

日本の名湯百選®紹介

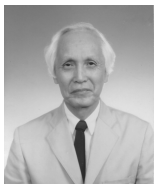
日本の名湯百選®連携会議



コーディネーター

合田 純人

こくだ すみと
特定非営利活動法人
健康と温泉フォーラム
常任理事



上口 昌徳

かみぐち まさのり
石川県山中温泉
観光協会会長
かよう亭代表取締役



第一回シンポジウム
(石川県加賀市山中温泉 2012年)



第二回シンポジウム
(長野県上田市鹿教湯温泉 2013年)



第三回シンポジウム
(熊本県菊池市菊池温泉 2014年)

1. 日本の名湯百選®の背景と経緯

日本の名湯百選®は健康と温泉 FORUM 実行委員会（現在の特定非営利活動法人健康と温泉フォーラム）が日本温泉療法医会と共同し、1989年9月から1992年9月の4年間に実施した広報事業です。温泉の各分野の専門家が、温泉地を1.遊びを中心とした温泉地 2.周辺を含めた観光を主とした温泉地 3.保養・休養を主とした温泉地 4.病気療養を主とした温泉地 5.いわゆる秘湯といわれる温泉地の5カテゴリーに分類し、主に3、4の温泉地を中心に国民の健康増進、疾病予防の保養条件、資源の適切な管理、優良な自然環境保全、さらには日本の温泉文化・伝統が伝承され、温泉が地元で大切にされているか等を実際に地元で検証しました。この地道な作業は温泉地が全国に分散されていること、公正中立な立場で特定の便宜を排除する等で時間と労力のかかる作業でしたが、結果的に当時のバブル景気に翻弄された日本の温泉地の実態を数々の社会的な背景のもとに浮かび上げられることになりました。地域遺伝子をもった歴史ある温泉地が、変貌し、変質し、その大切な保養空間を空洞化させつつある現場に立ち会うことになったのです。当時の多くの地元関係者は一部の人たちを除いて、やがて来る、バブル景気崩壊の反動と国民の温泉地に寄せる期待の変化に、気づく余裕がありませんでした。したがって日本の名湯百選®の目的と認知がこの時点で正しく評価されていたか疑問が残る結果となりました。一方、当時の温泉療法医や温泉医学全般の社会的な立ち位置も学会内では特定疾患の治療など専門化し、広く国民の視線に健康増進基地として温泉地のありかたを提言できる立場ではありませんでした。この両面の事実を背景にして、日本の名湯百選®は予想外の困難な事業となりましたが、逆に温泉地で地道に活動する人たちが先人の教えを改めて学び温泉地のあり方に一定の方向性を確認した貴重な研究となりました。4年間の継続的現地調査を完了し、最終的に、温泉療法医の推薦のあった全国の温泉地から「温泉療法医がすすめる健康と保養の温泉地」として広く国民に発表することができました。特に専門家の意見のみの書類選定に終わることなく、地元温泉療法医や自治体などの取材とともに一般利用者や地元市民の生活視線を重視し、特定の旅館や施設ではなく、保養滞在空間として温泉地を評価した極めて評価の高い事業となりました。認定温泉地を行政区間を超えて、温泉郷とした場合もあり、実際は89

箇所の温泉地認定となりました。

2. 日本の名湯百選®シンポジウム

その後、バブル崩壊後、日本の温泉地が健康志向を打ち出し、全国の温泉地から他薦、自薦含め多くの問い合わせがあり、又マスコミや各界から100箇所の認定を要請されてきました。この間には温泉地やそれを取り巻く社会的環境が大きく変貌したことが実感できます。特に東日本大震災やそれに続く原発事故で国民の多くの人たちが、自然の脅威を実感し生命観や生き方を見直す傾向が顕著になってきました。原発事故は引き続き国民の不安の種となり、これからの社会のあり方に大きな課題となりますが、同時に自然の慈悲としての温泉と温泉地にも大きな課題を提供しています。自然と寄り添って生きてきた日本人がもう一度温泉地に帰ってきて、生命再生装置としての温泉地を体感し、そして元気になって日本を支えていただければと2011年10月震災・原発事故に喘ぐ福島県いわき市で復興支援事業を行い、そして同時にフォーラム25周年記念事業として23年ぶりに新たに11箇所温泉地が認定されました。2012年秋、北陸の山中温泉で開催した第一回シンポでは、昨今の温泉地を取り巻く環境は厳しく、本物の温泉が選別され、生き残っていくべく、各温泉地では様々な取り組みが報告されました。匠と自然と、温泉文化が正しく伝承されているとする選定基準の日本の名湯百選®の温泉地では、まさに名湯百選の認定の意味とその価値を広く一般利用者や市民に告知し、改めて、地域の温泉文化資源を自ら見直すよい機会となりました。長野県上田市の鹿教湯温泉での第二回、昨年の熊本県菊池市菊池温泉の第三回の日本の名湯百選®シンポジウムを継続して開催し、旧来体質を革新し、認証の形骸化を避けるため、一部温泉地の認定取り消しや新認定など新陳代謝を促進する等新たな時代を迎えています。日本の名湯百選®の温泉地の広域連携を深め、温泉地の特徴や地域固有の歴史・文化遺産を浮き立たせ、あるものは相互に補完し、またあるものは個性ある地域活性化と街づくりに温泉を活用する共通の方策を検討し、その試みと成果を広く地域住民と共有しさらには、全国の温泉利用客に啓蒙普及していくことの大切な行動目標も再確認されました。そして、時代を超えて、日本の温泉の本当の価値が見直され、伝統が生き返り、日本の名湯百選®が名実ともに国民の信頼と期待に応えることができるよう、新たな決意で第一歩を歩きたいと願っています。

温泉地紹介 増富温泉

「世界に誇る和の健康保養地の里」に向かったの取り組み



1. 増富地域の現状

増富地域には、まさに「日本人のアイデンティティ」だと言えるような昔ながらの生活様式や生きる知恵がかるうじて残されている。「限界集落」と呼ばれ、まさに失われつつある美しい増富の風景を後世に引き継ぐこと。それが私たちの活動の目的である。そして、50年後・100年後に信玄公のゆかりある日本古来の里山の暮らしや伝統文化を伝え、都市住民はもちろん、世界中の人々の心と体を癒す「世界に誇る和の健康保養地の里」を目指している。まずはじめに、増富地区の現状について説明する。

60年前（昭和30年）は2650人だった人口が、現在では約450人となり高齢化率64%、高齢者の独居率40%に達している。地域100km²のうち95%が森林であり、耕作放棄地は農地全体の60%に達してしまった。集落内にあった小中学校は廃校になり、病院や診療所などの医療施設はなく、消防団や安協・体協など地域活動において、人口の少ない青年層への負担が年々増加している。また、温泉郷の顧客数は減少傾向にある。増富地区に訪れる年間来訪者17万人、そのうち温泉地に宿泊する人は3万人、日帰り温泉「増富の湯」を利用する人は7万人と云われている（少なくとも7万人の来訪者が増富を通過しているだけということになる）。温泉峡の間年売上は推定2.5億円強、うち増富の湯は約9000万円である。一方で、増富には日本百名山の瑞牆山と金峰山や、平成の名水百選の源流、多くの野生鳥獣が生息する森林など大自然がある。春の山菜や特産物の「花豆」、ミネラル豊富なお米、秋のキノコ、冬のジビエ、増富きゅうり・花豆などの農産物、味噌・豆腐・凍み大根などの加工食品、そして、信玄の隠し湯として400年余も日本人を癒し続け豊富なラジウム・ラドン含有量を誇る湯治場、お神楽や獅子舞など伝統芸能、伝統的な古民家など、多くの資源が存在する。しかし、このまま人口の減少が進むと田畑は荒廃し、山も荒れ放題になってしまうかもしれない。結果、子供も大人もお年寄りも生きづらい環境になり、果ては集落の消滅も十分に考えられる。温泉郷の存続も危うい。このように広がる不安を解決するためにまずは足元を固めていかなければならない。そこで、「世界に誇る和の健康保養地の里」作り計画を立案。そして、増富温泉協会・増富地域の施設・地域住民との連携・絆の強化に取り組む。



空き家調査



空き家調査



空き家調査



空き家調査



増富の自然を体感できる遊歩道の整備



登山道整備

2. 「世界に誇る和の健康保養地の里」形成のための条件

1. 集落（農村の定住環境）の維持

地域の定住環境を整え、集落の存続を図り、耕作放棄地の有効活用や山の管理活動等を通じて農林業を振興し、雇用環境を整える。また、これらの振興策を都市との交流事業を通じて地域活性化につなげる。第一段階として、二地域居住者・期間居住者用の受け皿づくりから始め、将来は定住の促進につなげる。しかしながら空き家の貸し手が少ないことが現状で、そのための環境づくりとして、「空き家を貸す条件としてご先祖の土地を開墾してもらおう。」等、空き家対策と耕作放棄地解消対策との連結が必要である。

2. 安定的な生活収入源の確保

2-1) 高付加価値の農産物の開発

えこま・ミネラル米・野草・きのこ

2-2) 増富内の自然案内人による収入

自然体験インストラクター養成（滞在型の宿泊客のおもてなし）
なお、すでにある一日体験プログラムの実例としては、以下の通りである。

瑞牆山登山、魔子山登山、修験者の修業の場カンマンボロツアー、信玄の隠し金山跡巡り、平成の名水100選の湧水を汲むツアー、本谷川溪谷支流散策、樹齢800年とちの木に出会う、自然エネルギー氣功体験、保健師の講座
地元中国医師による診断

2-3) スキルを利用した収入の確保

増富のネット環境を整え、場を活用した仕事の創出

ヨガ・エステ・瞑想・氣功・アロマ等のインストラクターによる収入（例）ロハスヨガツアー

3. 地域住民との相互連携による絆作り

地元住民・温泉協会青年部・大学生・都市住民の参加による間伐・製材・組み立て等、林業体験と鳥居づくりによる参加型交流拠点づくり熊野大権現より発祥した温泉郷の守り神である「湯の権現様」に感謝する伝統行事「火祭り」が開催される地に前宮を作ることで、湯治客や地元高齢者がお参りがしやすい場を作る。

3-1) 地元住民と大学との連携事業

1 鳥居づくり

2 増富の自然を体感できる遊歩道の整備

3 登山道整備

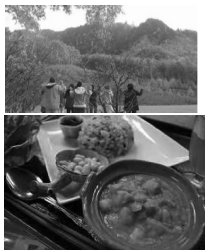
温泉地紹介 増富温泉



(3-3 例) 子供キャンプツアー



(3-6 例) 地元高齢者のための健康教室



(4 例) 菜膳カレー



(4 例) 手づくり豆腐体験



B.M.W. 活性水



クロレラ水の培養

3-2) 農業体験ツアー・イベントの実施

地元で農業に従事するみなさんに協力いただき、学生や集落外から訪れた人々に農作業を体験してもらったツアーやイベントを開催する。増富きゅうりや花豆、大豆などの収穫体験、種まき体験など。

3-3) 農林業・自然体験プログラム

2泊3日のキャンプ生活を通じ、動植物と触れ合うプログラム。豊かな自然の面白さを肌で感じる。芋掘りなど農業体験も実施。

(例) 子供キャンプツアー

3-4) 地域資源調査及びマップ作成

増富地区の高齢者が集い活動している「元気会」の参加者をはじめとする高齢者へのインタビューなどを通じ、地域の資源を調査する。伝統的な加工食品・料理、空き家、史跡や伝統行事、景観スポットなどについて、都市部からの新規移住者がヒアリングを実施。信玄公の金山開発跡地や源流域の植生、野生鳥獣の活動範囲、地域の史跡や伝統行事、伝統的な豆腐づくりや味噌づくり、山岳の景勝スポット、更には空き家や古民家といった資源を調査するとともに、マップを作成する。

3-5) 地元特産物を活用した商品開発

女将の会や地元おばあちゃんによる、増富地域が生産に適した特産農産物となっている「花豆」や自然環境を活かして生産される椎茸、春の山菜や秋のキノコ、冬のジビエ等を活かした「女将おもてなし弁当（仮称）」等、地域の名物となり得る特産品の開発。増富きゅうりや花豆、椎茸などキノコ類、山菜、鹿肉・猪肉などのジビエを活かした特産品開発、販売。

3-6) 地元高齢者の健康管理体制の確立

増富元気会を中心とした地元高齢者の健康管理体制を確立すると共に、その仕組みを温泉郷湯治客にも普及し保養地としての地位向上を目的とする。

(例) 地元高齢者のための健康教室

3-7) 健康チェックカードの作成・試行

保健師による血圧や体温、食事や運動等、一人一人に合わせた健康づくりのための健康チェックとアドバイスを。

4. 増富地区に訪れる 17 万人の来訪者が地域に循環して過ごす仕組み作り

増富地域の食と農、里山を生かした利益の循環をする仕組みを作る。

1 花豆食堂や売店の強化（農場、地域産品の積極活用とPR）

2 マルシェの拡大（地域農家による出展）
地元農家の出展により開催している「朝市」は現在、土・日のみ開催だが、食堂の食材としての買い付けを検討する。

3 四季に応じた体験型ツアーの実施

4 増富地区の施設を巡る季節限定ツアー実施

5 医療機関との連携 医療機関専門家による、自然療法に関する研究会（奥秩父増富健康増進会）の発足

専門家（医師2名・物理学者2名・保健師1名・管理栄養士1名）によるプロジェクトチームの監修を受けながら、源泉療法も含めた自然エネルギー療法・食事療法の体験と講習会を開く。

また、増富の森林や溪流を活用した氣功体験、健康によい工夫された食事を提供する。（例）菜膳カレー

6. 移住者や青少年等の農林業体験

移住希望や就農希望を持つ親子を対象に、はちみつ作りや薬用作物栽培、豆腐や味噌づくり体験といった農業体験・交流活動を実施する。（例）手作り豆腐体験

7. 大学と連携した農産物ミネラルの検証

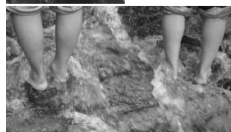
安全な農作物を開発するため、山梨大学と連携し、農林産物のミネラルの効用等に関する検証をするため、源泉から作るB.M.W. バクテリア・ミネラル・ウォーターを作り、光合成を利用してクロレラ水を培養し、農地に巻き生育状況を観察している。

また、活性水を用いて、微生物を育てたファンゴを作る研究を東邦大学としている。

8. 宿泊施設リーゼンヒュッテを増富温泉郷における養地づくりの開拓者と位置づけ、滞在型のミニ保養地を構築する。

8-1) 「奥秩父温泉郷増富健康増進会」のプロジェクトチームの監修を受けた保養地作り

1 安全な食事を提供できるシステムの構築



(8-1 例) 自然エネルギー体験

温泉地紹介 五頭温泉郷

日本の名湯百選◎ 五頭温泉郷の歩みと現状および今後の展望 ー秀でたラジウム温泉を中心としてー



1 五頭温泉郷の環境

新潟県阿賀野市「五頭温泉郷」は、県都新潟市から福島・会津若松方面へ約30km、米どころ蒲原平野の東端に位置し、「出湯温泉」「今板温泉」「村杉温泉」の3つの温泉地で形成されています。

弘法大使が5つの峰それぞれに仏像を安置したとされる霊峰「五頭山」の麓に湯煙を上げている五頭温泉郷は、五頭連峰県立自然公園内にあり、一帯は「全国森林浴の森100選」にも選出されています。新潟平野や佐渡ヶ島をも一望できる五頭山をはじめ、250基余りの句碑や歌碑が立ち並ぶ文化の道「やまびこ通り」（林道100選農林水産大臣賞受賞）や「五頭薬用植物園」「五頭山麓いこいの森」等、豊かな自然資源を活かした森林レジャー施設が整備され、健康的な温泉地滞在環境を提供しています。

2 五頭温泉郷の歴史と温泉文化

(1) 出湯温泉

出湯温泉は809年に弘法大師が錫杖について湧き出したという伝説が残る、開湯1200年と県内で最も歴史がある温泉で、そのお湯は今も華報寺境内の共同浴場の源泉として湧き出しています。当初はお湯場に寝銭を捧げてお参りをしていたと伝えられ、鎌倉時代には幕府に温泉税を納めていたという記録も残って

それだけに、転落等の事故も増加しており、リーゼンヒュッテグランドに練習場を設置し、スクーリングをする。また高齢者のリハビリ・子供用の安全なボルダリング壁を併設し・高齢者のバランス力・基礎体力作りの向上の場を利用することで、保養地としての運動面の充実させていきたい。

以上の取り組みを通じて、「世界に誇れる和の健康保養地の里」を実現していきたい。

います。

その後、湯治場として発展し、役人が多く訪れる保養地として一躍脚光を浴びようになり、竹久夢二や折口信夫等、数多くの文人墨客もその足跡を残しています。

最近ではアトピー性皮膚炎に効果がある温泉地として全国に知られ、治療に訪れた人達の中にはその効果からこの地に定住された方も多くいます。「華報寺共同浴場」「出湯共同浴場」「弘法の足湯」等の外湯があり、連日多くのお客様が訪れています。

(2) 今板温泉

今板温泉は、出湯温泉と村杉温泉の間に位置する一軒宿の温泉地です。国道290号から、杉に囲まれた細い道を山へ向かって分け入ると、静かにたたずむ宿と薬師堂が目に入ります。

弘法大師が五頭山を開いた時に、この地に自噴していた源泉を発見したのはじまりといわれ、薬師堂にまつられている薬師如来像も弘法大使によって刻まれたと伝えられています。宿を囲む竹林や老杉古松を吹き抜ける風の音、野鳥のさえずり等が心に潤いを与えてくれる清閑な温泉地です。



(3) 村杉温泉

村杉温泉は、678年前の建武2年(1335年)、足利家の武将であった荒木正高が戦乱を逃れてこの地に着き、薬師如来のお告げによって発見されたと伝えられています。

村杉温泉の源泉後方の石段を登ると、この荒木正高が建てたといわれる薬師堂が今も残り、当時の面影を感じさせてくれます。

温泉地から離れた場所に村杉遺跡があり、旧石器や縄文式土器が出土していることから、ももとの村杉集落は数万年の歴史とともにこの村杉遺跡の場所にあり、温泉の発見をきっかけに当地に移住し、今の村杉温泉街ができたと考えられます。

大正3年には、新潟大学の薬学士中山蘭教授らによって温泉成分が分析され、ラジウムの含有量が世界レコードにあると発表されたことから、当時の新聞等で大々的に報道されました。

また、古くから多くの文人、墨客らに愛され、近衛文麿、橋本閑雪、河東碧梧桐、相馬御風、野口雨情等々、名士達の書や手紙等が今もこの地に残されています。ラジウムを多く含み、特に婦人病に効果があることから「子宝の湯」としても知られており、温泉街には「共同浴場薬師乃湯」を中心に「村杉共同露天風呂」「薬師の足湯」「飲泉所」等が整備され、四季を通じて多くの方に利用されています。

3. 村杉温泉の位置

新潟県阿賀野市村杉温泉は新潟市より福島・会津若松方面へ約30km、名峰「五頭連峰県立自然公園」の一角に位置します。

4. 村杉温泉の歴史と温泉文化

村杉温泉は、今から680年前 建武2年(1335年)足利家の武将であった荒木正高が戦乱を逃れてこの地に着き、薬師如来のお告げにより温泉を発見したとい伝えられています。現在の源泉1号井および2号井の後ろにある石段を登ると正高が建てたといわれる薬師堂が今も残り、当時の面影を感じさせてくれます。

それ以前の村杉集落は、全く別の場所に位置し、その場所からは「村杉遺跡」と称し旧石器や縄文土器が出土されており、数

万年以上前から人が住んでいたと言われております。

前述の680年前に温泉が発見されたということから、現在の温泉街の方へ移住し、以降国有地払い下げを受けたりしながら各自の土地を確保し、村杉温泉の原型が形造られ現在に至っております。また外湯につきましては、明治8年(1875年)病気療養のために村杉を訪れた葛塚(旧豊米市)の遠藤七郎昭忠氏の提案により共同浴場を開設したと示されております。

大正3年に新潟大学薬学士 中山蘭教授らによる温泉分析の結果、ラジウムの含有量が世界レコードと示されており、当時の新聞でも大々的に報道されております。

当温泉は、古くから多くの文人、墨客らに愛され、近衛文麿、橋本閑雪、河東碧梧桐、相馬御風、野口雨情等々、名士達の書や手紙等かけがえのない宝物が残されており、県内はもちろん全国各地から多くの方が訪れ、一世を風靡致しました。

現在も温泉の原型と言われている「薬師堂」・「共同浴場(外湯)薬師乃湯」の周りに「村杉共同露天風呂」・「薬師の足湯」・「飲泉所」を付帯させたミニスパエリアには人気スポットとして年間十数万人のお客様が訪れております。

5. 村杉温泉(単純放射能泉《ラジウム泉》)の効能

当温泉は古くから「子宝の湯」・「痛風の湯」・「万病の湯」として訪れる方々に親しまれてまいりました。過去温泉調査をされた数名の学者の先生から「自然湧出でこれだけ濁りも無く、成分も高い源泉は珍しい。まさに国宝級の源泉である」絶賛を頂いた経緯もございます。心や身体が癒され、とてもリフレッシュできる数が少なく貴重で効能が高い素晴らしい温泉です。

この温泉の特徴は、入浴することで大きな効果が得られますが、飲泉そして何よりも気体(ラドン)を鼻や口から吸い込んでの効果が一番大きいと言われています。学者の先生の測定によりますと温泉街の空気中にもこの気体(ラドン)が多量に含まれており、深呼吸するだけでも免疫力を高め、健康増進につながると話しておられました。



現在も温泉の原型と言われている「薬師堂」・「共同浴場(外湯)薬師乃湯」の周りに「村杉共同露天風呂」・「薬師の足湯」・「飲泉所」を付帯させたミニスパエリアには人気スポットとして年間十数万人のお客様が訪れております。

6. 村杉温泉今後の構想と展開

一番大切なことは、源泉の維持管理だと思っております。また、ラジウム・ラドンについての知識を身につけ、的確な情報発信をしていくことが重要であると考えております。

そして、これだけの素晴らしい資源を与え同時に守っていただいた祖先に感謝をいたし今後の資源有効活用を考えております。

■情報発信の積極的推進

地元から積極的にダイレクトな情報発信を行なってまいります。

そして、日本有数のラジウム含有量を誇る温泉地として全国各地の皆様からお越しいただき、温泉および自然環境の素晴らしさ等々、充分に実感していただきたいと考えております。

■健康型保養温泉地創への取り組み

夢の構想の実現に向けて

【村杉ラジウム温泉風景利用】

全国的に有名な温泉観光地、九州・由布院に先駆けること3年、現在の東京大学農学部教授で日本初の林学博士、本田静六先生が大正10年に村杉温泉を訪れ、ラジウム温泉と雄大な自然環境を活用した壮大なる計画【村杉ラジウム温泉風景利用策】を提案し、今に残されております。本多静六博士は、当地は森林を有し土地の良好なる上にラジウムを多量に含む温泉を有しているのですから、将来極めて有望にして大いに発展すべき資質を有するものと考えました。「風景利用策」の内容は、実に詳細で具体的に示されている。土地利用の平面図まで添えられ、

ラジウム温泉の効能の素晴らしさは勿論のこと、森林浴の効能や登山道、遊歩道の整備や有効活用、展望台の設置、名物や土産物の提案まで描かれております。

今後の展開としては、100年近く実現出来なかった「夢の構想」を本多静六博士、現代版【村杉ラジウム温泉風景利用策】と位置づけ、開湯680年の歴史と日本トップレベルのラジウム含有量を誇る温泉と五頭連峰県立自然公園の雄大な自然環境の有効活用を図り、「環境」と「健康」をテーマとした健康増進型保養温泉地創りを推進して参ります。

新潟県・阿賀野市のサポートを受け「五頭山麓緑資源活用ワークショップ」と地域住民60名程で結成したボランティア団体「村杉を愛する会」が共同で本多静六先生が記された計画を基に滞在環境整備事業に邁進しております。「遊歩道整備」を中心に竹林の伐採・雑木の伐採・草刈り・山野草や薬草の植栽等「環境整備」事業に取り組んでおります。

遊歩道は、「村杉温泉ミニスパエリア」から「薬師堂」「夫婦杉」を抜け「須賀神社」を結ぶ「ねがいの小道」を中心に当地の名所、句碑・歌碑が250基余り立ち並ぶ文化の道(林道維持管理コンクール農林水産大臣賞受賞「やまびこ通り」や五頭連峰県立自然公園の登山道へも繋がっています。一方では食と緑の交流センター「五頭山麓うららの森」から「ほたるの里」・田園風景を眺め親鸞聖人ゆかりの地「魚岩」から温泉街へ戻るコース等も人気です。

また環境省認定の中部北陸自然歩道の再整備も完了し来年度には五頭温泉郷(村杉・今板・出湯温泉)が国民保養温泉地の指定を受ける事が確定しております。更に、当地は「ゆうきの里」として、全国的に有名な有機栽培地域でもあり、「食」に関しても安全・安心な健康食材がふんだんに揃っています。



五頭山麓ワークショップ&村杉を愛する会 共同事業



▲整備した遊歩道



▲竹林の伐採作業

活動タイプ	延べ参加人数	活動回数	活動面積
里山林保全 森林整備	126 65人※	126 4回※	(H26) 2.1ha
侵入竹 竹林整備 竹林整備	125 88人 126 46人※	125 6回 126 4回※	125 1.3ha (H26) 1.9ha

※平成26年度は実施につき10月末時点の数値

温泉地紹介 五頭温泉郷



五頭温泉郷

また、「五頭山麓うららの森」では「情報発信館」・「体験学習館」・「ゆうきふれあい即売所」等の施設や「ブルーベリーの植栽」・「エゴマの栽培」・春は「菜の花」、秋は「コスモス」と観光協会や旅館組合、NPO法人、地域の住人達が参加して維持管理を行っています。

今後は地方創生事業のメインプロジェクトとしても市民交農農園ハウス・新規就農者支援ハウス・体験農園ハウス整備基本構想事業のラジウム・ラドンを活用したモデルハウスを構築する予定です。

【健康の里拠点整備事業】を推進し温泉街との一体感を深め、「温泉入浴＋自然探索」＋「ウォーキング・ノルディックウォーク・トレッキング」＋「体験」＋「健康食」＋「森林セラピー」＋「ラドンセラピー」等に産・学・医連携による「検診」＋「医療」を加え、グリーンツーリズム・ヘルスツーリズム・アンチエイジングキャンプ等様々なプログラムの策定を行い実践して参ります。

■現在までに実施した主な事業

- ・【ヘルスツーリズム・ラジウム温泉でリフレッシュ＆リラックス】
- ・【アンチエイジングキャンプ
- ・【たんばく調整・食と学びのツアー】
- ・【ラジウム温泉浴による健康成人の循環応答への影響調査】
- ・【湯脈調査事業】
- ・【空気中ラドン線量測定事業】
- ・【温泉入浴指導員育成事業】
- ・【温泉ソムリエ育成事業】 等々



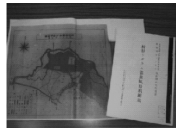
体力的に厳しい急斜面での作業



遊歩道の入り口には「ねがいの小径」と書かれた石碑を設置



村杉を愛する会



「村杉ラジウム温泉風景利用策」

また、「五頭山麓うららの森」では「情報発信館」・「体験学習館」・「ゆうきふれあい即売所」等の施設や「ブルーベリーの植栽」・「エゴマの栽培」・春は「菜の花」、秋は「コスモス」と観光協会や旅館組合、NPO法人、地域の住人達が参加して維持管理を行っています。

■活動の成果・効果

温泉街の観光振興につながる

遊歩道の整備によって、村杉温泉の観光振興に効果が始まっています。村杉温泉を訪れる観光客が、遊歩道散策を楽しみながら、温泉街全体を歩いて回るようになりました。その結果、おみやげの販売店や飲食店に立ち寄る観光客が増加し、売上が伸びる等、温泉街全体の観光振興につながっています。また、リピーター客からも大変好評を得ています。

地域住民の結束力がさらに深まる

村杉を愛する会の特徴は、村杉地区に居住する約7割の世帯から同会への協力者を得ていることです。遊歩道の整備には30代から高齢の方まで幅広い年代の方が参加しており、共に活動

を行う中で、住民・同士の絆や結束力がさらに深まりました。

■工夫した点・苦労した点・今後の課題 幅広い年代の参加

・作業現場は斜面が多く、高齢の参加者には体力的に厳しい作業現場となりました。しかし、若い世代の住人も積極的に活動に参加しており、幅広い年代の方がともに作業に取り組むことで、広大な範囲を同会の力で全て整備することができました。・遊歩道活用の様々なアイデアが生まれています。整備した遊歩道は「ねがいの小路」と名付け、散策マップを作成し、観光客へ周知を図っています。今後は、距離や難易度別に温泉街を巡り歩くコースを作成し、観光客へ周知を図っています。今後は、距離や難易度別に温泉街を巡り歩くコースを作成し、温泉と遊歩道を活かした観光振興をさらに進めていきます。

周辺地域の温泉と連携した取り組みへの発展を目指す

村杉温泉は、今板温泉、出湯温泉とともに、五頭温泉郷に属する温泉のひとつです。五頭温泉郷は森林資源が豊富なことから、同会の活動を契機として、今後は周辺地域の温泉と連携を図りながら森林資源を活かした地域振興を進め、五頭温泉郷全体の活性化につなげていきたいと考えています。

【総括】成功を生んだポイント

行政のサポートが活動の促進に貢献

交付金を活用するためには、住民組織には負担の大きい煩雑な資料の作成が必要になります。阿賀野市では、このような負担を和らげ住民組織が活動に専念できるように、事業計画書作成のアドバイスをを行ったり、活動と一緒に参加するなど、活動組織との連携を密に図っています。このような支援が同会の活動を後押ししています。

地域住民が一体となった取り組み

村杉地区では古くから温泉組合と自治会の連携が図られており、それぞれの立場に関わらず、皆で協力して地域を良くしようという一体感を生み出す素地が備わっています。同会の活動へは村杉地区に居住する世帯のうち、7割近い世帯から協力者を得ています。この地域住民の一体感が活動を後押し、温泉街の観光振興に大きな役割を果たしています。

温泉地紹介 菊池温泉

～わかさず・ぬるめず・循環させず～ 熊本県 菊池温泉



菊池温泉



白龍のお告げ



ボーリング施設に立つ村川会長



期限なしの温泉周湯券で、1枚につきお一人様1ヶ所のご入浴ができます。温泉巡りや、ご友人・ご家族とのシェアができるお得な3枚綴りのセットです。



体験入浴

【菊池温泉伝説～白龍のお告げ～】

『昔むかし、城山の一角に立っていた村川翁（後述に出てくる隈府町商工会会長だった村川信彦氏）の前に、突然下方より銀鱗の白龍が昇ってきたげな。「ござんきれいか龍はみたこつがなか。」とつぶやくと、横に立っていた美女が「あれは親龍で、ほら、あそこに子龍たちが」と指をさす。見てみると、たくさんの子龍がモウモウと立ち込める湯けむりの中におったげな。翁は温泉湧出の啓示と気づき、今の菊池温泉を掘り当てたそうたい。」

【菊池温泉の歴史】

菊池川流域には、玉名温泉、山鹿温泉、植木温泉といった歴史の古い温泉が存在している。菊池温泉の歴史は新しく、初湧出は昭和29年10月30日で、平成26年に60周年を迎えたところである。昭和20年8月、終戦を迎えた国内は混乱し、市中心部の隈府においても今後の発展は厳しい状況にあった。このような中、隈府町商工会会長だった村川信彦氏が、まちを観光都市として発展させようと、温泉掘削に立ち上がった。

温泉掘削のために必要な資金は1千万円、村川会長は隈府町長に相談するが議会で予算が通らない。氏は商工会でこの資金を捻出することを決意し、町の補助金、土木組合や有志、商工会の資金と合わせ1千万円を確保、村川会長の熱意と町の発展を願う有志の協力によるものであった。

昭和29年6月26日、現温泉街（東正観寺地区）を掘削地点として起工、工事は無休で続けられ、深度235m地点で45度の泉源を突き止め、同年10月30日天然温泉を吸い上げることに成功した。

商工会は、流出する温泉を引いて、約60人ほどが入浴できる仮設浴場を設置。当時の熊本県衛生部の調査によると、「アルカリ性で、硫黄分を微量に含んでいるが、こんな良質な温泉は県下でも珍しい」との結果で人気を呼び、入浴客で連日大にぎわい。この仮設浴場が菊池温泉の出発点であり、温泉観光都市が誕生した瞬間だった。

【愛され続けて60年。これからの菊池温泉】

菊池温泉は、無色透明で無味無臭。アルカリ性で、癖のない泉質が特徴である。「美肌の湯」「化粧の湯」などと呼ばれ、特に女性に人気がある。雑誌や旅行代理店などが行う人気投票で常に上位にランクインするするほど。

さらに菊池渓谷の豊かな水と緑に代表される自然環境に恵まれた療養・保養に優れた温泉地として「日本の名湯百選」に平成23年10月に認定された。

現代人の多くが求めている「癒やし」効果の高い温泉地としての期待も高まっているところである。

昔は「宴会型」の団体客で賑わい、年間40万人を超えていた宿泊者数は年々減少傾向にある。現在では、個人や少人数でゆっくりしたいという「保養型（癒やし）」の宿泊・観光客が増えている状況にあり、そのニーズに応えるため、日本の名水百選や日本の滝百選、日本森林浴の森百選となっている菊池渓谷、安全・安心な食、そして日本の名湯百選「菊池温泉」などの観光資源を組み合わせながら観光振興に取り組んでいく必要がある。

市外からお客様をお迎えするだけではなく、今後「市民に愛される温泉」としての役割も重要となってくる。

湧出60周年を迎えた昨年の業師祭（温泉の恵みに感謝するまつり）において、これまでになかった催しとして、市内保育園児によるお遊戯のあとそのご褒美として旅館のお風呂に入浴をさせた。子どもたちは大はしゃぎしながらも、「気持ちいい」「すべすべする」など思いの感想を述べていた。

入浴のマナーを学ぶとともに、「菊池温泉」という自然の恵みに感謝する気持ちと、地元の大切な資源への愛着心を養ううえで大きな意義があったものと考えている。

これまでに無かった取り組みを行いながら、今後も名湯百選の名に恥じない「菊池温泉」となるよう努めていかなければならない。



湯中運動

温泉地紹介 玉川温泉

強酸性の温泉入浴と天然岩盤浴を組み合わせた湯治スタイル

1. 玉川温泉の湯治スタイル

玉川温泉は、強酸性の温泉入浴と天然岩盤浴を組み合わせた湯治スタイルが特徴です。

長期滞在されるお客様は、1日3回の入浴と1日2回の岩盤浴が主流のようです。天候が悪い日は屋内岩盤浴が混みあいます。

到着時は入浴を軽めに1回程度にして徐々に入浴回数を増やして無理せず自分にあったスタイルにもっていきます。

初めて来た方に対してリピーターの方たちは自慢げに入浴の仕方などレクチャーしているようです。中には過度な入浴で体調が悪くなる方も見受けられ、困った面もありますが…。初めての方は入浴相談室に看護師が常駐していますので、からだの状態に合わせた入浴方法の相談を薦めています。

2. 温泉の特徴

玉川温泉自然研究路を進んでいくと、玉川温泉の源泉「大噴（おおぶき）」が見えてきます。毎分9,000ℓもの源泉（98℃）が勢いよく湧きあがり、1ヶ所からの湧出量は日本一の量といわれています。しかも強酸性（pH1.2）であり、包丁を源泉に漬けておくと一晩で溶けてなくなってしまうほど酸性が強い温泉です。大噴は塩酸を主成分とした源泉であり、大噴附近に小さな幾つもの源泉が湧いていますが、塩酸を含んでいるのは大噴の源泉だけで、地中深くから一気に吹き上げているのではないかと思います。

この強酸性の温泉は、身体には良い影響を与えますが、機械や設備には決して良い環境とは言えません。例えば、テレビなどの電気製品は腐食が早くすすみ1～2年で交換が必要になりますので玉川温泉の客室にはテレビがついていない客室がほとんどです。コンクリートも溶かしてしまう温泉ですので大浴場は青森ヒバの太い柱を使った木造大浴場です。

3. 大浴場の浴槽の種類

★掛け湯（白湯）

まず最初に体を洗い流してから入浴してください。足元から徐々に上へ心臓から遠いところからお湯をかけていき、身体全体を馴染ませます。

★源泉100%浴槽（38.5～39℃）

この浴槽は、パイプを川の中に通して熱交換で温度を下げて調整しています。肌の刺激が強いので39℃以下の温めに調整し

ています。すり傷などビリビリします。浴槽の中で肌を擦ったりすると炎症をおこすことがあります。ゆっくりと浸かりゆっくりと上がるのが基本です。

★50%浴槽（41～42℃）

源泉を50%希釈した温泉です。胸まで浸かり慣れてきたら徐々に肩まで、その後頸と耳の付根まで浸かります。

★ぬる湯（38～39℃・50%希釈）

心疾患や高血圧の方にお薦めます。半身浴でときおり肩にお湯をかけるように浸かります。

★あつ湯（43～44℃・50%希釈）

湯温が高い分肌の刺激が強くなります。長湯は諸疾患を誘発する要因となりますのでご注意ください。

★頭浸湯・寝湯（40℃前後・50%希釈）

頭浸湯は浴槽の深いところに後頭部を浸すようにして短時間入浴します。入浴後の爽快感が魅力です。

★弱酸性の湯（40～41℃・pH3に希釈）

肌の弱い方や他の浴槽への入浴がづらい方にお薦めします。

★打たせ湯（39℃・源泉100%）

首、肩、背中、腰などゆっくり移動させながら打たせます。タオルをかけるなどして打たせ、長時間同じ部位を打たせないよう注意してください。また、動脈・静脈、お腹などは直接打たせないでください。

★箱蒸し湯（100%源泉）

箱の中に座り頭を出すスタイルの首から下の蒸気浴です。箱の中は100%源泉の蒸気が充滿しています。

★蒸気浴（100源泉）

室温が50℃～60℃の比較的ぬるめの全身用蒸気サウナです。

★歩行浴（39℃・源泉50%）【新玉川のみ】

深さがある浴槽で、お湯の浮力を受けながら水中歩行、関節運動など行います。

★貸切浴場

介助が必要な方や家族でゆっくり入浴したい方々に利用されています。宿泊者は無料で利用できます。（予約制）

★屋内岩盤浴（温熱浴）

屋内にある温熱浴で、御影石の床の下に源泉を流して石を温めています。岩盤浴と同じ要領でご利用ください。温泉成分により北投石が生成されておりますので微量の放射線が測定されます。

玉川温泉は大浴場とは別の場所に設置されています。ご利用時間の予約が必要です。新玉川温泉は予約は必要ありません。大浴場に隣接して設置されていますが「裸」でのご利用はできません。肌着やスエットパンツなど着衣でご利用ください。

★足湯（玉川温泉のみ）

源泉50%の足湯です。源泉の湯川脇に造られ、温泉の蒸気や微量の放射線があるのでつい長居してしまいます。湯治客の語らいの場になっているようです。

4. 天然岩盤浴

玉川温泉に隣接して秋田県営玉川温泉自然研究路があります。源泉「大噴」の前を通り過ぎるとテントが3棟見えてきます。地面温度は40℃～50℃程度です。ゴザを敷いて毛布など掛けて横になり、40分程度発汗させます。時折向きを変えながら低温やけどにご注意ください。テント設置場所以外でも地熱があるところで岩盤浴はできますが、高温の火山ガスが噴き出しているところもありますのでご注意ください。

岩盤浴の七つ道具（①ゴザ、②枕、③タオルケットや毛布、④タオル、⑤着替え用下着、⑥水筒、⑦リュック）を用意してリュックを背負って岩盤浴地を目指して歩きます。

天然の岩盤浴は誰でも無料でご利用できます。国立公園、国有林野、文化財保護など規制が厳しい中で、岩盤浴エリアを国から仮受けて玉川地区の旅館事業者で管理費用を負担して「玉川温泉岩盤管理協会」を設立して衛生管理、安全管理などを行っております。

現在は4月下旬～12月上旬までの利用期間となっております。冬季は閉鎖しています。

5. 湯治相談

初めて玉川温泉をご利用されるお客様の入浴指導や、ご滞在中に具合が悪くなった場合などに対応する看護師が常駐しております。

この相談室では、一般社団法人玉川温泉研究会附属診療所として月に2～4日程度、医師が無料診療・相談を開催しています。ご滞在中の湯治客にとっては心強い存在となっています。

6. お客様の声（抜粋）

①東京都・70歳代女性

55歳で胃がんを全摘して玉川温泉に通ってます。冬と夏の2回、10日から2週間滞在しています。泉質がわたしに合っていると思います。疲れると腸の具合が悪くなり、それがなくなりました。便通も良くなるし。私は源泉100%は無理でぬる湯にいつも入っています。

②愛知県・男性

ガンに効くってテレビで見たので、温泉水を取り寄せて10倍に薄めて飲んだんや。胃の弱い俺によう効いた。初めて岩盤浴をした日に十数年の腰痛が嘘のように消えたもんで嬉しかったんや。一番玉川温泉の力を見たのがうちに愛犬の皮膚病。温泉水を希釈した風呂に入れたら1ヶ月で治ったで。アトピーにもよく効く、知人に紹介して名古屋でも5人は治っている。

③埼玉県・80歳代女性

糖尿病が目が見えなかった。信号の赤青黄が見えない。足の指は壊疽で麻痺していて痛くて布団もかけられない。頭は締め付けられるようで感覚がない。それが源泉100%に入ると3日3晩気持ちよく眠れます。頭浸浴は50%だから源泉100%に頭を浸けています。痛みつきになり、半年に1回は来ています。今では目も楽になった。眼底出血は半分良くなり、壊疽はすっかり治った。かかりつけのドクターが不思議がっ

ているんです。いつも「山に行ってきます」と言って帰ると、高血圧もおさまって合併症は治っているし、「おかしいなあ」って言われます。

④東京都・70歳代女性

喘息でトロコ温泉や乳頭温泉に行っていたが、その時はいけど家に帰ると夜中に咳き込むの。それが新玉川に来てからなくなった。かかりつけ医が症状が軽くなったせいか「医者を変えたの？」と聞かれ答えるのに窮しました。箱蒸しで逆呼吸、口から吸って鼻から出すんです。喉がすーっと良くなる。入浴は4～5日で肌の表面にいろんなものが出てくる。そこが我慢のしどころ。それを過ぎると馴れてきます。一緒になったおばあちゃんに「自分に合うように入ればいい」と教わった。ここでお友達がいっぱいできた。病気の人は聞いて欲しがりますね。見ず知らずの人だから言いやすいのでしょう。3つのバランスを良く取りなさいと言われる。「風呂」「運動」「お話」ですって。自分の気持ちを出せる人は治るんだって。だから湯治していても結構忙しいんですよ。

⑤山梨県・70歳代男性

突然胃がんを宣告され食道にも転移して全摘しました。妹が岩盤浴が良いと聞きつけ、それ以来、年3回、2週間づつ来しています。1回でたくさん食べられないから5回くらいに分けて食べる。山登りが好きでmatterホルンやモンブランにも登った。全摘したときは医師に諦めると言われたが、玉川にきたおかげで日本の百名山の登頂を達成した。あんまり治ると大げさに言いたくない。でも、痔には良く効きます。妻もひどい痔に悩まされていたんですが一緒に来ているうちに治ったし、会社の常務は5日で治りました。わたしの残りの時間は「もうけもの人生」と思っています。

⑥静岡県・70歳代女性

私は脳腫瘍で新玉湯治を年3回、10年以上続けています。1日の過ごし方は、朝はゆっくり起きて朝食、しばらく休んでから屋内の岩盤浴と入浴、昼食は簡単に済ませて入浴してマッサージを受けて夕食まで本を読んだり洗濯したり、夕食後に屋内の岩盤浴とゆっくり入浴します。1日3回のお風呂と2回の屋内の岩盤浴、外の岩盤浴にはあまり行きません。屋内の方が気持ちいい。部屋はシングルなので自由に時間を使えて好きな時間にお風呂や岩盤浴をして、食事は友達と時間を合わせて一緒にしゃべりながら笑い楽しいですよ。笑うことで気持ちが良くなります。ストレスをため過ぎないことが大事ですね。

※「お客様の声」は、ご本人のお話をそのまま掲載していますので、医学的根拠に基づいていない事例等もあるかと思いますがご了承ください。

玉川温泉の利用者の声も交えながら玉川温泉の湯治スタイルを紹介させていただきました。玉川温泉の「湯力」をたよりに湯治療養にお越しになるお客様に対して、玉川温泉は、湯治環境を維持しつつ、より良い環境をご提供できるよう努めて参ります。



温泉地紹介 関金温泉

関金温泉の取り組み



湯中運動教室

関金温泉は、鳥取県のほぼ中央、中国地方の名峰大山の東山麓に位置し、約 1300 年の歴史を持つ温泉です。その無色透明無味無臭のお湯は、古くから「白金（しろがね）の湯」と呼ばれ広く人々に親しまれてきました。

開湯伝説は諸説ありますが、弘法大師が関金を訪れた際に発見したという説が地元では今でも語り継がれています。江戸時代には番所が置かれ、備中往來の宿場町として栄えてきました。

このように、かつては湯治場として、また街道の宿場町として賑わった関金温泉も、現在は宿泊客の減少やそれに伴う旅館の減少が課題となっています。そのような背景を受けて、下記のような取り組みが近年始まっています。

【プラチナ（白金）プロジェクト】

平成 23 年に日本の名湯 100 選へ認定されたことを契機として、「観光分野」「健康分野」「介護分野」を連携させ、地域住民に多く利用され親しまれる温泉地を目指す「プラチナ（白金）プロジェクト」が関金温泉旅館組合の取り組みとしてスタートしました。

これまでに、温泉の浴槽の中で行う「湯中運動教室」や湯中運動の指導的な役割を担う「湯中運動リーダー養成講習会」を国民健康保険事業や介護予防事業として実施してきました。その他、関金地区の自然環境を生かした農村体験・自然体験と温泉を組み合わせたツアーや、周辺介護施設入居者とその家族が地元の温泉旅館で食事と温泉を楽しんでいただけるようなツアーもモニタ的に実施し、好評を得ています。

【旧老舗旅館活用プロジェクト】

今年 8 月に、廃業となっていた旧老舗旅館をリノベーションした「しゃあま家（け）」が関金にオープンしました。これは、関金の地域づくり団体「関金しゃあまけ笑会（しょうかい）」が中心となり改修を進めていたもので、地元産品を使ったランチを提供するほか、貸しスペースとしても活用し、様々な活動や交流の拠点となる施設です。本プロジェクトは、平成 25 年度に地元住民が中心となり、約 1 年間をかけて関金温泉の将来像についてビジョンを策定した「関金温泉グランドデザイン」の主要プロジェクトのひとつとなっており、ここを拠点としながら今後様々な取り組みが生まれていくこととなります。

※しゃあまけ…鳥取の方言で「小生意気な」という意味。地域におせっかいをやき、そそのかし、盛り上げるような団体を目指して命名。

【地域おこし協力隊の導入】

倉吉市では、平成 25 年に「関金温泉若女将」として地域おこし協力隊を配置しています。「若女将」とはいても、特定の温泉旅館に勤めているのではなく関金温泉、さらには関金地区全体のコーディネーターとして住民を巻き込みながら地域の活性化を進めています。

また、今年 11 月からは新たにもう一人地域おこし協力隊を配置し、再来年に控える開湯 1300 年プロジェクトへの企画・立案への参画と、旧老舗旅館活用プロジェクトへ参画することとしています。



麓に 3 年計画で工事をしてしていますが、これで終わらず山嶽寺の表参道の整備 北谷大滝遊歩道 御在所山頂遊歩道雲母林道など健康の森鳥井戸溪谷を核とした鳥居道森林セラピー基地作りを要望します。

3. 健康増進施設 熱気浴室ラドンの泉とは

地下 1,500m より湧出している三重県下の一の高濃度ラジウム泉 (44.72 マッペ) を熱気浴室の床下に張りめぐらし気化したラドン (18,100 ベクレル) が充滿した熱気浴室です。世界を代表するオーストリアのパドガスタイン・ハイルシュレーン坑道の高濃度熱気浴施設は空気中ラドン 44,000 ベクレル室内温度 37℃~41.5℃ 湿度 70%~100%、日本を代表する「岡山大学病院三朝医療センター」高濃度熱気浴室は空気中ラドン 2,080 ベクレル室内温度 42℃ 湿度 90% であり、希望荘ラドンの泉は空気中ラドン 18,100 ベクレル室内温度 37℃~41℃ 湿度 60%~100% であり、世界屈指の高濃度熱気浴施設に匹敵するものです。

4. 空気中ラドンの効能 ホルミシス効果

オーストリアのパドガスタイン・ハイルシュレーン坑道では自然のラドン・湿度・気温を効果的に利用した療法で長時間継続する鎮痛作用、炎症抑制作用、投薬量の明らかな減少など医療効果が学術的に証明されています。呼吸器と皮膚からのラドン摂取により新陳代謝を促進し細胞の DNA 修復能力が自然な形で活性化されることにより、体が本来持つ免疫システムの強化と安定化が促進されます。岡山大学病院 三朝医療センターでは、ラドン熱気浴を神経痛、リウマチ、喘息患者の治療のひとつとして活用しています。これが放射線ホルミシス効果と云われています。熱気浴室ラドンの泉 4 階展望浴場自助の湯 ゆけむり街道菰野路が温泉利用プログラム型健康増進施設として、厚生省に認可申請中です。

5. 豊かな自然 食の恵み薬草山菜寺領米の栽培

三嶽寺へ納めた年貢米の復活と商品開発

もと三嶽寺の寺領（音羽地域）で有機栽培した米を地域ブランド米として開発研究する。古来より語継がれている鈴鹿の薬草自然栽培と薬膳料理の商品化行者にんにく、センブリ、シュンラン、ドクダミ、ノビル鳥井戸山麓で山菜の自然栽培と販売、山菜料理の商品化自然薯、山ウド、タラの目、山フキ、ワラビ、ゼンマイ、山椒、行者ニンニク等

6. 郷土料理と元氣な職員で 心身共に活性化する温泉 健康寿命を延ばす宿 地域住民の健康に社会貢献

近年、特定高齢者と言う言葉をよく耳にします。このままだと何れ介護が必要となる恐れのある高齢者 (65 歳以上) のこととす、増え続ける要介護者や介護給付費を抑える為に国は、特定高齢者に対して、筋力トレーニングや食生活の改善を指導する介護予防教室への参加を促しています。特定高齢者の認定は主に市町村が実施する検診にて、運動機能や栄養状態などを尋ねるチェックリストの結果と医師により判断されます。

- 1 元氣高齢者
- 2 特定高齢者
- 3 要支援高齢者
- 4 要介護高齢者

元気でスポーツなどを楽しめる人
疲れやすすぐに休む人
杖などの支援が必要な人
日常生活に介護が必要な人

7. 希望荘は元氣高齢者の人はより元氣に特定高齢者・要支援高齢者の方々は元氣高齢者に

希望荘は地元食材を料理に取り入れ健康食を提供し、明るくて素直な職員と心のこもったおもてなしでお客様の心を癒し、温泉の恵みに心ゆくまでひたり、健康寿命を延ばせる宿でありたいと願っています。そして、会員の皆様方と地域住民の健康に寄与できることを誇りとします。山のエネルギーを肌で感じる鳥井道キャンプ場と共に地域が観光協会と菰野町の共同経営で空気中ラドン濃度の高い湯治場づくりを期待しています。

温泉地紹介 湯ノ山温泉

森林浴と温泉浴 健康の森 菰野町湯の山・鳥居道温泉



1. 鳥居道山活性化委員会

平成 24 年に県、町、中小企業中央会、四日市大学、地元区長、財産管理組合、野菜生産組合、山登り愛好家、希望荘など色々な分野の人々が鳥井戸地域活性化委員会を立ち上げ二年間に渡り調査研究を重ねました。この研究会で得られた大筋の骨格は先人が守ってきた自然、文化、を次世代に引き継ぐため水と空気のきれいな観光地を宝と考え、健康的で人にも環境にも優しい持続可能な観光地を目指すこと、温泉、食、自然、文化などの地域資源を活用し、住民の健康増進と交流の拡大を図り温泉地の新しい姿となる「温泉健康保養地」としての取り組みを積極的に進めることです。

由布院の観光活性化の取組は湯布院自体が目指してきたものは生活型のリゾートであってただ単に観光客を呼び集めるための観光地ではなかった。田舎でありながら自分たちが快適に生活を楽しめる町、それが他の土地に住んでいる人たちにとって魅力であり、訪れたいような、魅力的な町を目指す生活型リゾート地でありました。

りました。

鳥居道山観光協会は 静養型リゾート地を目指すため自然の恵みを一企業の事業目的にのみ利用せず、地域の皆様方と共にこの恩恵に授けられる健康保養地、健康サービスのモデルとして温泉、森林等の地域資源を活用した健康への取り組みを提案し、優れた健康保養地として。又 地域野菜を生産者と共に開発し旬旬消の郷土料理、自然の環境を活かした遊歩道やゴルフ場、史跡とそれにつながる歴史文化などに豊富「温泉」「食事」「運動」「環境」の 4 つの要素を上手に組み合わせた休養と保養の滞在型観光商品を開発研究し、鳥居道山で漠然と「いい湯だな」だけではなく、非日常の生活環境を体感できる温泉保養地づくり健康と癒しを楽しめる観光を実現することを目指しています。

2. ラドン濃度の高い緑あふれる高原の健康遊歩道

現在菰野町が遊歩道と桜の植樹を菰野富士山



山のエネルギーを肌で感じる
鳥井道キャンプ場



素朴な人情と豊かな自然、歴史、温泉が織り成す癒しの郷「別所温泉」



はじめに

長野県の観光産業の再興を図るため、温泉地やスキー場等観光地の再生に向けたモデルとなる取組みを支援する「温泉地・スキー場地区再生モデル事業」を平成 21 年度 9 月より別所区民の様々な関係者が集まり、別所温泉の再生に向けて目指すべき観光地像の検討、将来ビジョン実現の為の課題の検討等を重ねた結果、目指すべき観光地ビジョンとして『素朴な人情と豊かな自然、歴史、温泉が織り成す癒しの郷「別所温泉」』のキャチフレーズの基で四部門の委員会 ((1) ホスピタリティ向上委員会、(2) 街づくり促進委員会、(3) 地産地消委員会、(4) 情報誘客促進委員会) を設置して、別所温泉地区再生プランを作成し数々の事業を実施して来ました。

戦略

- ①数多くの事業を計画、実施してマスコミ取材を通して別所温泉（魅力創生協議会）の広報活動を行う。⇒最小費用で最大効果を狙う
- ②観光関係者のみならず、別所区民全体で魅力創生協議会活動を取り組む。⇒子供からお年寄りまでの全員参加のイベント開催
- ③結果はともあれ、まず取り組む、失敗したら修正、方向転換⇒色々考えるよりまず行動、失敗も次の肥やしにする。
- ④但し、すべてのイベント等は数字で評価できること⇒費用対効果を明確に

「住みよい街づくり」を念頭に食の魅力づくり事業として「地産地消委員会」を設置し、過去 4 年間で総事業 150 件、参加人員 2,756 名、マスコミ取材 40 件と大きな成果を上げた。更なる地域の活性化をめざし、循環型観光地域づくり事業として竹林整備と竹細工講習会の開催、実験農場の特産物朝市開催、生ごみリサイクル、料理講習会の開催を展開します。

1 竹林整備 (7 回)、竹粉堆肥の製作 (6 回)、竹細工講習会の開催 (毎月 1 回-12 回)
・竹林整備と竹粉堆肥をつくり作業、延べ参加人数 21 名

- ・伐採した竹を利用して竹細工（ザル、ピク等）を制作する。述べ参加人数 120 名
- ・制作したザル、ピク等を別所公民館主催の文化祭に出品する。

2 生ごみ処理機のパイロットテスト及び有機堆肥の製作

- ・現在生ごみ処理機 3 台にて旅館（宿泊人員 19,356 人）の全食品残渣 (6.4 トン・一人当たり 330g) を有機堆肥化している。この有機堆肥を竹粉と同様に実験農場の野菜栽培に活用し 循環型農業に取り組んでいる。
- 又、宿泊者 1 人当たりの食品残渣の削減、H24 年 333g⇒H25 年 282g(△51g 削減) 923kg/ 年間の削減。

3 生ごみ処理先進地視察研修会の開催

- ・平成 27 年 2 月 19 日、宮沢正和様を同行講師として、山梨県身延町「峡南衛生組合」を視察 研修会を開催する。参加者倉沢委員長、橋本部会長含め 22 名参加。
- ・ゴミ焼却施設 (EM 活性液の製造 -144 千 L と噴霧活用)、し尿処理施設 -EM 活性液 200L/D 投入)、食品残渣の有機堆肥製作 (EM ポカシ堆肥 - 発酵堆肥「峡南 1 号」500 円 /1 袋で販売)
- ・焼却灰は「アークサンド」として人工砂として活用、ゼロエミツシヨンの取組みを行っている。
- ・寺島義幸前衆議院議員、市会議員 4 名（三井和哉、池田総一郎、半田大介、小林隆利）参加する。

4 有機野菜の栽培

- ・会費制にて、有機野菜（夏、秋、耐寒、つくねいも、食用ほうずき等）の栽培、会員 10 名
- ・今年度新たに、斎藤様より上松屋旅館様のお坂農場を新規に借用する。
- ・今年度は、経営所得安定対策等交付金（大豆ナカセンナリ 500 坪作付）を申請し、JA に 200kg 出荷する。
- ・あいそめまつりにて、ワイン、梅ジュースの試飲販売に参加する。

5 勉強会の開催

- ・細井千重子先生による、佐久平の「自給暦」



竹細工講習会



実験農場の特産物開催部会



別所温泉特産物によるそば打ち体験会



上松屋旅館の食品残渣処理機「森の子」



有機堆肥先進地（栃木県）視察研修会

（細井農園）を教材に有機栽培の勉強会を開催する。
・「佐久の自給暦」を基にして、別所温泉に合わせた中で、1 月 ~3 月の菜園計画、作付け計画、コンポスターでの堆肥づくり、野菜づくりのポイント等を学ぶ

6 そば打ち体験会

- ・今年度「繭の郷」食文化プロジェクト主催の "Wa(和)+Mulberry(桑)"=Oishii(おいしい)+Tanosii(たのしい) に協賛する。アドバイザーとして、郷土料理研究家横山タカ子氏参画する。
- ・蕎麦打ち体験会、蕎麦料理講習会を会員の NPO 法人エリスン様に紹介した所多数 (53 名) 参加、2 日間にわたり開催する。是非来年も開催してほしい要望多数あり。

7 竹林整備と竹細工講習会部会

- 1 竹細工講習会（月 1 回）の開催、竹林整備及び竹粉製作（有機肥料）し、実験農場にて有効活用する
- 2 あいそめまつり（クラフトフェア）に参加し特産物の販売 & 文化祭にて竹細工作品展の開催
- 3 生ごみリサイクル、食品残渣の有機堆肥の製作及び先進地 視察研修会の開催
- 4 有機堆肥活用による別所温泉特産物の栽培
- 5 別所温泉特産物による料理講習会（そば打ち体験会）の開催
- 6 塩田公民館・長野大学連携講座「農ある里山暮らしのすすめ講座」参画
- 7 細井千重子先生による勉強会の開催

成果・課題

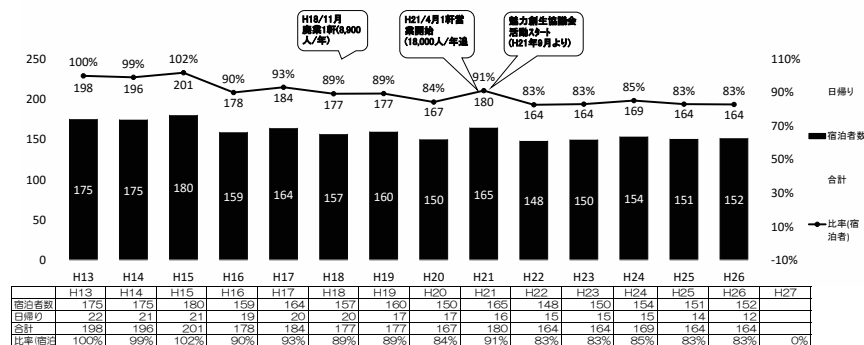
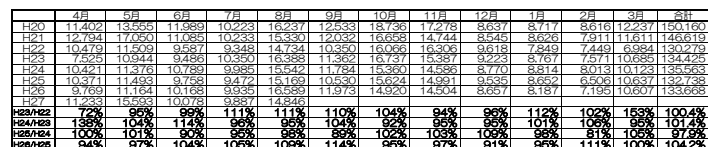
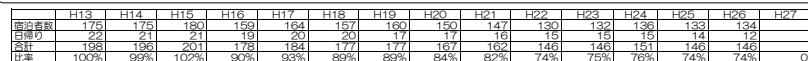
- 1 竹細工講習会（月 1 回）の開催⇒11 回開催、延べ参加者 86 名、竹林整備及び竹粉製作（有機肥料）参加者延べ 16 名
- 2 あいそめまつり（クラフトフェア）に参加し特産物の PR と販売 & 文化祭にて竹細工作品展の開催
- 3 生ごみリサイクル、有機堆肥の制作及び先進地視察研修会（栃木県芳賀町・高根沢町）参加 16 名

- 4 有機堆肥活用による別所温泉特産物の栽培（各種野菜、つくね芋、食用ほうずき等）
- 5 料理講習会（そば打ち体験会）の開催参加者 35 名
- 6 塩田公民館・長野大学連携講座「農ある里山暮らしのすすめ講座」参画
- 7「耐寒野菜の育て方と自給暦について」の勉強会、参加者 10 名
※来年度もわがまち魅力アップ応援事業に応募し、今年度の課題対応を図り、更なるレベル UP を目指して 4 月より各部会にて活動を開始する。

■苦労した点、工夫した点

- 1 地産地消委員会は、a 竹林整備・竹細工講習会の開催、b 実験農場の特産物朝市開催、c 生ごみリサイクル、d 料理講習会の四部会があるが、限られた人数にて活動する為、各部会にて連携を図り、実作業、講習会、勉強会をそれぞれで協力して開催してきた。又、平日は勤め人もいる 為、手の空いている方のみの対応もあり、当初の計画通りに出来なかった事業も一部あったので、土日の開催等も考慮し、来年度に反映していきたい。

日本元気創生- 温泉で健幸のまちづくり



タマグラー(仙北市で当地怪獣)



仙北市案内地図

©The Forum on Thermalism in Japan 2015 printed in Japan 700