

正しく使って、上手に使おう。

「療養泉の一般的適応症」と「泉質別適応症」

「一般的適応症」とは、すべての療養泉(温泉)での効能があるとされる疾病・外傷の症例です。また「泉質別適応症」とは、泉質によって定められた効能のこと。温泉法によって10の泉質が定められていますが、仙北市にはそのうちの8つの泉質があります。これらの情報を正しく知って、自分に合った温泉を健康のために活用しましょう。

【療養泉の一般的適応症】

- 筋肉若しくは関節の慢性的な痛み又はこわばり
(関節リウマチ、変形性関節症、腰痛症、五十肩、打撲、捻挫などの慢性期)
- 運動麻痺における筋肉のこわばり
- 胃腸機能の低下(胃がもたれる、腸にガスがたまるなど)
- ストレスによる諸症状(睡眠障害、うつ状態など)
- 軽い高コレステロール血症 ●軽い喘息又は肺気腫 ●軽症高血圧
- 痔の痛み ●耐糖能異常(糖尿病) ●病後回復期 ●自律神経不安症
- 健康増進 ●疲労回復 ●冷え性 ●末梢循環障害

玉川・八幡平エリア

秋田県と岩手県をまたがるアスピーテ火山の八幡平。大地が創りだす景色は力強さを感じます。山あいのいたるところに火山性の湯泉が湧き、温泉療養を目的にした湯治客に人気の玉川温泉があります。

- 玉川温泉大噴（1カ所からの湧出量では日本一）毎分9000ℓ、温度98℃、PH1.2の強酸性のお湯が湧出する。

日帰り入浴可



1 大深温泉 (自炊・冬期休業) 日帰 ☎0186-31-2551 泉質 単純硫黄泉 PH 6.6

効能 ●浴用…神経痛、腰痛

2 玉川温泉 (冬期休業) 日帰 ☎0186-31-2551 泉質 単純硫黄泉 PH 6.6

効能 ●浴用…神経痛、リウマチ、胃痛 ●飲用…消化器疾患、新陳代謝増進させます。

3 新玉川温泉 日帰 ☎0186-31-2551 泉質 単純硫黄泉 PH 6.6

効能 ●浴用…神経痛、リウマチ、胃痛 ●飲用…消化器疾患、新陳代謝増進させます。

4 南玉川温泉 湯宿 はなやの森 (冬期休業) 日帰 ☎0187-49-2700 泉質 単純硫黄泉 PH 6.7

効能 ●浴用…慢性皮膚病、動脈硬化症、きりきず、やけど ●飲用…慢性便秘、アトピー、痛風、慢性胆のう炎、胆石症、肥満症、糖尿病



乳頭温泉郷エリア

全国に数ある秘湯の中でも屈指の人気を誇る乳頭温泉郷。それぞれの源泉を持つお湯と山あいの趣が、楽しみを膨らませてくれます。周囲はブナの森に囲まれた静かな環境。茅葺き屋根が残り、湯治場の面影を強く残し情緒も満点です。

1 鶴の湯温泉 日帰 ☎0187-46-2139 泉質 含硫黄・ナトリウム・カルシウム塩化物・炭酸水素泉、他3種 PH 6.6〜7.4

効能 ●浴用…高血圧症、動脈硬化症、リウマチ、皮膚病、糖尿病他

2 鶴の湯別館山の宿 ☎0187-46-2100 泉質 白濁(美人の湯)含硫黄ナトリウム・カルシウム塩化物・炭酸水素泉(塩化水素型) PH 6.9

効能 ●浴用…慢性皮膚病、高血圧、動脈硬化症、慢性婦人病、糖尿病他

3 休暇村乳頭温泉郷 日帰 ☎0187-46-2244 泉質 単純泉・ナトリウム炭酸水素塩泉 PH 6.7

効能 ●浴用…高血圧症、動脈硬化症など

新緑の乳頭ブナ林



※乳頭温泉郷協同組合提供

田沢湖高原温泉郷エリア

田沢湖や秋田駒ヶ岳を望むことができます。景色を楽しみながら温泉に浸かることができます。ホテル、旅館、特色あるペンション、民宿が点在しておりスキー場やスポーツセンターに近いことから交流の拠点となっています。

日帰り入浴可 日帰り温泉施設

ホテルグランド天空

田沢湖高原温泉郷 泉質 含硫黄(カルシウム、マグネシウム、ナトリウム)硫酸塩、炭酸水素塩温泉(硫化水素型) PH 6.4

効能 ●浴用…アトピー性皮膚炎、尋常性乾癬、慢性湿疹、表皮化膿症、抹消循環障害、きりきず、冷え症、うつ病、皮膚乾燥症

1 ロッジアイリス 日帰 ☎0187-58-1101

2 ホテルグランド天空 日帰 ☎0187-46-2004

3 田沢プラトーホテル 日帰 ☎0187-46-2331

4 田沢高原ホテル 日帰 ☎0187-46-2311

5 亀の井ホテル 田沢湖 日帰 ☎0187-46-2131

6 駒ヶ岳グランドホテル ☎0187-46-2211

7 アルバこまくさ 日帰 ☎0187-46-2101

8 たっこ荘 ☎0187-46-2388

9 宿 小町や ☎0187-49-7260



水沢温泉郷エリア

田沢湖から一番近い秋田駒ヶ岳の裾野にある水沢温泉郷。白濁の露天風呂等が点在し、四季折々に美しい自然に親しむことができます。

日帰り入浴可

露天風呂水沢温泉

水沢温泉郷 泉質 含硫黄-カルシウム、マグネシウム、ナトリウム-硫酸塩、塩化物泉(硫化水素型) PH 6.1

効能 ●浴用…きりきず、やけど、慢性皮膚病、加齢児童、慢性婦人病、動脈硬化症、糖尿病、高血圧症

1 心に和みが灯る宿 青荷山荘 ☎0187-46-2256

2 ブラザホテル 山麓荘別館四季彩 日帰 ☎0187-46-2026

3 山荘 風の又三郎 ☎0187-46-2554

4 ペンション クライマー ☎0187-46-2711

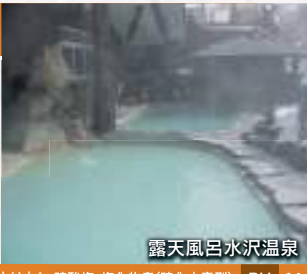
5 セルリアンリゾート AONI ☎0187-46-2006

6 民宿かもしか ☎0187-46-2048

7 ロッチョーデル 日帰 ☎0187-46-2807

8 どんぐり山荘 ☎0187-46-2446

9 貸別荘 山荘 イーグル ☎0187-46-2788



アルバこまくさ

火山観測や秋田駒ヶ岳の情報を提供している。館内には温泉施設もあり露天風呂が人気。



10 ヒュッテ ビルケ ☎0187-46-2833

11 ヒュッテ 旅人木 ☎0187-46-2555

12 丸駒荘 日帰 ☎0187-46-2855

13 ペンション 白い星 ☎0187-46-2525

14 秋田県立田沢湖スポーツセンター 日帰 ☎0187-46-2001

15 元湯 水沢山荘 ☎0187-46-2341

16 露天風呂水沢温泉 (自炊部のみ) 日帰 ☎0187-46-2111

17 駒ヶ岳温泉 日帰 ☎0187-46-2688 泉質 含硫黄-カルシウム・マグネシウム・ナトリウム-硫酸塩・炭酸水素塩・塩化物泉(硫化水素型) PH 5.9

効能 ●浴用…きりきず、やけど、慢性皮膚病、動脈硬化症、虚弱児童、慢性婦人病

18 天然温泉 田沢湖レクリゾート ☎0187-46-2016 泉質 ナトリウム-炭酸水素、塩化物泉 PH 8.1

効能 ●浴用…きりきず、やけど、慢性皮膚病、虚弱児童、慢性婦人病

19 貸別荘 フォレスト倶楽部 田園 ☎0187-46-2631

20 ホテルラディッシュハウス ☎0187-49-8191

【仙北市にある8つの泉質の泉質別適応症】

指示用泉質	浴 用	飲 用
単純温泉	自律神経不安定症、不眠症、うつ状態	—
塩化物泉	きりきず、末梢循環障害、冷え性、うつ状態、皮膚乾燥症	萎縮性胃炎、便秘
炭酸水素塩泉	きりきず、末梢循環障害、冷え性、皮膚乾燥症	胃十二指腸潰瘍、逆流性食道炎、耐糖能異常(糖尿病)、高尿酸血症(痛風)
硫酸塩泉	きりきず、末梢循環障害、冷え性、うつ状態、皮膚乾燥症	胆道系機能障害、高コレステロール血症、便秘
含鉄泉	—	鉄欠乏性貧血
酸性泉	アトピー性皮膚炎、尋常性乾癬、耐糖能異常(糖尿病)、表皮化膿症	—
硫黄泉	アトピー性皮膚炎、尋常性乾癬、慢性湿疹、表皮化膿症(硫化水素型については、末梢循環障害を加える)	耐糖能異常(糖尿病)、高コレステロール血症、
放射能泉	高尿酸血症(痛風)、関節リウマチ、強直性脊椎炎など	—

COLUMN

実は交通事故よりも多い！入浴中の事故に注意。

- 1 入浴前後に水分補給をしましょう。
- 2 自宅では、浴槽の蓋を利用して事故防止を。
- 3 まず、かけ湯を10杯しましょう。
- 4 41℃以下の湯で、半身浴を。
- 5 早期・飲食直後の入浴を避けましょう。

