

# スパリゾートのぞみサンピア佐久

Spa Resort Nozomi Sunpia Saku  
(長野県佐久市)



今回紹介する温泉は、佐久南 IC の近くの高台にあるスパリゾートのぞみサンピア佐久だ。元は宿泊施設であったようだが、今は介護施設になっている。しかし、最上階の 5 階にある温泉は一般に開放されているのである。宿泊施設の温泉だっただけあり、その内容はかなり充実している。入浴料 500 円はかなりお得だと言えよう。

建物の中に入り、まずはエレベーターで 5 階へ。温泉のフロントは 5 階にある。ここで靴を脱いで下駄箱へ入れ、チケットを自動販売機で購入し、フロントに提示すればチェックインは完了だ。

脱衣室には 100 円投入式のコインロッカーがあり、使用後は 100 円が返却される。貴重品を持参しても大丈夫だ。脱衣室には洗面台が 6 個、ヘアドライヤーが 4 個ある。

浴室は縦に長い。入口左側にはかけ湯、浴槽。右側にはシャワー 1 箇所と、洗い場 3 か所、さらに奥にミストサウナ、低温サウナ、もう 1 箇所のシャワー、洗い場 11 箇所と続く。一番奥が露天風呂への出入口だ。

洗い場にはシャンプーとボディソープが完備。カランのシャワー水圧は物足りないものと十分なものとがある。なぜかはわからない。

内湯の浴槽は 2 つ。大風呂は 40 人くらいは入れそうな細長い形状だ。湯温は適温。一方、もう一つの浴槽は日替わり薬湯だ。湯温は 35℃と表示。体温より低いことになっているが、実際には体温より若干高めに感じた。薬湯の効果が得られるように、長時間入れるような湯温に設定されているのであろう。

低温サウナはその名の通り、室温が 66℃と控えめだ。このため、サウナ初心者にもやさしい。私はサウナが苦手のため、この温度ならばじっくりと楽しめた。体が十分に温まり、不快に感じることはない。定員は約 5 人。一方、ミストサウナは定員約 7 人。室内温度は温度計がないため不明であるが、低温サウナとほぼ同じである。こちら也十分に体を温めることができよう。その証拠にサウナから外に出ると、

少々寒く感じるほどだ。

露天風呂は天井があり、完全な露天とはいかないが、外の空気に触れることができる。取材日はこの冬最大の寒波到来ということで、かなり厳しい寒さだ。気温はマイナス5℃ほど。悲鳴をあげながら湯船に入る。しかし、水深はなぜか小さめで、肩が水面からはみ出してしまう。体は温めつつ、肩と頭は冷やす。夏は良いかもしれないが、冬はあまり快適とは言えないかもしれない。肩を冷やしたくない人は、湯船の中で寝っ転がるしかないだろう。

ちなみに、サンピア佐久の湯は単純温泉（弱アルカリ性低張性温泉）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、病後回復期、疲労回復、健康増進に効くという。

露天風呂から外を見れば、佐久の市内が一望できる。今日は一面の雪景色だ。そんな中、なぜかサンピア佐久の施設であるテニスコートだけが除雪されていて、数名がこの寒い中ナイターでテニスに興じている。早く温泉に入っておいでと声をかけたくなった。

DATA

名称	スバリゾートのぞみサンピア佐久
所在地	長野県佐久市根岸 3203-2
電話	0267-63-3900
営業時間	10:30~21:00（最終受付 20:30）
定休日	第3木曜日
入浴料	大人（中学生以上）500円、子供（小学生）300円、2歳以上の幼児100円、その他無料
サウナ	あり
サウナ内のテレビ	なし
取材日	2017年1月14日（土）
取材	銭湯愛好会東京支部