	〃	
平成１０年度	１７回	２６０人	１５．３人	肘折いでゆ館	〃	
平成１１年度	１８回	２０４人	１１．３人	〃	〃	
平成１２年度	３９回	３５７人	９．２人	〃	〃	水・土実施
平成１３年度	３８回	３５３人	９．３人	〃	〃	〃
平成１４年度	３９回	３６２人	９．３人	〃	〃	〃
平成１５年度	３８回 国文祭	４６１人 ４８人	１２．１人 ４８．０人	〃	〃	〃
平成１６年度	４０回	４０９人	１０．２人	〃	〃	〃
平成１７年度	４０回	３０５人	７．６人	〃	〃	〃
平成１８年度	３５回	２６０人	７．４人	〃	〃	〃
平成１９年度	２１回	１３５人	６．４人	〃	〃	前期 水・土 後期 土

平成２０年度	8回	６１人	７．６人	〃	荒川	6月～10月 第2,4土曜日
平成２１年度	8回	４９人	６．１人	〃	〃	〃
平成２２年度	8回	５０人	６．３人	〃	〃	6月～10月 第2,4日曜日
平成２３年度	8回	２６人	３．３人	〃	〃	〃
平成２４年度	8回	４２人	５．３人	〃	〃	6月～10月 第1.3土曜日
平成２５年度	8回	４４人	５．５人	〃	〃	〃
平成２６年度	8回	２９人	３．６人	〃	〃	〃
平成２７年度	8回	２６人	３．３人	〃	〃	〃
平成２８年度	8回	２８人	３．５人	〃	〃	6月～10月 第1.3日曜日
合　　計	５２５回	５，１３１人	９．７人			

※平成１４年度から『温泉療養相談』を『温泉健康相談』に事業名変更

平成１７年度から『温泉健康相談』を『温泉療養相談』に事業名を戻す

ご清聴ありがとうございました

肘折温泉療養相談事業実績

平成３年度～平成28年度

年　　度	回数	相談者数	人／1回	実施場所	認定温泉医	備　　考
平成　３年度	１７回	２５６人	１５．１人	旅館組合事務所	片桐	熱モデル事業
平成　４年度	１８回	１１８人	６．６人	〃	〃	熱モデル事業
平成　５年度	１８回	２７７人	１５．４人	〃	〃	
平成　６年度	１９回	３２８人	１７．３人	〃	〃	
平成　７年度	１９回	３１７人	１６．７人	〃	片桐・荒川	
平成　８年度	１９回	１９０人	１０．０人	〃	〃	
平成　９年度	１８回	１３６人	７．６人	〃	〃	
平成１０年度	１７回	２６０人	１５．３人	肘折いで湯館	〃	
平成１１年度	１８回	２０４人	１１．３人	〃	〃	
平成１２年度	３９回	３５７人	９．２人	〃	〃	水・土実施
平成１３年度	３８回	３５３人	９．３人	〃	〃	〃
平成１４年度	３９回	３６２人	９．３人	〃	〃	〃
平成１５年度	３８回 論文発	４６１人 ４８人	１２．１人 ４８．０人	〃	〃	〃
平成１６年度	４０回	４０９人	１０．２人	〃	〃	〃
平成１７年度	４０回	３０５人	７．６人	〃	〃	〃
平成１８年度	３５回	２６０人	７．４人	〃	〃	〃
平成１９年度	２１回	１３５人	６．４人	〃	〃	前期 水・土 後期 土
平成２０年度	8回	６１人	７．６人	〃	荒川	６月～10月 第2,4土曜日
平成２１年度	8回	４９人	６．１人	〃	〃	〃
平成２２年度	8回	５０人	６．３人	〃	〃	６月～10月 第2,4日曜日
平成２３年度	8回	２６人	３．３人	〃	〃	〃
平成２４年度	8回	４２人	５．３人	〃	〃	６月～10月 第1,3土曜日
平成２５年度	8回	４４人	５．５人	〃	〃	〃
平成２６年度	8回	２９人	３．６人	〃	〃	〃
平成２７年度	8回	２６人	３．３人	〃	〃	〃
平成２８年度	8回	２８人	３．５人	〃	〃	６月～10月 第1,3日曜日
合　　計	５２５回	５，１３１人	９．７人			

※平成１４年度から『温泉療養相談』を『温泉健康相談』に事業名変更
　平成１７年度から『温泉健康相談』を『温泉療養相談』に事業名を戻す

仙台ストレス研究所(湯治のたび)治療日程

時　　刻	日　　程
6:00～7:30	起床　洗面　入浴
7:30～8:00	散歩　体操
8:00～9:00	朝食(会食)
9:00～10:30	診察
10:30～12:00	自由(入浴、散策等)
12:00～15:00	昼食　入浴　自由
15:00～16:00	医学講話　自律訓練
16:00～18:00	自由　入浴
18:00～19:00	夕食(会食)
19:00~20:30	個人面談
21:00~	就寝

平成7年は6泊7日、平成8年は5泊6日

医学講話は病気、温泉、ライフスタイル、自由討論等

炭酸泉

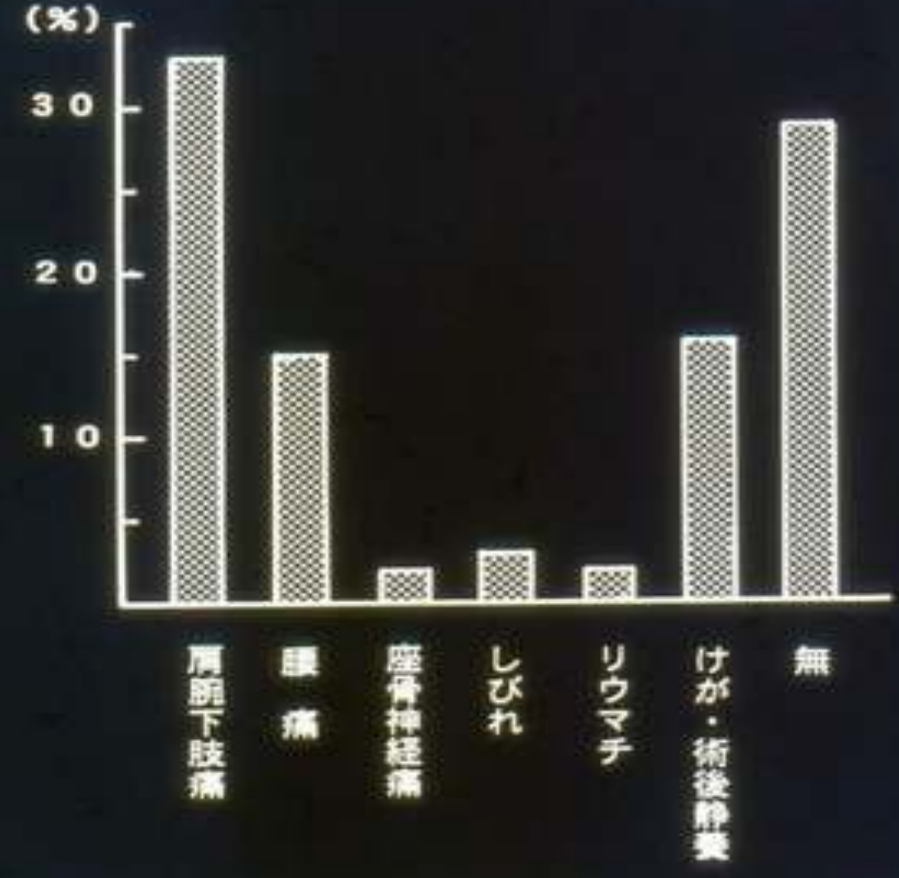


図　5　肘折温泉地への来訪目的

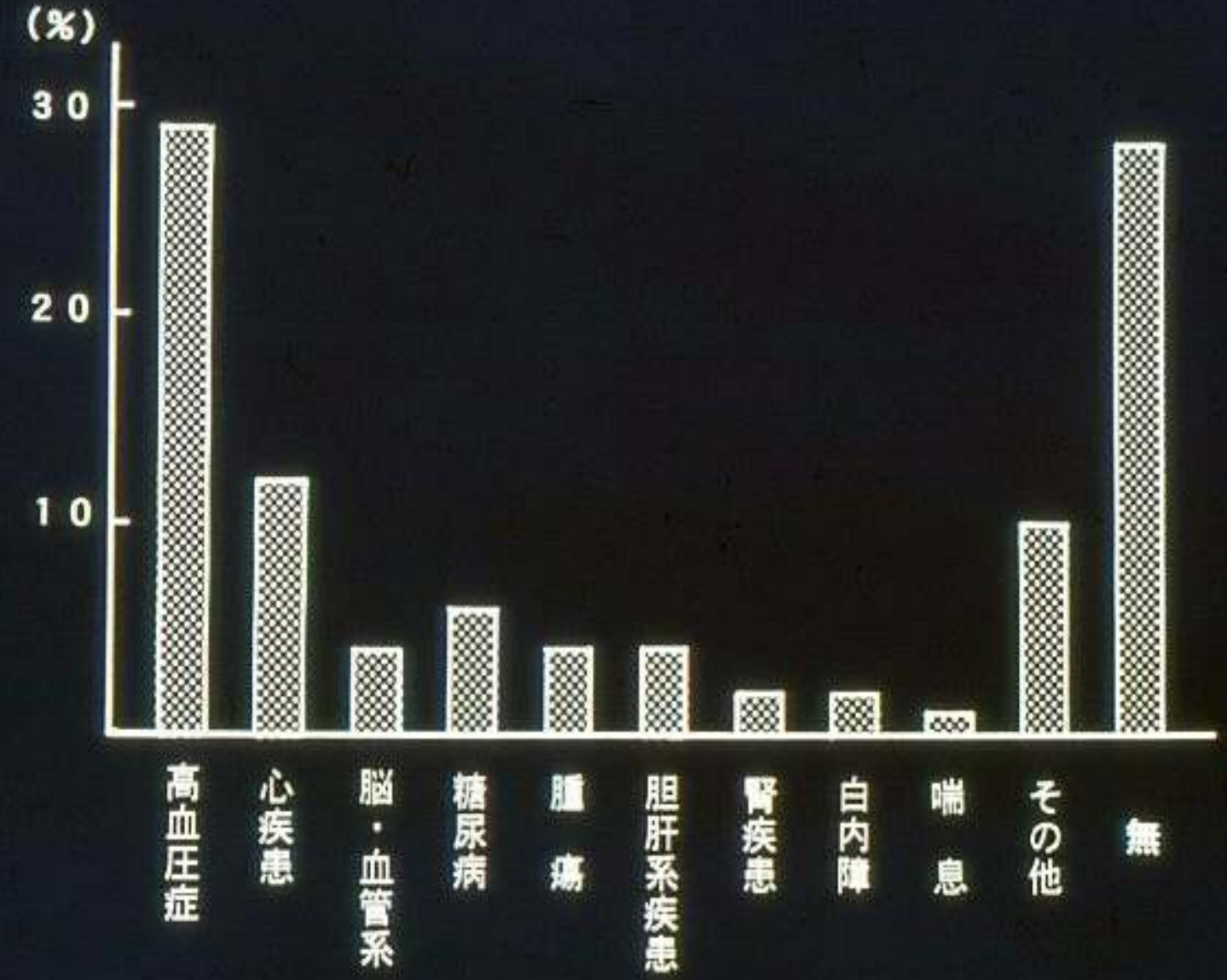


図　6　来訪者の持つ基礎疾患