

# 菅平プリンスホテル きら星の湯

Sugadaira Prince Hotel Kirahoshinoyu  
(長野県上田市)



外観

標高約 1,500m の菅平高原は、冬はスキー、夏はラグビーやテニスの合宿所として知られている。今回紹介するのは菅平にある宿泊施設・菅平プリンスホテルである。

菅平プリンスホテルは、グレンデまで徒歩約 1 分とスキーをするには至極便利。その他、ゴルフ、乗馬、釣り、サッカー、キャンプ、バーベキューも楽しめる。専用の体育館も備え、スポーツの合宿所として最適な環境を提供している。

我々取材班はこの日、日本百名山である四阿山と、菅平に裾野を形成している根子岳の登山をして、その帰りにこのホテルの立ち寄り温泉を利用した。登山はダボス牧場の駐車場が起点となり、このホテルは駐車場から車で 5 分以内の位置にあるため、登山客にとってありがたい存在となっている。

さすがに登山客を受け入れているだけあって、ホテルの玄関にはエアガンが複数設置しており、圧縮空気で泥まみれになった登山靴を綺麗にすることができる。実に親切なホテルである。ホテル内に泥を持ち込むことはマナー違反だ。

温泉は 1 階にある。フロントでお金を払って脱衣室へ向かう。脱衣室にはロッカーがないので、貴重品はフロントに預けておこう。

浴室はシンプルだ。洗い場が 12 か所と内湯があるだけである（女湯は男湯より小規模との情報である）。洗い場にはボディソープ、シャンプー、コンディショナーが完備されている。浴槽の湯温はやや熱めだ。

浴室内には不可解な扉がある。まるでサウナの入口のように見える。しかし、そうではない。扉を開けてみると、そこはコインランドリーのような場所で、スキーの乾燥室とな

っている。入浴しながら、洗濯やスキーのワックスがけもできる・・・わけではないと思うが・・・。冬になればサウナが設置されるのだろうか。

ちなみに、きら星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。

スポーツの疲れを癒すには温泉が一番である。きら星の湯はそれをかなえてくれる存在だ。

- **名称**：菅平プリンスホテル きら星の湯
- **所在地**：長野県上田市菅平高原
- **電話**：0268-74-2100
- **営業時間**：宿泊者優先につき、要確認
- **定休日**：無休
- **入浴料**：500円（宿泊者は無料で24時間利用可能）
- **サウナ**：なし
- **サウナ内のテレビ**：なし
- **取材日**：2013年11月9日（土）
- **取材**：銭湯愛好会・東京支部