

火山と共存する気持ちで 温かい泉（温泉）の恩恵を感じたいですね

温泉エッセイストの山崎まゆみさんが、箱根温泉郷の名湯と新しい癒しのスタイルについて寄稿されました。

外国人観光客にとって、首都圏からアクセスの便がいい箱根は行きやすい温泉地なのかもしれませんね。いつ訪ねても、箱根は外国人観光客で賑わい、皆さん、楽しそうです。

実は、この原稿も箱根の塔ノ沢温泉一の湯本館でしたたためていますが、昨夜は外国人のお客さんに囲まれました。彼らは「Onsen」という言葉を口にしていました。



塔ノ沢温泉一の湯本館

箱根温泉郷のなかでも、箱根の拠点となる箱根湯本駅から近くに湧く塔ノ沢温泉。湯は肌に優しいアルカリ性単純温泉です。毎年、新春で大いに沸く箱根駅伝の選手を癒した湯でもあります。また、名水が湧くことでも知られる塔ノ沢エリアは、その名水で作る豆腐が美味しい。一の湯名物の豆腐が絶品です。



名物一の湯豆富

外国人観光客に人気の秘密は、一の湯本館は木造4階建ての数寄屋造り。まさに、古き良き日本がぎっしりと詰まっている宿です。そして、この塔ノ沢温泉エリアには、一の湯本館、福住楼、環水楼と国道1号沿いに文化財の宿が集まっているのです。



一の湯本館 数寄屋造りの廊下



国道1号線 大平台駅前停留所

また、塔ノ沢から国道 1 号を少し登る大平台温泉に、新規オープンしたスパ施設「Spa at Yamaguchi House」があります。昭和 5 年に作られた箱根富士屋ホテル創始者一族の邸宅を改装して、デイ・スパとして開業しました。当時としては珍しい住居用の洋館ということで、現在、重要文化財の申請を出しているそうです。

スパ施設の内容は、インドの伝統療法であり、世界で最も古くからある若返り療法として親しまれてきた「アーユルヴェーダ」。現地から取り寄せたハーバルオイルの「カイラリ」を使用します。そのオイルが理由なのか、施術前に測定した体重と体脂肪率、体内年齢、体水分率などを施術後測定するのですが、見事な代わり映え。はい、年齢も 3 歳も若返ったほどです。



Spa at Yamaguchi House 左 アーユルヴェーダの問診 右 ハーブティー

この「Spa at Yamaguchi House」の施術を受けて、登録文化財の一の湯本館に泊まるというプランが 7 月から始まります。

このところ地震や噴火のニュースをよく耳にするようになりました。

ある情報番組に出演された識者は、「むやみに怖がるのではなく、刻々と変わる状況をテレビ、ラジオ、ネット等で情報収集してほしい」と言っていました。実際に専門家でも難しい判断のようです。さまざまな情報が回っているのも確かなので、見分けるのは難しいことは事実です。

ただ、むやみに怖がるのではなく、箱根に関しては、大涌谷から温泉街や住宅地までの距離を考えていただきたいと思います。



私たちは地球（火山）の恵みにより温泉という癒しを与えてもらっています。たとえ、噴火が起ったときでも、被害を最小限にとどめるために、日頃から関心を持って火山状況やそれによる被害を判断する情報収集が必要。きちんと見定めたいものです。



～まゆみの温泉の楽しみ方～

温泉旅館（旅）への持ち物

わたしの湯めぐりの相棒は日本手ぬぐいです。いつも2本持ち歩きます。一日に何湯も巡るのですが、湯から上がり1本使い、次の場所で1本。軽くて、コンパクト。持ち運び便利なうえに、湯きも早い手ぬぐいが便利なのです。

実は、江戸時代から手ぬぐいが愛用されてきました。錦絵などを見ると、男女ともに湯からあがると首から手ぬぐいをかけているんですよ。

入浴前の準備も忘れずに

温泉入浴は癒されるものですが、思っている以上にカロリーを消費します。42度の湯に5分浸かると、10分ほど早歩きした時の消費カロリーと同等と言われるほどです。空腹だと湯あたりしてしまいます。かといって、満腹すぎても苦しくなってしまいます。ですから空腹過ぎず、満腹過ぎずというのが鉄則。

入浴前はチョコレートなど簡単にカロリー摂取できるのでおすすめします。

旅館の客室に置かれている「温泉まんじゅうとお茶」これは理にかなっているものなのですよ。

日本流の入浴のマナー

外国の方にもぜひ日本流の入浴をマスターしていただきたいですね。

大浴場に入ると脱衣所があります。ここで服を脱ぎ、ロッカーか籠に洋服を入れてください。そして特に女性の場合は髪もまとめてください。日本では湯船に髪の毛が入ることは不潔とされています。

タオルか手ぬぐいをもち、大浴場へ。

シャワーブースがあれば、そこで身体をよく洗ってください。シャワーがない場合は、湯船から桶でお湯をすくい、身体を洗ってください。

体を洗ってから、湯船の温泉へ。

十分に温まったら、またシャワーブースで、今度は髪を洗ったり、身体を洗ったり。

再度、温泉に入り、持参したタオルで身体を拭いて、脱衣所へ。

