

とべの湯

Tobenoyu
(群馬県嬭恋村)



首都圏から鹿沢へ行こうと思えば、東御から湯の丸の峠を越えていく。冬期は南面の湯の丸までの道と、北面になる湯の丸から先の道では、厳しさが異なる。そんな厳しい道を通らなければ到達しないのが鹿沢である。周辺には鹿沢スノーエリア以外に湯の丸、パルコール嬭恋などのスキー場がある。

鹿沢にはいくつかの温泉宿があるが、今回紹介するのは日帰り温泉のとべの湯。「源泉掛け流しというぜいたく」とのキャッチフレーズがそそられる。

中に入るとフロント、休憩室などがあり、奥に大浴場と貸切風呂がある。大浴場というほど大きくはないが、貸切風呂よりは大きいという意味であろう。脱衣室には脱いだ物を入れる籠が18個ある。浴室には洗い場が5か所あり、リンスインシャンプーとボディソープは具備されている。カラン（サーモスタット混合栓）の水圧は少し弱い。浴室の仕上げは床と浴槽以外は無垢の木。素朴な雰囲気温泉である。浴槽は2つあり、奥が1人分、手前が3人分の大きさ。奥に湯の注ぎ口があるので、奥の方が湯温は高いが、奥も手前も適温である。浴槽は温泉の成分でコテコテ。湯は少しだけ褐色を帯びていて、湯の華も少し舞っている。本来なら露天風呂もあるようだが、冬期の為か閉鎖されている。サウナ、水風呂はない。

ちなみにとべの湯はマグネシウム・ナトリウム炭酸水素塩温泉（低張性中性高温泉）であり、筋肉又は関節の慢性的な痛み又はこわばり（関節リウマチ、変形関節症、腰痛症、神経痛、五十肩、打撲、ねん挫などの慢性期）、運動麻痺による筋肉のこわばり、冷え性、末梢循環障害、胃腸機能の低下（胃がもたれ

る、胃にガスがたまるなど)、軽症高血圧、耐糖能異常(糖尿病)、軽い高コレステロール血症、軽い喘息、痔の痛み、自律神経不安定症、ストレスによる諸症状(睡眠障害やうつ状態など)、病後回復期、疲労回復、健康増進、きりきず、皮膚乾燥症等に効くという。

冬は温泉、スキーの後は温泉に限る。最近、足腰が痛い、入浴後は少し痛みが軽くなった。来週もまたスキーだ。冬はあっという間に終わる。今のうちにスキーを楽しんでおきたい。

DATA

名称	とべの湯
所在地	群馬県吾妻郡嬭恋村鹿沢温泉
電話	0279-98-0280
営業時間	夏期(5月~10月)11:00~21:00、冬期(11月~4月)11:00~19:30
定休日	無休
入浴料	大人600円、小人400円、貸切風呂1時間2,800円
サウナ	なし
サウナ内のテレビ	なし
取材日	2022年某月某日
取材	銭湯愛好会東京支部
最寄りのスキー場	鹿沢スノーエリア