

赤倉温泉の湯

開湯文化13年・190年の歴史

赤倉温泉

湯めぐり チケット



■泉質名は、「カルシウム・ナトリウム・マグネシウム—硫酸塩・炭酸水素塩泉」です。「硫酸塩泉」と「炭酸水素塩泉」という2つの泉質を併せ持っている貴重な温泉です。
■いずれの泉質も「美肌効果」と「切り傷・火傷」に卓効があり、「女性にうれしい“肌美人の湯”、活動的な男性にうれしい“傷の湯”」として親しまれております。
■赤倉温泉の源泉は、日本百名山「妙高山」から引湯しています。
源泉温度は50℃以上で、赤倉温泉にたどりつくくと48℃程度になり、浴槽に満たされると、もっとも気持ちが良いと言われる42℃前後になります。
まさに自然が恵んでくれた絶妙な湯加減です。
■効能の詳細は下記の通りです。

【温泉に共通する「一般適応症」】

神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、病後回復期、打ち身、捻挫、慢性消化器病、痔疾、冷え性、関節のこわばり、運動麻痺、疲労回復、健康増進

【赤倉温泉の特徴的な「泉質別適応症」】

あせも、しっしん、切り傷、やけど、慢性皮膚病、美肌効果、動脈硬化症

温泉ソムリエから伝授 入浴5か条

その一「入浴前後に1杯ずつの水を飲むべし！」

入浴すると発汗により血液粘度が高まり、「ドロドロ血」の状態になります。入浴後だけでなく、入浴前にも水分補給するのがポイントです。

その二「入浴前に、十分な「かけ湯」をすべし！」

「かけ湯」は、体の汚れを落としてから入浴するというマナーだけでなく温泉の泉質や温度に慣らすためのものです。足先など心臓の遠くから順に十分な「かけ湯」をしていきましょう。

その三「体質に応じて頭にタオルをのせるべし！」

立ちくらみは、熱いお湯をしみこませたタオルをのぼせは、冷たい水をしみこませたタオルをのせましょう。

その四「一気に長湯せず、「分割浴」をすべし！」

短い入浴と浴槽から出て休憩することを繰り返すのが「分割浴」です。例えば、「3分入浴して休憩、また入浴」を3回繰り返すと9分間入浴することになります。しかし、一気に10分間入浴するよりも9分間の「分割浴」の方が湯冷めしにくいのです。

その五「疲労回復には、膝下の「温冷交互浴」が有効なり！」

膝下にお湯をかけること3分、水をかけること1分、これを3～5回ほど繰り返すと、末梢血管が広がり、乳酸などの疲労物質が排泄されやすくなります。疲れを回復させる効果は抜群です。

なお、心臓に負担をかけないために「膝下」としてありますが、水のみ膝下にし、お湯3分は普通の入浴でもかまいません。

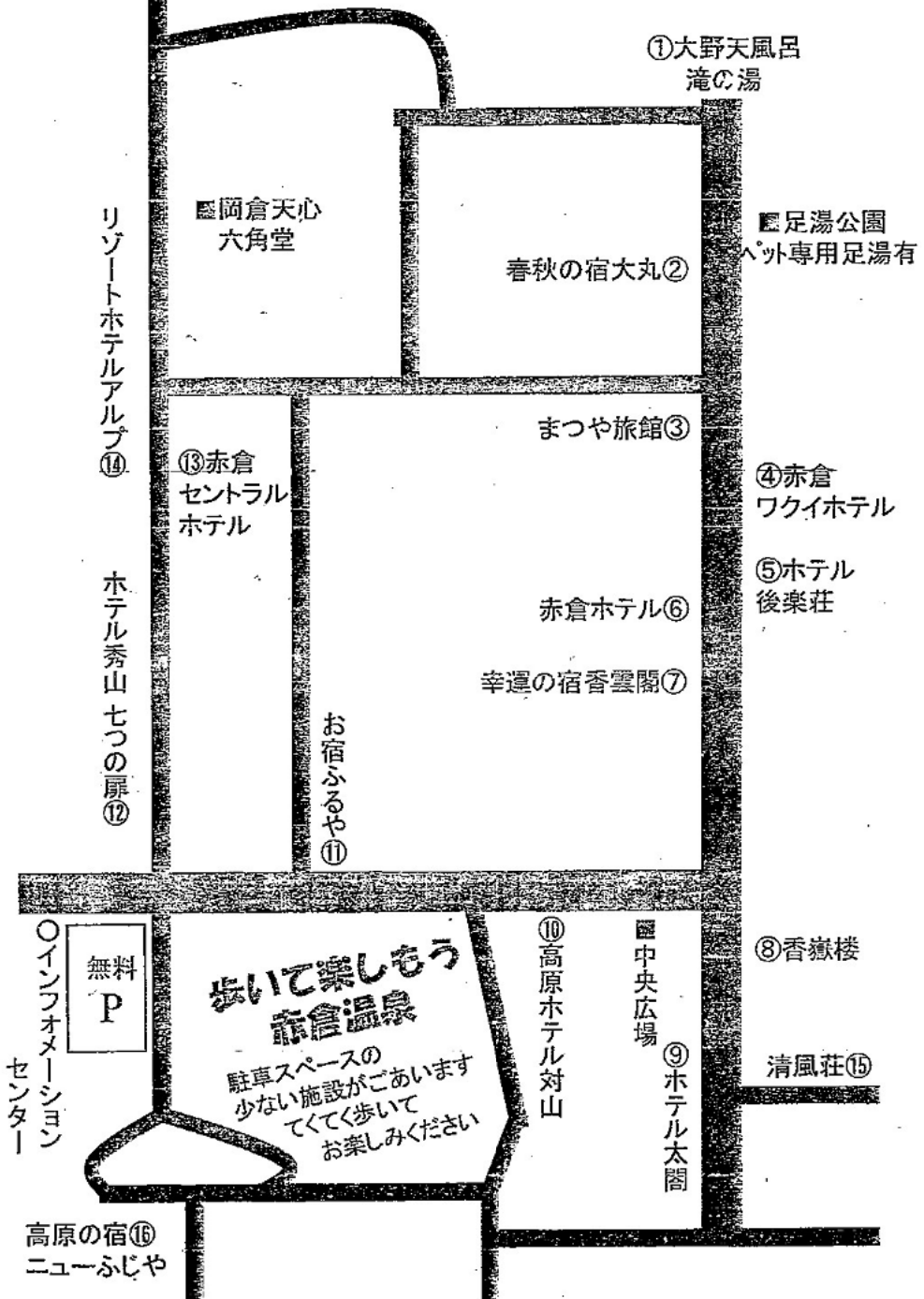
発行 赤倉温泉観光協会 TEL 0255-87-2165

1冊 1200円

発売元

【注意事項】 ■本券1冊で下記施設3箇所のお風呂をお楽しみいただけます。 ■お一人様1冊ご持参ください。 ■タオル等はご持参ください。 ■メンテナンス・貸切団体・休館日・混雑時等ご利用いただけない場合がございます。 ■チケットの返品・返金はいたしません。

湯めぐりMAP



施設名 市外局番0255	入浴可能時間	ご案内
①大野天風呂 87-2958	9:00~17:00	木曜日は16時で閉場です。 7/31~8月末は21時まで営業
②春秋の宿大丸 87-3000	12:00~20:00	かけ流しの内湯
③まつや旅館 87-2045	12:00~16:00 18:00~20:00	かけ流しの内湯
④赤倉ワクイホテル 87-3100	7:30~9:00 15:00~20:00	かけ流しの内湯 当館出身106歳 後藤はつのおばあちゃん油絵展示中
⑤ホテル後楽荘 87-2120	16:00~20:00	かけ流しの内湯
⑥赤倉ホテル 87-2001	9:00~18:00	楽々之湯→チケット1枚 有縁之湯(露天有)→チケット2枚 11/5~は13:00~15:00まで
⑦幸運の宿 香雲閣 87-2006	8:00~10:00 13:00~18:00	展望風呂「香雲の湯」 檜風呂・野天風呂「香林の湯」 (男女時間入替制・チケット2枚)
⑧香嶽楼 87-2036	14:00~20:00	大浴場+露天風呂
⑨ホテル太閤 87-2071	12:00~20:00	展望大露天風呂
⑩高原ホテル対山 87-2065	13:00~21:00	天心展望風呂・泡風呂・サウナ
⑪お宿ふるや 87-2102	15:00~18:00	展望大浴場+露天風呂
⑫ ホテル秀山 七つの扉 87-2000	12:00~21:00	総大理石大浴場・露天風呂 貸切展望風呂→チケット2枚
⑬赤倉セントラルホテル 87-3311	8:00~20:00	男性2カ所・女性2カ所づつお風呂有 かけ流し風呂
⑭リゾートホテルアルプ 87-3388	15:00~20:00	自然の中の展望・露天風呂
⑮清風荘 87-2332	13:00~17:00	貸切野天風呂のみ(40分)5名まで入浴可 チケット2枚
⑯高原の宿 ニューふじや 87-2150	13:00~21:00	手作り野天風呂