鳴門天然温泉　あらたえの湯

Naruto Tennen Onsen Arataenoyu
（徳島県鳴門市）

今回紹介するのは鳴門市にある日帰り入浴施設あらたえの湯である。あらたえとは、麻でできた織物のことである。神武天皇より命を受けた阿波氏がこの地で麻を栽培し、天皇に織物を献上したとの言い伝えがある。

中に入ると下駄箱がある。100 円硬貨が必要だが、利用後は戻ってくる。フロントでリストバンドを受け取ると、受付完了だ。支払いは施設利用後にリストバンドを使ってまとめて行う。

脱衣室にはロッカーが 144 個もある。ここでも 100 円硬貨が必要だが、利用後は戻ってくる。他に、冷水器、ドライヤー5 個、洗面台 2 個がある。

浴室は結構広い。かけ湯は普通の温度の湯とぬるめの 2 種類がある。洗い場は 2 か所に分かれて合計 21 か所。うち 14 か所は石の隔壁付である。シャンプー、コンディショナー、ボディーソープは完備している。他にシャワーブースは 1 か所ある。

浴槽はいくつかに分かれており、奥から、炭酸泉、電気風呂、ジェット風呂になっている。炭酸泉は短時間でも体の周りに気泡が付着する。あらたえの湯の炭酸泉は炭酸ガスの濃度が 1,000ppm の高濃度だという。気泡が体に吸収され、血流が増し、心臓に負担をかけずに血液の循環が良くなる効果が期待できるそうだ。湯温はかなりぬるい。長湯に向いている。定員は 15 人ほど。

電気風呂は、体を中に入れると背面側に電極があるもの、両側に電極があるものの 2 種類がある。これまで電気風呂はビリビリするものと思っていたが、ここの電気風呂はなぜか振動しか感じない。とても快適である。しかも電流のリズムが 2 種類あるようで、連続的な電流と、間欠的な電流が自動的に切り替

わっていく。

ジェット風呂は 2 人分があり、水流の勢いが強烈。手すりにしっかりつかまっていないと、吹き飛ばされるほどである。電気風呂とジェット風呂のあたりの湯温は適温。浴槽の前には椅子が 8 脚も置いてある。長居をしたい人がほてった体を冷やすにはもってこいだ。

サウナは巨大。20 人は入れそうな 3 段式だ。室内温度は 89℃。テレビもある。水風呂も大きく、3 人は入れそうな大きさ。水温は 17℃と表示されている。

露天風呂は圧巻である。目の前がなんとボートレース場。その向こうには小鳴門橋も見える。しかし、この景観が望めるのは男湯のみだ。浴槽の定員は 20 人ほどで湯温は適温。他に壺風呂が 3 個あり、テレビもある。壺風呂のうちの一つには気泡が出ている。

脱衣室の外にはマッサージ椅子が 8 個もある休憩スペースがある。ハンモックらしきものもあった。

この日は名古屋城、熱田神宮を巡って、徳島までやってきた。これから海鮮レストラン・びんび家に移動して夕食を食べる。あらたえの湯はそんな旅の一コマにぴったりと納まっていた。

DATA

名称	鳴門天然温泉　あらたえの湯
所在地	徳島県鳴門市撫養町大桑島字北ノ浜 8-2
電話	088-676-2611
営業時間	8；00～24；00（最終受付 23；00）
定休日	不定休
平日入浴料	大人（18 歳以上）750 円、中人（中高生）600 円、小人（3 歳～小学生）350 円 3 歳未満無料
土日祝日入浴料	大人（18 歳以上）900 円、中人（中高生）700 円、小人（3 歳～小学生）450 円 3 歳未満無料
サウナ	あり
サウナ内のテレビ	あり
泉質	カルシウム・ナトリウム－塩化物冷鉱泉（高張性中性冷鉱泉）
効能	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、胃にガスがたまるなど）、軽症高血圧 耐糖能異常（糖尿病）、軽いコレストロール血症 軽い喘息又は肺気腫、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
取材日	2023 年 5 月 2 日
取材	銭湯愛好会東京支部
最寄りのスキー場	なし