

戸狩温泉 暁の湯

Togari Onsen Akatsukinoyu
(長野県飯山市)



久しぶりに戸狩温泉スキー場にやってきた。このスキー場はペガサスとオリオンという2つのベースを持ち、上部で一体になっているゲレンデだ。様々な斜面があって楽しめるのが特徴であるが、いかにせん、今シーズンは雪が少なく、雪質も悪い。1月中旬だというのに、まるで春の雪である。

戸狩温泉スキー場では新たな取り組みとして、「雪ちゃりスノーパーク」を始めた。その名の通り、ゲレンデを自転車で駆け降りるという遊びだ。しかもオフシーズンではなく、スキーシーズンにである。オリオン側のバーンを一つそれ専用に行っているが、行ってみるとだれもやっていない。せめてデモンストレーションでもやっていたらよいのと思う。

戸狩温泉スキー場にはそれぞれのベースに1つずつ日帰り入浴施設がある。暁の湯と望の湯である。今回紹介するのは暁の湯だ。暁の湯はペガサス側のベースタウン内にある。駐車場は広く、どうやら温泉利用者が駐車場を使っているというよりは、スキー客が使っているようで、満車に近い。この使われ方は、ちょうど八方尾根の第一郷の湯のような雰囲気である。

中に入るとコンビニのような売店があり、奥にフロントがある。券売機で入浴券を買い、脱衣室へ向かう。途中にロッカーが多数あるが、いずれも有料。脱衣室前の休憩スペースにある貴重品ロッカー24個だけが利用料無料（100円硬貨投入式で、利用後100円硬貨は戻ってくる）なので、こちらを利用しよう。

脱衣室には脱いだ物を入れる籠が44個。浴室は洗い場が8か所、内湯と露天風呂があるのみだ。洗い

場にはシャンプーとボディーソープが完備。内湯は定員 15～16 人程度で、湯温は熱め。露天風呂は定員 10 人ほどで、湯温はぬるめだ。まずはぬるい露天風呂でゆっくり浸かり、ストレッチをして、その後で熱い内湯に入って体を温める。このおかげか、入浴後はいつまでも体が暖かく感じた。湯の色は微黄色。なんとなく効能が高そうである。

ちなみに、暁の湯はアルカリ性単純温泉（低張性アルカリ性温泉）で、筋肉もしくは関節の慢性的な痛みまたはこわばり（関節リウマチ、変形性関節症、腰痛症、神経痛、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、冷え性、抹消循環障害、胃腸機能の低下（胃がもたれる、腸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、軽い喘息または肺気腫、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、うつ病など）、病後回復期、疲労回復、健康増進などに効くという。

DATA

名称	戸狩温泉 暁の湯
所在地	長野県飯山市大字豊田 6530-2
電話	0269-65-2648
営業時間	10：30～21：00（最終受付 20：30）
定休日	無休
入浴料	大人 550 円、小人 350 円
サウナ	なし
サウナ内のテレビ	なし
取材日	2020 年 1 月 12 日（日）
取材	銭湯愛好会東京支部

入浴後は暁の湯の横にある川の対岸まで徒歩で行き、カレー店「ペンティクトン」へ。所要徒歩約 1～2 分である。ここの名物は「焼きカレー」。こだわりの作り方で、特に若者に絶大な人気を誇っているようだ。



カレー店「ペンティクトン」外観



焼きカレー1人前 1,330 円也