

ホテルサングリーン さん燦の湯

Hotel Sungreen Sun Sun No Yu
(長野県上田市)



外観

再びスキー合宿である。今週末の合宿場所は菅平高原。シュナイダーという名のバーンを貸し切りで使用し、ポールを張ってひたすら練習である。同じところばかり滑ってよく飽きないものだなと思われる人がいるかもしれないが、滑走ごとに失敗を繰り返し、課題が見えてくるので、それを克服していくことは決して退屈ではない。それに、同じバーンでも状態は刻々と変化していく。どのような状態のバーンでも対応できるようにしていかなければならないので、やるべきことは多いのである。

さて、そんなハードな合宿の宿泊先であるホテルサングリーンの風呂を今回紹介する。この風呂、れっきとした天然温泉である。「さん燦の湯」と名付けられており、宿泊者は何度でも入浴可能だ。浴室はシンプルそのもの。洗い場が6か所に浴槽が1個あるのみだ。サウナ、水風呂、露天風呂等はない。洗い場にはシャンプーと固形石鹸が具備。浴槽の湯温は適温で、珍しく水深がある。階段を利用して慎重に入ろう。

スキーの後の温泉は気持ちがいい。スキーは寒い中で体が冷え切り、普段は使わないいろいろな筋肉を酷使し、結構汗をかいているものだ。体は温泉を欲している。スキー場にそのようなニーズを満たす宿があるのは実にありがたい。日本ならではであろう。

スキーヤーのニーズを満たす宿の要件は温泉だけではない。いわゆるスキー乾燥室とチューンアップルームの存在も必須だ。その点、ホテルサングリーンは完璧である。スキー乾燥室は2室もあり、それぞれ暖房がギンギンに効いている。チューンアップ台は2人用が2台あるので、待ち時間はほとんどないであろう。工具を置く棚、スキーを立て掛ける場所、アイロン用のコンセント、掃除機が具備されており、至れり尽くせりである。

ホテルサングリーンは冬のスキー合宿の拠点として使えるが、スキーシーズン以外はマレットゴルフの拠点となっているようである。「マレット」とは「木槌」という意味だそうだ。マレットゴルフは、ゴルフボールの約 5 倍の大きさのボールとこの木槌を使ってゴルフをするらしい。お金をかけずに気軽に楽しめるスポーツというのが売りだそうだ。もちろん、マレットゴルフの後の温泉も、気持ちが良いに違いない。

ちなみに、さん燦の湯はアルカリ性単純温泉（アルカリ性低張性高温泉）で、神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじき、慢性消化器病、痔疾、冷え性、病後の回復、疲労回復、健康増進に効くという。

温泉に入りながら、本日の滑りを思い出し、仲間達とスキー談義。スキーができるというのは本当に幸福である。

- **名称**：ホテルサングリーン さん燦の湯
- **所在地**：長野県上田市菅平高原
- **電話**：0268-74-2672
- **営業時間**：6：00～23：00
- **定休日**：無休
- **通常入浴料**：宿泊者は無料、日帰り入浴不可
- **サウナ**：なし
- **サウナ内のテレビ**：なし
- **取材日**：2014年2月8日（土）
- **取材**：銭湯愛好会・東京支部