

# 現代湯治のススメ

全国  
泉質別  
温泉ガイド

## 目次

- 2 はじめに
- 6 掲載温泉地マップ
- 8 湯治のいろは
  - 湯治の歴史／温泉の入り方／現代湯治の活用法
  - 湯治で未病対策／環境省の推進する「新湯治」プロジェクト
- 13 療養泉と泉質の基礎知識
- 14 療養泉の泉質と適応症
- 16 温泉の禁忌症
- 18 本書の使い方

## 20 単純温泉

- 21 カルス温泉(北海道)
- 22 金田一温泉(岩手県)
- 23 飯坂温泉(福島県)
- 24 土湯温泉(福島県)
- 25 鬼怒川温泉(栃木県)
- 26 かたしな温泉郷(群馬県)
- 27 中川温泉(神奈川県)
- 28 修善寺温泉(静岡県)
- 29 宇奈月温泉(富山県)
- 30 下呂温泉(岐阜県)
- 31 わごと温泉(滋賀県)
- 32 奥津温泉(岡山県)
- 33 長門湯本温泉(山口県)
- 34 道後温泉(愛媛県)
- 35 原鶴温泉(福岡県)
- 36 由布院温泉(大分県)
- 37 北湯沢温泉(北海道)
- 37 湯瀬温泉(秋田県)
- 38 下部温泉(山梨県)
- 38 榊原温泉(三重県)
- 39 洲本温泉(兵庫県)
- 39 洞川温泉(奈良県)
- 40 俵山温泉(山口県)
- 40 黒川温泉(熊本県)

## 83 二酸化炭素泉

- 84 唐沢鉱泉(長野県)
- 85 飛騨小坂温泉郷(岐阜県)
- 86 船小屋温泉(福岡県)
- 87 長湯温泉(大分県)

## 89 含よう素泉

- 90 晩成温泉(北海道)
- 91 白子温泉(千葉県)
- 92 信州高山温泉郷(長野県)
- 93 高屋温泉(宮崎県)

## 94 含鉄泉

- 95 黄金崎不老不死温泉(青森県)
- 96 長良川温泉(岐阜県)
- 97 有馬温泉(兵庫県)
- 98 花山温泉(和歌山県)

## 99 酸性泉

- 100 須川温泉(岩手県)
- 101 玉川温泉(秋田県)
- 102 蔵王温泉(山形県)
- 103 岳温泉(福島県)
- 104 草津温泉(群馬県)

## 106 硫黄泉

- 107 酸ヶ湯温泉(青森県)
- 108 八幡平温泉郷(岩手県)
- 109 盛岡つなぎ温泉(岩手県)
- 110 高湯温泉(福島県)
- 111 月岡温泉(新潟県)
- 112 中房温泉(長野県)
- 113 野沢温泉(長野県)
- 113 南紀勝浦温泉(和歌山県)
- 114 祖谷温泉(徳島県)
- 115 夢の温泉(高知県)
- 115 雲仙温泉(長崎県)
- 115 尾之間温泉(鹿児島県)

## 42 塩化物泉

- 43 十勝川温泉(北海道)
- 44 秋保温泉(宮城県)
- 45 肘折温泉郷(山形県)
- 46 松之山温泉(新潟県)
- 47 庄川温泉郷(富山県)
- 48 片山津温泉(石川県)
- 49 三谷温泉(愛知県)
- 50 天橋立温泉(京都府)
- 51 城崎温泉(兵庫県)
- 52 萩温泉郷(山口県)
- 53 湯平温泉(大分県)
- 54 小浜温泉(長崎県)
- 55 杖立温泉(熊本県)
- 56 指宿温泉(鹿児島県)
- 57 豊富温泉(北海道)
- 58 枝宿温泉(鹿児島県)
- 58 五浦温泉(茨城県)
- 59 鴨川温泉(千葉県)
- 59 地鉦温泉(東京都)
- 60 湯河原温泉(神奈川県)
- 60 湯川温泉(山梨県)
- 61 伊東温泉(静岡県)
- 61 辰口温泉(石川県)
- 62 あわら温泉(福井県)
- 62 白浜温泉(和歌山県)
- 63 皆生温泉(鳥取県)
- 63 湯郷温泉(岡山県)
- 64 温泉津温泉(島根県)
- 64 瀬長島温泉(沖縄県)

## 66 炭酸水素塩泉

- 67 鹿沢温泉(群馬県)
- 68 嬉野温泉(佐賀県)
- 69 人吉温泉(熊本県)
- 70 妙見温泉(鹿児島県)
- 71 小谷温泉(長野県)
- 71 十津川温泉郷(奈良県)
- 72 龍神温泉(和歌山県)
- 72 こんびら温泉郷(香川県)

## 73 硫酸塩泉

- 74 天童温泉(山形県)
- 75 伊香保温泉(群馬県)
- 76 法師温泉(群馬県)
- 77 土肥温泉(静岡県)
- 78 山中温泉(石川県)
- 79 玉造温泉(島根県)
- 80 浅虫温泉(青森県)
- 80 遠刈田温泉(宮城県)
- 81 湯田川温泉(山形県)
- 81 岩井温泉(鳥取県)
- 82 松江しんじ湖温泉(島根県)
- 82 内牧温泉(熊本県)

## 116 放射能泉

- 117 二股らちうむ温泉(北海道)
- 118 五頭温泉郷(新潟県)
- 119 栃尾又温泉(新潟県)
- 120 増富温泉(山梨県)
- 121 三朝温泉(鳥取県)
- 122 湯来温泉(広島県)
- 123 湯ノ浦温泉(愛媛県)
- 124 湯の山温泉(三重県)
- 124 関金温泉(鳥取県)

## 126 総合的温泉

- 127 登別温泉(北海道)
- 128 乳頭温泉郷(秋田県)
- 129 鳴子温泉郷(宮城県)
- 130 塩原温泉郷(栃木県)
- 131 那須温泉郷(栃木県)
- 132 箱根温泉(神奈川県)
- 133 奥飛騨温泉郷(岐阜県)
- 134 別府温泉郷(大分県)
- 135 霧島温泉郷(鹿児島県)

## 温泉のサイエンス

- 41 多彩な温泉の色の秘密
- 88 温泉の恵み——温泉中からの有用物質と温泉沈殿物
- 125 温泉で発見！生命進化の痕跡

## 温泉コラム

- 65 温泉テロワール〜温泉の嗜み方〜
- 105 泉質と環境で選ぶ「美的湯治」のススメ
- 136 全国療養泉リスト
- 142 掲載温泉地の索引
- 144 監修者・執筆者プロフィール

※本書掲載のデータは、2025年11月現在のものです。  
変更される場合がありますので、あらかじめ各施設ウェブサイト等でご確認のうえお出かけください。