水の文化

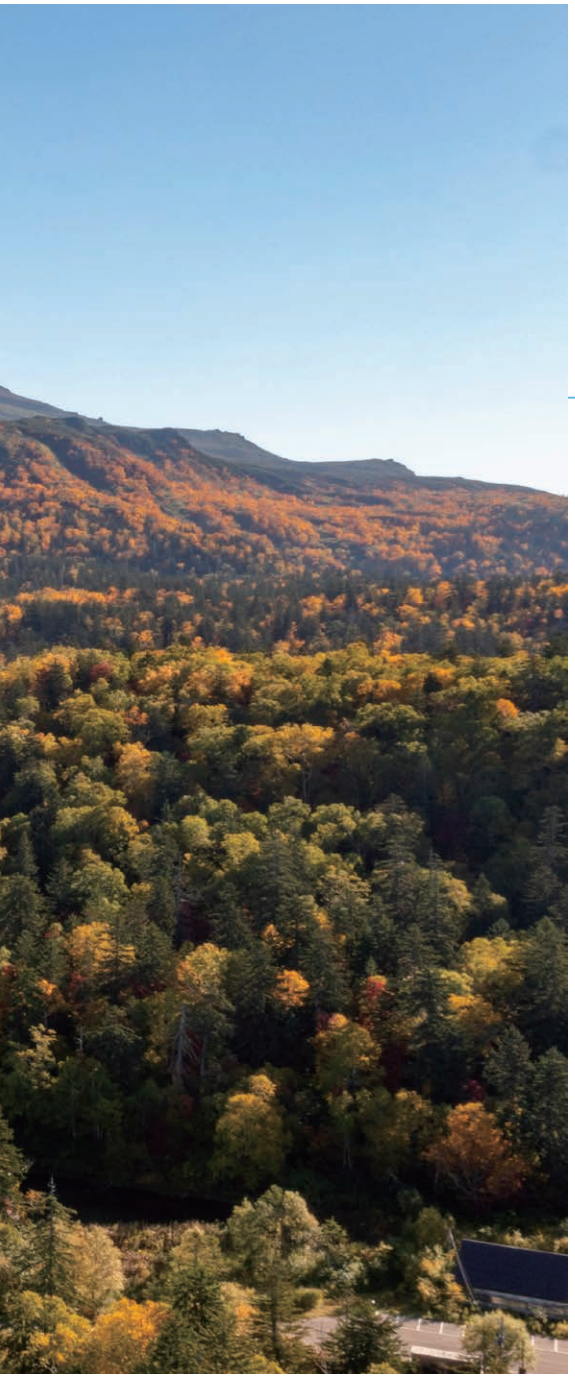
特集

温泉の湯悦

水の文化 November 2022 No. 72

スノーボード
アルペン選手
竹内智香

心と体を癒やす場所



「北海道の屋根」ともいわれる大雪山系。20以上の山々からなり手つかずの壮大な大自然が広がります。主峰・旭岳の麓に兄が経営する温泉旅館「湯元湧駒荘」があります。私が小学校5年生のころに両親が経営を始め現在に至ります。

私がスノーボードを始めたのもそのころなので旭岳温泉と私のスノーボード人生は深くつながりをもつものとなっています。旅館から勇駒別神社までの坂道は、初心者だった私にとってハイクをしながら練習をする最高な場所であり、今となっては思い出の場所の一つです。初詣に行くたびに、懐かしく初心を思い出させてもくれます。

旅館には敷地内にそれぞれ泉質の異なる5つの源泉と湧水があり、絶え間なく湧出しています。豊富な源泉は加温や加水を必要としないちょうどいい湯加減なので、贅沢にそのまま17の浴槽にかけ流します。浴槽内の温度は33度～42度と比較的ぬるめの湯温が多く、ゆっくりとじっくりと温泉を楽しむことでき、湯あたりもしないやさしい温泉です。

それを証明するようにお客さまの忘れ物を保管する場所に、よく登山用のトレッキングポール（ストック）があります。登山で疲れきった体が温泉で癒されて、ストックを忘れてしまうほどいい湯なんだそうです。湯水と料理の相性はよく、出汁がおいしくて私はいつも食べすぎてしまいます。

旭岳温泉の繁忙期は夏から秋にかけてとなります。登山や北海道観光、そして紅葉と毎日満

大雪山連峰の主峰かつ北海道の最高峰「旭岳」（標高 2291m）に抱かれるようにある旭岳温泉エリア 撮影：大塚友記憲

室に近い稼働となります。そのため夏は基本的にシーズンオフとなることが多い私も、家族やスタッフの方と一緒に働くことがよくありました。布団敷きや薪割り、洗い場といった裏方仕事はもちろん、お料理の配膳やフロントなどお客さまと接する仕事も経験しました。

アスリートとして過ごす日常では得ることができない経験を旅館ではたくさんすることができましたし、旭岳温泉で出会ったたくさんの方からいただいた温かい応援の声が何よりの力となっています。

旭岳では四季を通じて登山、スキー、スノーボード、クロスカントリー、ハイクなどさまざまなスポーツを楽しむことができ、自然から多くの学びを得ることができます。そしてその豊富な温泉は、私の心と体を癒やしてくれるかけがえのない場所となっています。スノーボードを始めたころから過ごしている旭岳温泉は私の原点であり、遠征やトレーニングの疲労を回復させてくれるのです。

竹内 智香（たけうち ともか）

1983 年（昭和 58）北海道旭川市生まれ。中学生の時にスノーボード競技に取り組む。2002 年ソルトレークシティ五輪 22 位、2006 年トリノ五輪 9 位。2007 年に練習拠点をスイスに移し、5 年間スイスチームとトレーニングを積む。2012 年 12 月の誕生日にワールドカップ初優勝。2014 年 2 月、ソチ五輪スノーボード女子パラレル大回転で銀メダルを獲得。2015 年世界選手権で 3 位。著書に『私、勝ちにいきます　自分で動くから、人も動く』がある。

かすかな硫黄の匂いを感じながら湯船に浸かると、なんともいえない幸福感に包まれる。温泉はなぜ心地よいのだろうか。

この国には古来「湯治」という文化がある。貴族も武将も庶民も温泉に浸かり、傷を癒やし、身も心もほぐした。時代が下ると、湯治から保養、そして観光へと温泉は徐々にレジャー的要素を強めていく。

しかし、今でも湯治や外湯（共同湯）を楽しむ文化はあり、混浴もなくならない。生活様式が大きく変わった現代で、温泉に浸かるという行為は昔の人たちと同じように楽しめる稀有なものなのかもしれない。

温泉の起源、湯治から観光地への移り変わり、現代の温泉地の試みなどを見つめ、地中から湧き出る温かい水＝温泉が日本人を癒し、惹きつける根源的な力について探っていきたい。

特集

温泉の湯悦

目次

巻頭エッセイ

2 ひとしずく **心と体を癒やす場所** 竹内智香

特集 温泉の湯悦

6 概説 **温泉地は今も昔も「平和のアジール（聖域）」——日本の温泉略史** 石川理夫

8 **温泉とは何か?——温泉の定義や泉質、効能** 佐々木信行

［ゆったり浸かって「湯治」］

10 **かつての湯治文化を今に伝える温泉宿——湯治棟も備えた酸ヶ湯温泉**

Column **湯治場で体験したカルチャーショック** 神崎宣武

14 **江戸時代の湯治旅——温泉と湯治に対する興味関心** 浅井勝利

15 **温泉地はアノニマスデザイン——空間構造と視覚情報** 下村彰男

［見て歩いて温泉街］

16 **〈一夜湯治（いちやとうじ）〉で花開く「寄り道」だった温泉地——箱根温泉の時代に応じた施策**

20 **集中管理の「湯」が支える 浴衣で楽しむ「外湯巡り」——昔ながらの温泉情緒を保つ城崎温泉**

Column **奇跡や奇譚を求める人の心と開湯伝説** 齊藤 純

24 **医学からみた温泉の効果——日帰りや1泊でもよい影響が** 早坂信哉

25 **温泉との新たな付き合い方——ソロ温泉&温泉ワーケーションのススメ** 高橋一喜

［過去に縛られない未来］

26 **〈第三世代〉が重ねる試行錯誤——「地域の力」で知名度上げた黒川温泉**

30 文化をつくる **日本の温泉文化は発展途上** 編集部

Column

33 水の余話 **水は社会を映す鏡である** 滝沢 智

連載

34 水の文化書誌 62 **地球温暖化・気候危機・気候崩壊を論じる**（下） 古賀邦雄

36 みず・ひと・まちの未来モデル 5 **真鶴の人のつながりを支える「社会的仕掛け」——「となり組」と「社会的オヤ」** 野田岳仁

42 食の風土記 18 **ミネラルたっぷり！夏の風物詩 えご**

44 Go! Go! 109 水系 23 **開拓で成長していった大樹のかたち 十勝川** 坂本貴啓

50 センター活動報告

51 編集後記／ご案内

（敬称略）

人びとを惹きつけてやまない温泉。その魅力とは何か（黒川温泉「山の宿 新明館」）

全国の主な温泉地

観光経済新聞社主催「にっぽんの温泉100選」（1987年度より1年に1回実施）のうち、2012～2021年度に選ばれた温泉地を掲載した

北海道
001 愛山渓 あいざんけい 上川町
002 阿寒湖 あかんこ 釧路市
003 ウトロ 斜里町
004 川湯 弟子屈町
005 北湯沢 伊達市
006 定山渓 じょうざんけい 札幌市
007 白金 美瑛町
008 層雲峡 上川町
009 大雪高原 上川町
010 洞爺湖 とうやこ 洞爺湖町
011 十勝川 音更町
012 ニセコ温泉郷 ニセコ町
013 登別 のぼりべつ 登別市
014 平磯 ひらいそ 小樽市
015 湯の川 函館市

青森
016 浅虫 あさむし 青森市
017 黄金崎不老ふ死 深浦町
018 酸ケ湯 すかゆ 青森市
019 蔦 つた 十和田市

岩手
020 一関温泉郷 一関市
021 鶯宿 おうしゅく 雫石町
022 つなぎ 盛岡市
023 花巻温泉郷 花巻市

宮城
024 秋保 あきう 仙台市
025 作並 さくなみ 仙台市
026 遠刈田 とおがった 蔵王町
027 鳴子 なるこ 大崎市

秋田
028 玉川 仙北市
029 乳頭温泉郷 仙北市

山形
030 あつみ 鶴岡市
031 かみのやま 上山市
032 銀山 尾花沢市
033 蔵王 山形市
034 天童 てんどう 天童市
035 湯野浜 鶴岡市

福島
036 芦ノ牧 会津若松市
037 穴原 あなばら 福島市
038 飯坂 いいざか 福島市
039 いわき湯本 いわき市
040 高湯 たかゆ 福島市
041 岳 だけ 二本松市
042 土湯 つちゆ 福島市
043 野地 のぢ 福島市
044 磐梯熱海 郡山市
045 東山 会津若松市
046 母畑 ぼばた 石川町

栃木
047 板室 いたむろ 那須塩原市
048 奥鬼怒 おくきぬ 日光市
049 鬼怒川・川治 日光市
050 塩原 那須塩原市
051 那須 那須町
052 日光湯元 日光市
053 湯西川 ゆにしがわ 日光市

群馬
054 伊香保 いかほ 渋川市
055 草津 草津町
056 四万 しま 中之条町
057 万座 まんざ 嬬恋村
058 みなかみ18湯 みなかみ町

神奈川
059 箱根十七湯 箱根町
060 湯河原 湯河原町

新潟
061 越後湯沢 湯沢町
062 瀬波 村上市
063 月岡 新発田市
064 松之山 十日町市

富山
065 宇奈月 うなつき 黒部市

石川
066 片山津 かたやまづ 加賀市
067 山代 加賀市
068 山中 加賀市
069 和倉 七尾市
070 輪島温泉郷 輪島市

福井
071 あわら あわら市

山梨
072 石和 いさわ 笛吹市
073 河口湖 富士河口湖町
074 下部 しもべ 身延町
075 西山 早川町
076 湯村 甲府市

長野
077 上諏訪 諏訪市
078 白骨 しらほね 松本市
079 戸倉上山田 千曲市
080 扉 とびら 松本市
081 野沢 野沢温泉村
082 昼神 ひるがみ 阿智村
083 別所 上田市
084 湯田中渋温泉郷 山ノ内町

岐阜
085 奥飛騨温泉郷 高山市
086 下呂 げろ 下呂市
087 長良川 岐阜市
088 飛騨高山 高山市

静岡
089 熱川 あたがわ 東伊豆町
090 熱海 熱海市
091 伊東 伊東市
092 稲取 東伊豆町
093 観音 下田市
094 下賀茂 しもがも 南伊豆町
095 下田 下田市
096 修善寺 伊豆市
097 堂ヶ島 西伊豆町
098 長岡 伊豆の国市
099 浜名湖かんざんじ 浜松市
100 北川 ほっかわ 東伊豆町

三重
101 榊原 さかきばら 津市
102 志摩温泉郷 志摩市
103 鳥羽温泉郷 鳥羽市
104 長島 桑名市
105 湯の山 菰野町

滋賀
106 おごと 大津市

兵庫
107 有馬 神戸市
108 城崎 きのさき 豊岡市
109 洲本 すもと 洲本市
110 湯村 新温泉町

奈良
111 十津川 とつかわ 十津川村

和歌山
112 熊野本宮温泉郷 田辺市
113 白浜 白浜町
114 南紀勝浦 那智勝浦町
115 龍神 りゅうじん 田辺市

鳥取
116 皆生 かいけ 米子市
117 三朝 みささ 三朝町

島根
118 玉造 たまつくり 松江市
119 松江しんじ湖 松江市
120 温泉津 ゆのつ 大田市

岡山
121 湯郷 ゆのごう 美作市

山口
122 長門湯本 長門市
123 湯田 山口市

徳島
124 祖谷 いや 三好市

香川
125 こんぴら 琴平町

愛媛
126 道後 どうご 松山市

福岡
127 原鶴 はらづる 朝倉市
128 脇田 宮若市

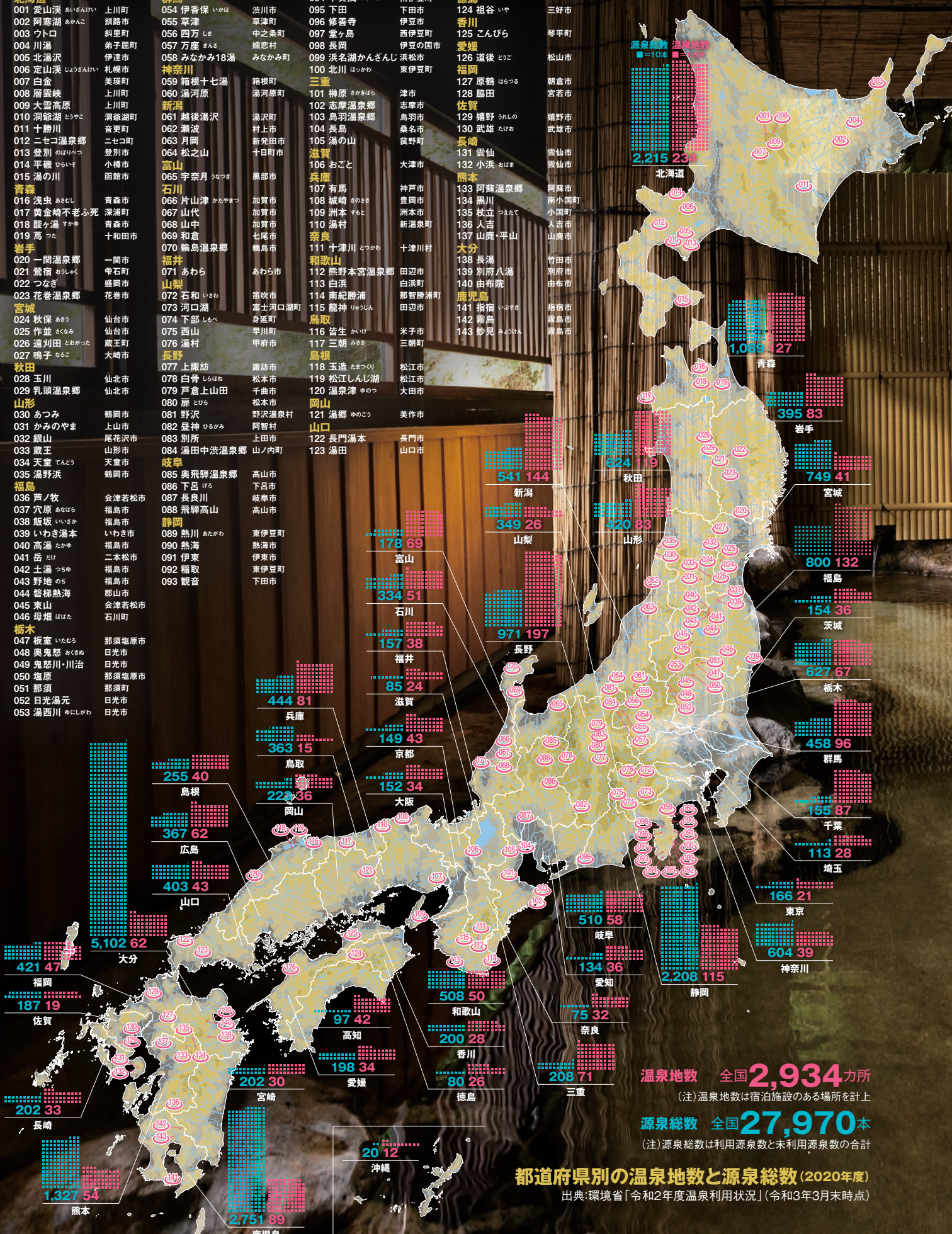
佐賀
129 嬉野 うれしの 嬉野市
130 武雄 たけお 武雄市

長崎
131 雲仙 雲仙市
132 小浜 おばま 雲仙市

熊本
133 阿蘇温泉郷 阿蘇市
134 黒川 南小国町
135 杖立 つえたて 小国町
136 人吉 人吉市
137 山鹿・平山 山鹿市

大分
138 長湯 竹田市
139 別府八湯 別府市
140 由布院 由布市

鹿児島
141 指宿 いぶすき 指宿市
142 霧島 霧島市
143 妙見 みょうけん 霧島市



温泉地数　全国**2,934**カ所
（注）温泉地数は宿泊施設のある場所を計上

源泉総数　全国**27,970**本
（注）源泉総数は利用源泉数と未利用源泉数の合計

都道府県別の温泉地数と源泉総数（2020年度）
出典：環境省「令和2年度温泉利用状況」（令和3年3月末時点）

温泉地は今も昔も「平和のアジール（聖域）」

日本の温泉略史

【概説】

日本は世界でも有数の温泉国だ。宿泊施設を備えた温泉地数は全国で約3000、著名な温泉地だけで660あるという。温泉は昔から保養や療養などに利用され、戦乱期には戦いで負った傷の治療にも使われた。農民たちの田植えが一段落したときの「泥落とし」や収穫した後など農閑期の湯治は「日常生活からの解放」でもあった。『温泉の日本史』を上梓し、日本温泉地域学会会長も務める温泉評論家の石川理夫さんに、日本における温泉の歴史についてお聞きした。

共同湯を核とした温泉地域共同体

日本列島に住む私たちにとって温泉はとても身近なものです。痕跡こそ見つかっていませんが、縄文人も入浴や煮炊きなどに使っていた可能性もあります。

文献に初めて登場する温泉地は「伊余湯」、伊予国の道後温泉（愛媛）です。712年（和銅5）成立と伝わる『古事記』に記されています。また、「温泉」という言葉が初めて使われたのは733年（天平5）に完成した『出雲国風土記』。玉造温泉（島根）など5カ所が記載されています。その後の『万葉集』にもいくつか温泉の言及があり、平安時代には物語や日記などで温泉がいろいろな形で出てきます。

そして、仏教の伝来は温泉地の形成に大きな影響を与えました。奈良時代の行基、そして平安時代初期の空海、この二人が温泉を開いたという伝説が各地に残っています。二人とも社会事業に携わっていたこと、空海は山岳修験者として各地を巡っていたこと、鉱物資源や水、温泉などのありかに詳しいといった点で共通していますが、すべてがそうだったとは考えにくい。後を継いだ修行僧や聖らによって開かれた泉や温泉についても高名な二人の名がつけられた。それが実際のところでしょう。

室町時代になると、「惣湯」と呼ばれる共同湯を核とした温泉場が形成されます。代表例が石川県の山中温泉。『山中温泉縁起絵巻』には、屋根を掛けた泉源に老若男女が湯ふんどしや湯文字（注1）などの湯具を着けて混浴している様子が描かれています。中世には、温泉や水、山林を天与の恵みと考え、皆で管理して使う惣村的な温泉地域共同体が発展します。

平和中立地帯だった日本と欧州の温泉場

戦国時代には「隠し湯」が現れます。有名なのは武田信玄で、山梨県の下部温泉や増富ラジウム温泉など「信玄の隠し湯」と呼ばれる温泉場が残っています。戦国武将は農閑期に領内の農民を兵士として雇って戦をしていました。現代より人口が少ない当時、兵士が傷を負うと戦力が低下しますし、そうした傷病者を放置すれば「あんな目に遭わされたらたまらない」と農民たちが領内から逃散するかもしれません。そこで療養の場として領内に温泉を整備しました。隠し湯は傷病兵士たちの温泉リハビリセンターだったのです。

ところが有名な温泉場は湯治（注2）で人が集まるので、隠し湯にはなりません。そこで信玄は草津温泉（群馬）を1カ月間「貸し切り湯」にするよう命じます。温泉場と戦にはそんな関係もありました。

興味深いのは、昔から温泉は誰もが安らげる場所として「平和」が保障されていたことです。山中温泉は柴田勝家が制圧した加賀一向一揆の一拠点だったのですが、取り潰しはしませんでした。それどころか勝家は自らの軍勢に温泉場における乱暴狼藉を厳しく禁じます。戦乱の時代でも、温泉は敵味方なく傷を癒やし、安らげる場所でなければいけないと考えていた証です。

それはヨーロッパも同じで、18世紀中期にオーストリアとプロイセンとの間で行なわれた「七年戦

インタビュー
石川理夫さん
温泉評論家
日本温泉地域学会 会長

Michio Ishikawa
外資系出版社などを経て温泉評論家に転身。2004年から環境省中央環境審議会温泉小委員会専門委員を務める。『温泉で、なぜ人は気持ちよくなるのか』『温泉法則』『温泉巡礼』『温泉の平和と戦争』『本物の名湯ベスト100』『温泉の日本史』など著書多数。近刊に『一生に一度は行きたい温泉100選』。

（注2）湯治
病気や傷の治癒を目的として温泉や薬湯に浸かる、あるいは石風呂（蒸し風呂）で汗を流すこと。のちには温泉宿に滞在して自炊しながら保養することをいう。「湯」は薬湯、「治」は治療を意味する。

（注1）湯文字
腰巻あるいは身に巻きつける布のこと。女性が入浴のときに身につけた単（ひとえ）、湯具を指す。

山中温泉開湯の伝承をまとめた絵巻物『山中温泉縁起絵巻』。泉源浴場の周囲に物売りや琵琶法師も集まり、店や宿ができる 山中温泉医王寺蔵

でとても重要なポイントです。

時代によって変わる温泉地の魅力

戦乱が治まり江戸時代になると、温泉好きな大名は自分専用の湯殿をつくったり「御茶屋」を設けたりします。ただし自分で独占することはしませんでした。一の湯は藩主専用、二の湯は重要な家臣たち、三の湯は庶民が入ってよいとします。これは身分秩序に厳しい西日本の大名に多くて、東日本の大名はそうでもなかったようです。

幕府が倒れ明治時代を迎えると、鉄道をはじめとする交通機関が急速に発達します。すると、かつては湯治や保養の場だった温泉地が「観光温泉地」に変わり、温泉地を訪ねる人が増えるので旅館も大型化し、客が宿で入れる内湯を求めるようになる。掘削や引き湯の技術が発達したため、各宿が泉源を探して掘削を行なうと、そもそも温泉は天水がもとの有限資源ですから湧出量が減ったり、ひどいと枯渇するケースも出てきます。

さらに時代が下り新幹線や道路網が整備されると、特急列車の停車駅として賑わっていたのに新幹線が通じて素通りされ、経営に苦しむ温泉地も現れます。

ではどうするか？ 好例は峠の下を通るトンネルが開通した土湯峠温泉郷（福島）。自然は豊かで泉質もいいし、源泉かけ流しです。「うちは秘湯です」と不便さを逆にセールスポイントに切り替えました。有名な黒川温泉（熊本）にしろ由布院温泉（大分）にしろ、自分たちの特色、魅力をつくったから人が来る。

温泉地の魅力とは、未来永劫変わらないものではないのです。

混浴の誤解を正し皆で楽しめる場へ

今、日本の温泉文化をユネスコの無形文化遺産に登録しようという動きがあります。フィンランド式サウナは2020年に登録されましたが、国民がサウナを愛して大事にしています。ところが、日本人はみんな温泉が大好きなはずなのに、なんとなく温泉を「娯楽」や「遊び」と捉えている感じがします。例えば私が「国民保養温泉地」の調査で現地を訪ねたとき、同行者は「昼間から温泉に浸かるのは……」と人の目を気にして入浴しなかった。これは残念なことです。

古来、温泉は疲れた体を回復させる場であり、敵味方なく傷を癒やした平和な聖域であり、戦時中に子どもたちが疎開した場所でもある。それを忘れてはなりません。

混浴に関する誤解も温泉が軽んじられる理由の一つかもしれません。『山中温泉縁起絵巻』では、男性は湯ふんどし、女性は湯文字などを着用し和気あいあいと混浴しています。「混浴は裸で入るのが伝統だ」などと主張する人もいますが、裸で入る方が実は歴史は浅い。湯あみ着を着用すれば、たとえ体に傷がある人も入湯しやすいですし、ジェンダーレスの時代にもそぐうことになります。

私たちは、コロナ禍で不便な生活を強いられています。テレワークで自宅にこもるとストレスがたまりがちですが、温泉は硫化水素など有毒ガスの問題があるため、換気には十分注意していますので、リラックスとリフレッシュの場として温泉を積極的に楽しんでほしいと思います。

（2022年8月8日／リモートインタビュー）

【概説】

争」では、傷病将兵のリハビリのため、カルロヴィ・ヴァリなど4つの温泉地を国際協定で平和中立地帯としました。

敵味方なく互いに安らげる場としての温泉――これは温泉を考えるうえで、湯に浸かる喜びと並ん

My favorite hot spring

石川さんお気に入りの霊場温泉「姥子（うばこ）温泉」（箱根）。湯治場と山岳信仰の起源を今に伝える 提供:姥子温泉秀明館

温泉の定義や泉質、効能

温泉とは何か？

私たちはつい親しげに「温泉」と呼んでしまうが、その定義を問われると答えに窮する。知っているようで知らない温泉の泉質や効能などを、『温泉の科学』の著者である佐々木信行さんに解説していただいた。

温泉の定義とは？

A 温泉は1948年（昭和23）に制定された「温泉法」によって、「地中から湧出する温水、鉱水および水蒸気その他のガス（炭化水素を主成分とする天然ガスを除く）で、温度または物質を有するもの」と定められています。

まず「温度」ですが、「温泉源から採取されたときの温度が摂氏25度以上」です。戦前は「熱い湯は温泉」との認識で、温度は明確ではありませんでした。なぜ25度にしたのかというと、日本統治時代の台湾の年平均気温が24・9度で、当時の国内では最も気温が高かったからです。24・9度より高い温度の水ならば、それは気温だけでなく地下の熱源の影響を少しでも受けているといえ、それはすなわち温泉水だという論理で、25度以上が基準になりました。

もう一つは「物質（成分）」です。「通常の水よりも特定の成分が高い水」が基準です。ただし、成分はどんなものでもよいわけではなく、医学的に体によいとされる成分で18種類あります。ナトリウムやカリウムなど水にも含まれる一般的な成分は除外します。メタけい酸もありふれた成分ですが、体に重要な成分と見なされ18種類に含まれています。

また、温泉水1kgのなかに「ガスを除く溶存物質が1000mg（1g）以上含まれていること」も条件の一つとなります。

ややこしいのは、温度が25度未満でも成分を含んでいれば温泉であり、これを「冷鉱泉」と呼ぶことです。25度以上なら温泉、25度未満なら冷鉱泉です。

まとめると、地中から湧出したときの温度が25度以上あれば温泉ですし、温度が25度未満でも定められた物質の1つ以上が規定量含まれていれば、それも温泉です。さらに、ある条件を満たせば水蒸気やガスも温泉となります。♨

泉質について教えてください。

A 泉質の前に「療養泉」について説明しますね。

療養泉とは「特に療養に役立つ泉質をもつ温泉」を指します。そして、療養泉には泉質を問わない「一般的適応症」と、泉質によって定められた「泉質別適応症」があります。適応症とは、温泉療養を行なうことで効果を現す症状のことです。

一般的適応症には、「筋肉、関節の慢性的な痛み、こわばり」「冷え性、末梢循環障害」「軽い喘息、肺気腫」などがあります。

また、泉質別適応症は、「単純温泉」なら「きりきず、冷え性、末梢循環障害、うつ状態、皮膚乾燥症」がそれぞれ挙げられます。（いずれも浴用）

泉質は、温泉に含まれる成分と量によって10種類に分かれていますし、それぞれの泉質によって特徴も違うので知っておくとよいでしょう。例えば「炭酸水素塩泉」は皮膚の角質を軟化する作用があるため、「美人の湯」と言われることが多いです。また、アトピー性皮膚炎の改善には「酸性泉」と「硫黄泉」がよいとされています。

そして泉質もさることながら、「成分濃度」もかなり重要です。一般的に濃度が高い方が療養効果は得やすいと考えてよいでしょう。ただし、なかには成分が濃すぎる源泉もあるため、そういう温泉では沢水を入れて湯あたりや肌荒れを起こしにくいように濃度を調整しています。

ちなみに2014年（平成26）に温泉禁忌・注意事項が大きく改訂されました。1982年（昭和57）策定のものから病名をわかりやすく記し、また最新の医学的知見を踏まえて修正されています。♨

療養泉の一般的適応症（浴用）

- 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、末梢循環障害
- 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、うつ状態など）
- 病後回復期
- 疲労回復、健康増進

療養泉の泉質別適応症

掲示用泉質	浴用	飲用
単純温泉	自律神経不安定症、不眠症、うつ状態	—
塩化物泉	きりきず、冷え性、末梢循環障害、うつ状態、皮膚乾燥症	萎縮性胃炎、便秘
炭酸水素塩泉	きりきず、冷え性、末梢循環障害、皮膚乾燥症	胃十二指腸潰瘍、逆流性食道炎、耐糖能異常（糖尿病）、高尿酸血症（痛風）
硫酸塩泉	きりきず、末梢循環障害、冷え性、うつ状態、皮膚乾燥症	胆道系機能障害、高コレステロール血症、便秘
二酸化炭素泉	きりきず、冷え性、末梢循環障害、自律神経不安定症	胃腸機能低下
含鉄泉	—	鉄欠乏性貧血
酸性泉	アトピー性皮膚炎、尋常性乾癬、耐糖能異常（糖尿病）、表皮化膿症	—
含よう素泉	—	高コレステロール血症
硫黄泉	アトピー性皮膚炎、尋常性乾癬、慢性湿疹、表皮化膿症（硫化水素型については、末梢循環障害を加える）	耐糖能異常（糖尿病）、高コレステロール血症
放射能泉	高尿酸血症（痛風）、関節リウマチ、強直性脊椎炎など	—

※上記の泉質で2つ以上に該当する場合、該当するすべての適応症

出典：環境省「温泉法第18条第1項の規定に基づく禁忌症及び入浴又は飲用上の注意の掲示等の基準」及び「鉱泉分析法指針（平成26年改訂）」

インタビュー
佐々木信行さん
香川大学名誉教授
日本温泉科学会代議員

Nobuyuki Sasaki
1952年香川県生まれ。東京大学理学部卒業。東京大学大学院理学系研究科博士課程修了。博士（理学）。日本大学講師、香川大学教授などを歴任。著書に『温泉の科学』『資源論入門』などがある。

Q 天然温泉と人工温泉の違いとは？

A 掘削したものも含めて、地下から自然に湧いていて、温度や成分を満たしていれば天然温泉です。それに対して人工温泉とは成分を満たしていないものです。井戸水を沸かしたものは温泉ではないです。銭湯もそうですね。

加温してもいいんです。温泉の条件は25度以上ですから、入浴に適した40度前後にするには温めなくてはなりません。

もともと含んでいる成分とは別の成分を足してもよいです。例えば「湯の花」と呼ばれる温泉特有の沈殿物がありますね。湯の花は温泉の不溶性成分が析出・沈殿したものですが、沈殿物があると浴槽が汚れやすいうえ、配管も詰まりやすくなる。ですから沈殿を起こさないように薬剤を入れるのが一般的です。薬剤の使用を嫌がる人もいますが、大勢が使う温泉だったらしかたないんです。

また、水道水と同じように、温泉にも消毒のために塩素を加えます。細菌が人体に入るとよくないので、塩素や銀イオンを入れるのです。保健所が塩素消毒するように指導していますからね。

これも嫌がる人はいますが、私はさほど気になりません。湯に浸かったとき、「体の芯まで温まったな」と、薬剤などよりも温泉の成分の効きめの方が実感できるからです。♨

Q 温泉は雨水が浸透したものと考えていい？

A 水源としては雨水が多いです。ただし地下のマグマからの水もありますから、温泉には地表（雨水）と地下、2つの起源があります。

したがって無秩序に掘削すると生活水にも影響を与えることになる。だから掘り過ぎてはいけません。温泉も限られた資源ですから、こうしたこともあって循環ろ過方式が考案されたのです。

「源泉かけ流し」の温泉がもてはやされる風潮ですが、私はなんでもかんでも新しい湯がいいとは思いません。汲み上げすぎて地下水が足りなくなったり、地下水圧が下がって水不足になることも考えられるからです。

「源泉かけ流し」と言っても、源泉をそのまま湯船に入れている温泉は稀です。入湯客のためにちょうどいい温度、適した成分濃度にするために沢水を入れたりといろいろ調整していますからね。♨

Q 火山性温泉と非火山性温泉の違いとは？

A 「火山性温泉」は火山活動や噴気現象などの火山作用に伴ってできた温泉の総称です。マグマによってガスや水が温められて出てきたもので、硫黄泉が多いですね。ご存じのように火山帯には温泉が多く、日本の温泉はかつて火山性温泉が主流でした。

「非火山性温泉」は、平野部や海岸近くに湧くもので、近年の掘削によって出現している温泉は大部分がこれです。塩化物泉が主になります。ただし、比較的最近の海水が起源の場合や、古い地質時代の海水（化石海水）を起源とする場合、あるいは熱水のホットスポットとして高濃度の温泉も存在します。

火山性温泉には噴火のリスクもあります。雲仙・普賢岳の噴火活動による火砕流で1991年（平成3）に大きな被害が出ました。私はその前に現地を訪ねて温泉水を採取したのですが、従来に比べて成分濃度が異常に高かった。「なんだ、これは？」と驚いていたら、半年後に火砕流が起きました。

また、2011年（平成23）に東日本大震災が発生しました。その1週間後に、香川県の美霞洞（みかど）温泉の湯が突然白く濁りました。震源地からは相当離れていますが、断層を通じて影響を受けたようです。源泉の温度が下がり、そのため通常の温度なら溶けて透明なケイ酸分が溶けにくくなり、析出して白濁したのです。

もしも温泉水のこうした変化を事前につかむことができれば、火山噴火や地震の予知につながる可能性もあります。

そもそも地球の活動によって温泉の成分濃度が変わることはよくあることなんです。例えば塩化物泉は、塩化物イオンの濃度が薄まると単純温泉になる。日本の温泉は単純温泉と塩化物泉が非常に多いので、泉質が入れ替わってしまう場合もあるのです。

そう考えると、温泉はまるで生きものようです。貴重な天然資源である温泉を大事にしていきたいですね。♨

（2022年9月6日／リモートインタビュー）

温泉の一般的禁忌症（浴用）

- 病気の活動期（特に熱のあるとき）
- 活動性の結核、進行した悪性腫瘍または高度の貧血など身体衰弱の著しい場合
- 少し動くと息苦しくなるような重い心臓または肺の病気、むくみのあるような重い腎臓の病気
- 消化管出血、目に見える出血があるとき
- 慢性の病気の急性増悪期

※禁忌症とは、「1回の温泉入浴または飲用でも身体に悪い影響をきたす可能性がある病気・病態」のこと。ただし、禁忌症にあたる場合でも、専門的知識を有する医師の指導のもとに温泉療養を行なうことは妨げない　※平成26年の改正により、術後や治療後の落ち着いた病態の悪性腫瘍や妊娠中（特に初期と末期）は削除された。また、飲用の一般的禁忌症は「なし」となった

出典：環境省「温泉法第18条第1項の規定に基づく禁忌症及び入浴又は飲用上の注意の掲示等の基準」及び「鉱泉分析法指針（平成26年改訂）」

【ゆったり浸かって「湯治」】

青森県の八甲田山にある酸ヶ湯温泉。酸ヶ湯温泉は豪雪時のニュースにも取り上げられるが、1954年（昭和29）に環境が整った優れた温泉地として「国民保養温泉地第1号」に指定された。酸ヶ湯温泉の名物といえば、総ヒバ造り、160畳もの広さを誇る混浴大浴場「ヒバ千人風呂」（以下、千人風呂）だ。千人風呂は一つの浴室に異なる源泉の浴槽がある。温泉療養相談室で温泉の利用について指導もしている酸ヶ湯温泉を訪ねた。

かつての湯治文化を今に伝える温泉宿

湯治棟も備えた酸ヶ湯温泉

持ってきた杖を忘れ帰ってしまった湯治客

酸ヶ湯温泉旅館の湯治棟には共同の炊事場がある。八甲田山由来の冷涼な山水が流れ出る「冷やし槽」に野菜が浮かんでいた。連泊で自炊している湯治客の食材だ。

いまや温泉はすっかり1泊2日の観光旅となったが、青森県の酸ヶ湯温泉はかつての湯治場の佇まいを残し、少なくなったとはいえ今も湯治客を迎えている。

田んぼに水を張ってひと息つく7～8月と、収穫の終わった10～11月に、農作業の疲れを癒すため温泉に長逗留する。それがこの地の伝統的な湯治の慣習だった。「湯治見舞い」といって、子や孫が差し入れなどに訪れ、そのまま泊まっていくこともあったという。

「私がここに勤めはじめた20年ほど前は、ご自身でつくった野菜などを持ちこんで10泊くらいするお

1野菜が浮かんでいる湯治棟にある「冷やし槽」。湯治客は自炊しながら連泊する 2湯治棟の廊下。年月を感じさせる雰囲気がある 3湯治客のための客室。入浴したら横たわって回復を待つため、布団は敷きっぱなしにするのが習わし

年寄りの湯治客同士が、漬物などのおかずを交換しているのはよく見かける光景でした」

そう振り返るのは酸ヶ湯温泉株式会社管理部部長の田島克己さん。

10泊というのは「3日一廻(まわ)り、三廻り10日」が酸ヶ湯温泉の湯治の流儀だから。初日に1回入り、異常がなかったら2日目に入浴回数を増やすと3日目は悪いところが出てきてぐったりするので1日休む——それを3回繰り返すと体の悪いところがいつの間にかよくなった感じになるというわけだ。

総ヒバ造りの大浴場「千人風呂」には、足元から源泉が湧く41度の「熱(ねっ)の湯(ゆ)」と43度の「四分六分の湯」の浴槽がある。この名称が表すのは、湯の温度ではなく、体の温まり具合。ぬるめの「熱の湯」の方が長時間ぬくもりが持続し、温度の高い湯は、それより四分か六分の温まり具合になる。

「3日一廻り、三廻り10日」の湯治療養は、海抜900mの高地気候も効いているはず。ウォーキングに適した散策路もある。「来るときに杖をついていたお年寄りが、湯治を終えたら杖を忘れて帰った」のは実話だと田島さんは言う。

自炊客こそ減ったものの、温泉宿を拠点にしてスキーやスノーボードを楽しむ方々が「旅館食」より品数は少ないがヘルシーで十分に満足感が得られる「湯治食」付きのお手ごろ料金で湯治棟に連泊する。これも今の湯治なのだろう。

混浴文化を守るため「湯あみ着の日」実施

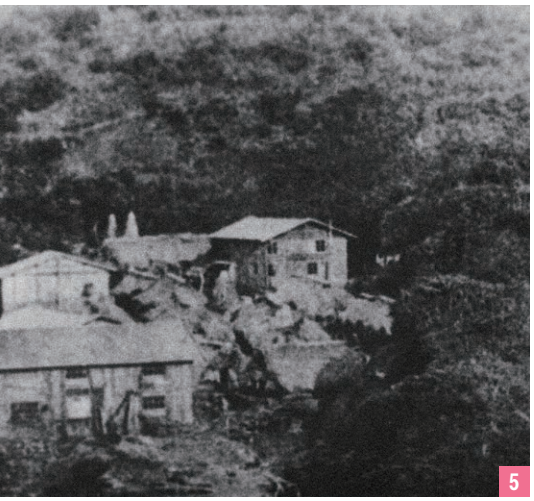
狩人が仕留め損なった鹿を山で見つけたら、深傷を負ったはずなのに岩場を駆け上がって逃げた。不思議に思ってあたりを探ると温泉が湧いていた。薬効があるに違いないと名づけたのが「鹿の湯」。1684年(貞享元)の出来事と伝えられるこの温泉の始まりだ。また、湯をなめると酸っぱいので「酢ヶ湯」、転じて「酸ヶ湯」と呼ばれるようになったという説もある。

江戸から明治、大正と湯治客で賑わい、数カ所の源泉の「湯主」がそれぞれ小屋を建て組合方式で運営していたが、1933年(昭和8)に株式会社として統合。1954年(昭和29)、全国の温泉のモデルケースとして「国民保養温泉地(注)第1号」の指定を受けた。

酸ヶ湯を愛した著名人の一人が版画家の棟方志功。湯治をしながら書や絵などの作品を手がけた。60年間も酸ヶ湯に勤務し、八甲田

総ヒバ造りの大浴場「ヒバ千人風呂」

(注)国民保養温泉地
温泉利用の効果が期待され、健全な保養地として活用される温泉地のこと。1954年から指定が始まり、現在は全国で79カ所。



5

4

山の案内人を務め「仙人」の愛称で親しまれた鹿内辰五郎と懇意にしており、二人で写った楽しげな写真も館内に掲示してある。

同じく館内にあった昭和初期の千人風呂の写真を見ると、女性は湯あみ着、男性は褌（ふんどし）をつけ、仲よく混浴している。もともと千人風呂は混浴だった。今でもそうなのだが、抵抗がある人もいるので、女性専用の入浴時間を設けている。

その千人風呂で、2021年（令和3）11月に5日間だけ、10時から15時の間はすべての男女が湯あみ着を着用して一緒に入浴する「湯あみ着の日」を設けた。

十和田八幡平国立公園に多く残る湯治・混浴文化の伝統を守ることを目指した環境省「10年後の混浴プロジェクト」を受けての取り組みだ。「今後も続けます」と宿泊営業課営業チーム主任の高田新太郎さんは話す。

「古くは、神聖な温泉には裸で入らないとか、刀傷のある武士が気兼ねなく入れる配慮であったりとか、調べてみると湯あみ着の歴史は古いんです。『湯あみ着の日』は、みんなで一緒に楽しく入れる思いやりの空間づくりです。温泉を通じて、やさしい世の中になればいいですよね」と言う高田さん。勤務8年目の高田さん自身、学生時代から温泉には親しんできたが、湯治と混浴の文化は酸ヶ湯で働いてから知った。だからこそ、その価値をもっと広めたいと思っている。

療養相談室で温泉利用の指導も

酸ヶ湯温泉旅館には「療養相談室」がある。看護師で温泉利用指導者主任の畑田素子さんが常駐し、利用者の相談に応じている。

「持病や体調に応じた入浴のしかたをお伝えしています。例えば血圧が高めなら、千人風呂の熱い方の『四分六分の湯』にいきなり入らないで、心臓から遠い足元から順に掛け湯をしてから、ぬるめの『熱の湯』にゆっくりと入ってください、というふうに」と畑田さんは語る。

酸ヶ湯温泉は酸性（pH1・5～1・8）の硫黄泉で、主な効能は神経痛、リウマチ、切り傷など。

「強酸性のお湯には消毒効果があり、硫黄泉は体内に浸透するので洗い流しても効能が続きます。

酸ヶ湯温泉で販売している「湯あみ着」
提供：酸ヶ湯温泉株式会社

入浴に関する利用者の相談に応じ、指導する温泉利用指導者主任の畑田素子さん

宿泊営業課営業チーム主任の高田新太郎さん。「湯あみ着の日」などプロジェクトを動かす

酸ヶ湯温泉株式会社管理部部長を務める田島克己さん。先輩社員から昔の話を多く聞いている

4 1933年（昭和8）当時の「ヒバ千人風呂」。女性は湯あみ着、男性は褌をつけて混浴している 5 1897年（明治30）当時の様子。湯が湧いている箇所に小屋を建てて利用されていた 6「仙人」と呼ばれていた鹿内辰五郎さん 7 炊事場で調理する湯治客。食べものを分け合い世間話で盛り上がる 8 かつての診療所。今の療養相談室のように利用者へ入浴指導などを行なっていた 4～8 提供：酸ヶ湯温泉株式会社

『3日一廻り、三廻り10日』の湯治では初日に1回だけ入り、慣れてきたら2～3回と増やしていきます。インターバルを置くのは、人により疲労感や倦怠感が出ることもある『湯あたり』対策です」と畑田さん。

体調が悪いのに無理して入ったり、熱い湯に我慢して長く浸かるのはよくない。ほどよい頃合いで体を温めるのがふさわしい。

適切に温泉入浴すると血行がよくなって体温が上がり、免疫力も高まるといわれている。畑田さん自身、8年前この職に就き、酸ヶ湯温泉に入るようになって、平熱が35度台の低体温ぎみだったのが、36度台に上がったという。

湯治食付きで長期療養している宿泊客に出会えた。石崎聖一さん（72歳）は「青森県お出かけキャンペーン」の割引宿泊で平日5日間を酸ヶ湯温泉で過ごし、週末は青森市内の自宅に帰る生活を3カ月以上続けている。温泉に浸かりながらストレッチ体操をしたら、両足がしびれて歩くのも困難だった脊柱管狭窄症（せきちゅうかんきょうさくしょう）が、だいぶ緩和されてきたという。「おかげで趣味のオペラ鑑賞に東京へ出かけられます」と楽しみにしている。酸ヶ湯では山あいの豊かな自然環境も相まって「湯治しているなという没入感がある」と石崎さん。

多くの人がストレスフルな生活を送る今だからこそ、湯治文化を伝える酸ヶ湯のような保養地としての温泉の魅力と価値を再発見することが必要かもしれない。

（2022年8月23～24日取材）

湯治食付きで長期療養している石崎聖一さん

八甲田の山中にある酸ヶ湯温泉

湯治場で体験したカルチャーショック

column

民俗学者　神崎宣武さん

若いころから全国を旅していますが、西日本生まれの私にとって酸ヶ湯温泉はカルチャーショックを受けた場所でした。

一つめは「混浴」が歴然と残っていたこと。ちょうど今（6月）は田植えを終えて2週間ほどちょっと暇が出る「泥落とし」の時期。行事も少ないので、10日間くらいの湯治は珍しくなかったんですね。朝から湯に浸かり、夕方になると女性たちは七輪で煮炊きをし、男性たちは酒盛りです。滞在中、昼ごはんと酒はすべてご馳走になりました。貧乏旅行をしていた若者には大変ありがたかったです。

カルチャーショックの二つめは「言葉」です。酸ヶ湯温泉を初めて訪れたのは昭和40年代前半ですが、何を話されているのか半分くらいしかわからなかった。ところが10年後に訪ねると、俗にいう共通語になっていて、だいたいわかるようになっていました。テレビが普及したからです。

藩政だった江戸時代、各藩は独自の文化をもっていました。つまりこの国は、いわば連合国家。細長い日本列島で文化や風習が一律であるわけがないんですね。

やはり昭和40年代に静岡県の梅ヶ島温泉を訪ねたときのこと。旅館の主人が私の足の裏を触って「あんたは長湯しちゃだめだ」と言いました。さらに「痛いところがあるんじゃないかい？」と聞くのです。腰に痛みが……と伝えると「湯に10分浸かったら5分出る。それを3回やりなさい」と。ご主人は、昔は各温泉場にいた、医師ではないけれど入浴を指導する「見立て医」だったのです。

このように、私たちが思っているよりも温泉の文化は幅広くて奥深いものです。今、湯治客はどれくらいいるのでしょうか。若い人たちに日本人の「温泉好き」文化がどう伝わっているのか、とても興味があります。

（2022年6月17日取材）

Noritake Kanzaki

1944年（昭和19）岡山県生まれ。民俗学者・宮本常一の薫陶を受け、武蔵野美術大学在学中から国内外の民俗調査・研究に携わる。岡山県宇佐八幡神社の宮司でもある。

【ゆったり浸かって「湯治」】

column

江戸時代の湯治旅

温泉と湯治に対する興味関心

新潟県には温泉が多く、30市町村すべてに必ず1つは温泉場がある。2019年度に「越後佐渡の温泉文化」を企画した浅井勝利さんに、江戸時代の湯治への認識と湯治場の様子についてお聞きした。

中村新平・政次兄弟の湯治旅を記録した『栃尾俣入湯ニ付入用并諸事覚書』
長岡市立中央図書館文書資料室蔵

「七日で一巡り」を3回繰り返す

昔から温泉を利用する人たちの一番の目的は「湯治」だったと思います。医学が発達する以前は、病にかかる、傷を負うと頼る手段がなかなかありません。最終的には温泉に頼る以外に道はなかったわけです。温泉に浸かって療養することで、病が治りやすい、傷が早く治るということを経験則として知っていたのでしょう。

湯治は「七日一巡りで、三巡りを要す」とされます。これは7日間を1クールとして、3回繰り返すとよいという意味です。江戸時代の人が湯治についてどう考えていたのかはいくつかの史料・書籍から窺い知ることができます。

貝原益軒（かいばらえきけん）の『養生訓』は江戸中期の1713年（正徳3）に出た大衆衛生書です。貝原は「病気によって入ってよいのと悪いのとがある」「湯治してよい病気は外傷で、内臓の病気には温泉は合わない」「温泉を飲んではいけない」「湯治が合わず他の病気がおきて死んだ人も多い」など、湯治が万病に効くと思うのは誤りだと警告しています。また湯治における入浴は、一日に3回以上入るのはいけない、体の弱い人は日に1～2回でよいと記しています。

一方、八隅蘆庵（やすみろうあん）が1810年（文化7）に著した『旅行用心集』では、「症状に合う温泉をうまく使えば万病に効き、医者も薬もかなわない」として、湯治をする人は温泉の効き目を信じて大切に使うべきと説いています。入浴方法は、最初の1～2日は1日につき3～4回に留め、体に合うようなら5～7回までは入ってもいいとしています。また、湯治をしている間は、食べすぎ、飲みすぎ、性行為、冷たい食べものなどは控えることとも記しています。

貝原と八隅では100年の隔たりがありますから違いもありますし、今読むと「?」という部分も多いですが、温泉および湯治への興味関心の高さがわかります。

湯治客で回る「小さな経済」

では、江戸時代の庶民はどんな湯治をしていたのでしょうか。

長岡藩領の庄屋の家の者が湯治旅をしたときの記録があります。その一つが『栃尾俣入湯ニ付入用并諸事覚書』。これは1855年（安政2）7月から8月にかけて栃尾又温泉（新潟県魚沼市）で湯治をした中村新平・政次兄弟の記録です。この兄弟は庄屋の息子で、7月3日未明に荷役の2名を伴い出発、同日夕方には栃尾又温泉の宿に着き、入湯しています。

兄弟は茶碗、飯椀などを運び込み、鍋釜は借りたようです。夜着や胴着などの衣類から煙草入、下駄までしっかり準備しており、食材は現地で調達したようですね。湯治場で親しくなった者たちとの会合に用いたとみられる出費もあります。弟の政次が21日間の湯治を終えて先に帰り、兄の新平は33日間滞在して家に戻ります。

この間の滞在費は二人合わせて一両一分銭四貫三八五文でした。江戸時代のお金を現代の貨幣に換算するのは難しいですが、数十万円かかっているとみていいでしょう。これは庶民が簡単に用意できる金額ではない。庄屋の息子たちだからできた湯治旅です。

ただし、こうした湯治客は食材や生活用品を現地でよく買っていますから、彼らに野菜や総菜を売ることは、地元の農民にとって貴重な現金収入だったでしょう。

また、あまり裕福ではない普通の農民に関する湯治の記録は残っていませんが、農閑期に近所の温泉へ行って骨休みする程度であればさほどお金はかかりません。江戸時代にはかなりの数の農民も湯治していたと考えられます。

（2022年8月4日取材）

インタビュー
浅井勝利さん
新潟県立歴史博物館
学芸課 課長

Katsutoshi Asai
1963年神奈川県生まれ。早稲田大学第一文学部史学（日本史）卒業。2000年に開館した新潟県立歴史博物館で研究員として働き現在に至る。専門は日本古代史。2019年度冬季企画展「越後佐渡の温泉文化」を企画。温泉ソムリエマスター（一つ星温泉ソムリエ）。

My favorite hot spring

㊤㊤左上 大正時代から昭和初期の栃尾又温泉。湯治場の雰囲気が色濃く漂う 左下 栃尾又温泉3宿の共同浴場「したの湯」。約36度のぬる湯に長時間浸かるのが伝統的な入浴法。浅井さんも通う
提供：栃尾又温泉 自在館

column

温泉地はアノニマスデザイン

空間構造と視覚情報

温泉地を「空間」として見た場合にどんな特徴があるのか。人びとが「心地いい」と感じる温泉地の条件について、風景計画を研究する下村彰男さんにお聞きした。

インタビュー
下村彰男さん
國學院大學
観光まちづくり学部教授

Akio Shimomura
1955年兵庫県生まれ。東京大学農学部林学科卒業。東京大学大学院農学生命科学研究科教授などを経て2020年4月より現職。専門分野は造園学、風景計画、観光計画など。「全国温泉地サミット」コーディネーターや「自然等の地域資源を活かした温泉地の活性化に関する有識者会議」座長も務める。

伝統的リゾートだった温泉地

湯が湧く場所に人が集まり、その人（湯治客）のために宿泊できる小屋や商店などができ、徐々に温泉地という空間構造がつくられていきます。自然に憧れる西欧ロマン主義の影響で、明治中期から人が自然のなかへ入るようになると、温泉地は「自然を楽しむ観光滞在拠点」の色を強めていくのです。

もともと湯治客は3週間を基本として長期で滞在しますから、温泉地もそれに対応する形に、長い時間かけて変わっていった。その結果、温泉地は日本の伝統的なリゾートとして確立したんですね。

ところがその後、特に戦後の高度経済成長期、1960年ごろから宿泊施設のビル化が象徴するように温泉地はどんどん無秩序に広がり、備えていた空間構造が壊れてしまってリゾートとしての条件を失います。それが近代における温泉地の経緯です。

自然発生的な空間デザイン

実は、東京ディズニーランドと空間構造が希薄化する前の温泉地はよく似ているんです。外部とは切り離された「別世界」で、空間構造がはっきりしていました。

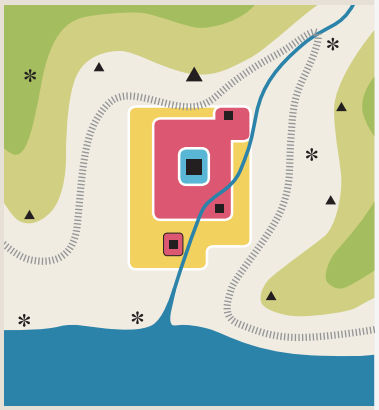
もしも砂漠に一人放り出されたら不安ですよね。それは目印がなく空間や方向が認識できないから。しかし、山に囲まれていたり川が流れていればおおよその位置がわかるので不安にはならない。空間構造がはっきりしているというのは、人がくつろぐうえで重要なんです。東京ディズニーランドでいえばシンデレラ城が真ん中にあり、周囲は盛り土と植栽で外側が見えないように設計されています。

温泉地の場合はどうでしょう。空間構造で重要なのは「中心性」と「方向性」と「領域性」です。今回取材された城崎温泉でいえば、中心性としては真ん中に川が流れています。その川の上手と下手で方向性がわかり、周囲に山が迫っているので領域性も把握できます。

さらに旅館や商店、社寺、外湯などの構成要素が絡んで構造性を強化します。これらの要素を各地の温泉地絵図で分析すると、位置関係に、ある秩序が見られます。これは自然環境に対応した多くの人びとの活動の歴史的集積で生まれたものです。

つまり、そうした構造性を感じさせる温泉地は一人の天才が設計したわけではなく、快適に長期滞在するために名もなき人たちが長い時間かけて最適化していったアノニマスデザイン（注）だったわけです。

図 温泉地における空間構成モデル



出典：下村彰男（1992）『わが国における温泉地の空間構成に関する研究』

目にしたもので誘発される

私は風景計画が専門ですが、皆さんが考えている以上に人は「視覚情報」に影響されます。例えば、目の前にある塀の高さが膝くらいなのか目の位置まであるのかで、次の行動はまったく変わる。学生たちに写真を見せながら聞くと、並木道で友だちとすれ違ったときに並木が10m間隔のケースでは立ち止まって話をしたいと思うが、7m間隔の場合は挨拶だけにする学生がほとんどでした。

このように、人の行動や感情は見えているもので誘発されます。

温泉地における整備では「景観」「空間」「風景」という3つの言葉がよく使われます。今、私が懸念しているのはまちを美しく整えようとやや人工的かつ強引な「景観」づくりに重きを置く地域があることです。しかし、温泉地を俯瞰的に捉える三次元な「空間」づくりも、地域の生活文化や歴史、生業（なりわい）などが読みとれる「風景」づくりも、景観に負けず劣らず重要です。ぜひそちらにも目を向けて、無秩序な開発で壊れてしまった日本の温泉地を復活させてほしいですね。

（2022年8月31日／リモートインタビュー）

My favorite hot spring

㊤1300年前に奈良時代の高僧・行基が発見したと伝わる山中温泉の総湯「菊の湯（男湯）」㊦山中漆器や九谷焼などの店が軒を連ねる「ゆげ街道」。下村さんは山中温泉の空間構成も気に入っている 提供：山中温泉観光協会

（注）アノニマスデザイン
アノニマスは「作者不明の」「匿名の」という意味。デザイナーが特定できない状態で世に送り出されたデザインのこと。

【見て歩いて温泉街】

〈一夜湯治〉で花開く「寄り道」だった温泉地

箱根温泉の時代に応じた施策

江戸時代後期、それまでの病気治療を目的とする長期にわたる湯治は、各地で少しずつ娯楽を含む短期の観光旅行へと変わっていく。なかでも江戸から徒歩で2日目には到着できる箱根温泉は東海道に近い湯本、塔之澤両地区を中心に人びとが立ち寄り活況を呈した。全国的にも名の通った温泉地だが、決して順風満帆だったわけではなく、昔も今も時代の流れを読んで手を打っている。

歌川広重（初代）による浮世絵『箱根七湯図会 湯もと』。早川と須雲川の合流地点に位置する江戸時代の湯本温泉場の様子が描かれている 箱根町立郷土資料館蔵

「東海道」至近の温泉場が玄関口に

休みを温泉に浸かって過ごそうという観光客で箱根湯本駅周辺はごった返していた。早川沿いの景観は毎年正月の大学生の駅伝大会でもおなじみだ。その駅から徒歩5分の箱根町立郷土資料館には、箱根温泉の歴史が凝縮して展示されている。

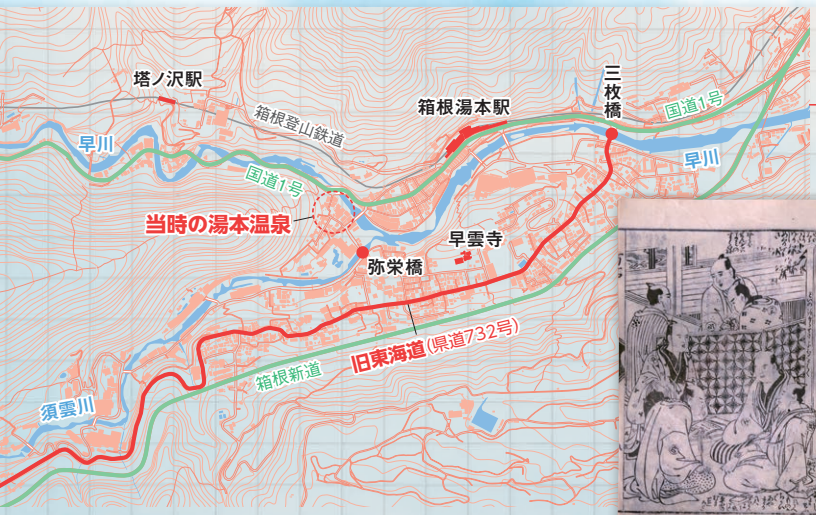
「中世の箱根は『地獄』でした。そもそも火山でできた土地ですから、大涌谷に代表されるような荒涼とした風景が広がり、山伏たちが修行の場としていたと考えられています。箱根は決して温泉を楽しみに出向くような場所ではなく、病気療養が大きな目的だったはずです」

そう語るのは館長の鈴木康弘さん。箱根温泉の歴史は古く、伝承では奈良時代に湯本が開湯し、鎌倉時代には湯治場があったことが史料から確認できるという。

今、箱根温泉は17の温泉場で構成されるが、江戸時代初期は湯本、塔之澤、堂ヶ島、宮ノ下、底倉、木賀、芦之湯の7つの温泉場があり、「箱根七湯」と呼ばれた。「地獄」だった箱根が賑わうのは、江戸時代後期以降。お伊勢参りや富士講などを理由とする庶民の旅が

人びとで賑わう箱根湯本駅前

早川沿いに広がる箱根の湯本温泉と、箱根湯本駅に入線するロマンスカー



旧東海道と当時の湯本温泉の位置関係
箱根町教育委員会『箱根探訪ハンドブック 湯本・塔之澤温泉場コース』などを参考に編集部作成

箱根七湯へ湯治に訪れた人たちの様子を記す黄表紙本『文武二道万国通』(1788年[天明8]刊) 箱根町立郷土資料館蔵

箱根七湯から十七湯への変遷
箱根町教育委員会『箱根の歴史と文化 箱根温泉の歴史』などを参考に編集部作成

盛んになってからだ。箱根には「東海道が近い」地の利があった。「特に湯本は東海道から数百mで、寄り道するにはうってつけでした。小田原から来ると早雲寺付近で曲がり須雲川を越えると温泉場です。時間がある人は湯本の上にある塔之澤、宮ノ下も回れますし、堂ヶ島、底倉、木賀、芦之湯を巡って芦ノ湖付近で東海道に戻る人も増えていきました」と鈴木さん。

ところが、湯本を玄関口として箱根の温泉場を巡る人びとが増えていくと思わぬ事態が勃発する。

争論になった「一夜湯治事件」

江戸時代、旅人は街道筋にある宿場に泊まることが定められていて、宿場と宿場の間にある「間村」への宿泊は禁じられていた。しかし、宿場ではない湯本では湯治目的なら許されるという現実もあった。そこから争論が起きた。

街道筋ではない箱根温泉に泊まる旅人が増えたため、湯本の東にある小田原宿、西にある箱根宿は宿泊客が減り困窮した。箱根宿と小田原宿は、1805年(文化2)7月、道中奉行に「湯本が『一夜湯治』と称して団体を宿泊させているので取り締まってほしい」と訴えたのだ。

鈴木さんは「湯本側は『一夜湯治』について、もともと1つの温泉場に長期滞在するのではなく、箱根の各温泉場を巡ることで湯治をかなえると説明。道中奉行に『湯本は古くから旅人を泊めている』『売り上げに応じた湯運上金も以前から納めている』と直談判して対抗しました」と言う。

結果的に道中奉行は「一夜湯治苦しからず」として、宿場以外での宿泊を公的に認めた。

「『一夜湯治事件』と呼んでいますが、前々から進んでいた旅の変化を幕府も認めざるを得なかった。この結果が今の短期滞在温泉観光化のきっかけになったのかもしれません」

箱根町立郷土資料館の館長を務める鈴木康弘さん

温泉場が一丸となって「寄り道」から「目的地」へ

江戸から向かうと箱根温泉は「箱根関所」の手前。つまり関所手形をもたずに訪ねられる。活況を呈した箱根温泉で、

難所だった箱根旧街道で江戸時代から営業を続ける「箱根甘酒茶屋」

1811年（文化8）に成立した『七湯の枝折』2巻より「湯本の全図」。早川と須雲川の合流地点に位置する江戸時代の湯本の温泉場の様子がわかる。手前の川が早川で、左奥の須雲川の橋を渡ると東海道へ至る 箱根町立郷土資料館蔵

（上）1886年（明治19）に開通した湯本から塔之澤に至る車道 嶋写真店蔵　（下）富士屋ホテル本館前に集う外国人たち 箱根町立郷土資料館蔵

1811年（文化8）に温泉場の案内書『七湯の枝折』という温泉絵巻（全10巻）が成立する。湯宿や効能のみならず、名所旧跡も網羅されているうえ、すべての温泉場の旅館がこれを備えていた。

「今でいうガイドブックです。七湯がまとまって『箱根温泉』の評判を高めていこうとの意思の発露が窺えます。さらに1843年（天保14）には、温泉宿同士で行き過ぎた客の取り合いをやめようと営業協定を結びます。これも箱根全体でまとまって発展しようという考えからでしょう」と鈴木さん。

ところが幕府が倒れ明治政府が成立すると、箱根温泉を揺るがす出来事が相次ぐ。関所制度や宿駅制度が廃止されたため街道沿いが廃れた。1889年（明治22）には東海道幹線鉄道が北西の御殿場経由で開通（現在の御殿場線）したことで、箱根温泉は通過点にすらならなくなる危険が生じた。

「そうなると温泉場の力で人びとを引っ張ってくるしかない。1875年（明治8）以降、湯本の福住正兄（まさえ）らが軸となって小田原から湯本へ新たな道路をつくり、さらに塔之澤、宮ノ下へと『温泉場』の人びとが資金を出し合いつないでいく。さらに箱根へのアクセスを向上させるため、東海道線国府津駅から小田原経由で湯本まで馬車鉄道を開通させたのです」と鈴木さんは語る。

文明開化にしたがって水力発電で旅館やホテルで電灯をともし、擬洋風（ぎようふう）建築も採用、外国人サービスも始めるなど、新しい時代に対応する事業を温泉場が中心となって進めた。かつての小さな7つの湯治場が「寄り道」から発展し、全国に知られる一大温泉観光地となったのは、それぞれの時代で思いきりのいい施策を打ったからにほかならない。

いま再び追求する「ALL箱根」

では、箱根温泉の現状はどうなのだろうか。

2年間にも及ぶ議論の末、箱根DMO（一般財団法人 箱根町観光協会）が設立したのは2018年（平成30）4月。発足当初の使命は「官民一体ALL箱根の構造で箱根町の観光経済を拡大・発展させること」。1956年（昭和31）に湯本町、温泉村、宮城野村、仙石原村、箱根町の5カ町村が合併し、新たに箱根町となったが、今あえて「官民一体ALL箱根」を掲げるということは、かつての一体感が薄れているのか。

箱根DMO専務理事の佐藤守さんは「少なくとも近年はバラバラな方向を見ていました」と分析する。箱根には10もの観光協会があるけれどうまく連動できていない——佐藤さんの目にはそう映った。

逆に「箱根ブランド」が強いがゆえの弊害もある。2019年（令和元）10月の台風19号で一部の温泉で供給がストップするとマスメディアが「箱根の温泉が止まった！」と一斉に報じた。実際には強羅（ごうら）と仙石原（せんごくはら）の一部が止まっただ

築100年を超える塔之澤温泉の旅館「福住楼」

箱根DMO（箱根町観光協会）専務理事の佐藤守さん（上）と、塔之澤温泉の旅館「福住楼」五代目の澤村吉之さん（下）

けなのに、箱根の温泉がすべてダメになったように受けとられた。

「強羅と仙石原以外は問題ないので、湯本など他の温泉場に来てもらうためにきちんと情報提供しました。互いに不利益を被らないようにしたため、それ以降はエリアとしての一体感が出てきていると思います」と佐藤さん。

関東近郊の温泉地が魅力を高めるなか、「箱根らしさ」を歴史や自然教育からつくりだそうと、箱根DMOは箱根町立郷土資料館の鈴木さんたちと東海道の跡を示す石畳を活用しようと動いてもいる。

知名度に頼らず水面下でもがく

外部から出向中の佐藤さんから見た箱根の強みとは何か。

「人がいることです。頭脳明晰な地場のホテル・旅館の経営者が多い。これは大きな強みです」

その一人が澤村吉之さんだ。塔之澤温泉で1890年（明治23）に創業した温泉旅館「福住楼（ふくずみろう）」の五代目である。福住楼は築100年を超える、風格ある木造建造物だ。

今は7～8軒の宿が営業する塔之澤温泉は、戦後の復興期、高度経済成長期でも宿の数も建物もさほど変わらなかった。澤村さんは「不便な地域なんです」と明かす。

「まず土地が狭い。上水道が開通したのもほんの5年前です。塔之澤の宿は基本的に山の湧水を引いているので、飲み水はもちろん約60度の源泉に加える水の量も限られますから、景気がいいからといって大きな建物に建て替えることはしなかったのだと思います」

「箱根ブランド」が効いて経営は順風満帆かと思いきや、「厳しいときはしょっちゅうあります」と澤村さんは苦笑する。そもそも澤村さんは、稼働率3割まで落ち込んだ福住楼の債務を整理し、建物を残してくれる人に譲るつもりで戻ってきた。しかし海外の旅行サイトと提携したところ、日本文化が感じられる建物の雰囲気とあいまって人気が集まり、コロナ禍の前は宿泊客の8割が欧米中心の外国人に。「追い詰められていたからできたことかも」と笑うが、ベジタリアンやグルテンフリーに対応した食事も用意している。「箱根ブランド」だけで人が集まる時代ではない。

「『箱根はいいよね』と同業者からもよく言われるんですが、知名度に頼って努力しなければ経営はすぐ傾きます。例えば宿泊料。若干高いですが、箱根町は神奈川県なので地域別最低賃金は東京都と1円しか変わらないため、どうしても高値になってしまうのです」

澤村さんにも箱根の一体感について尋ねると、「5カ町村それぞれの地元意識が強い」と言う。ただし、2011年（平成23）の東日本大震災、2015年（平成27）の大涌谷噴火警戒レベルの引き上げ、そして箱根登山鉄道の線路が一部流出した2019年の台風19号などを経験し、また箱根DMOの取り組みもあって、以前より一体感は増してきているそうだ。

困難が地域の結束を強めるのは、昔も今も変わらない。かつての『七湯の枝折』のように、地域全体の魅力を高めつつそれぞれの温泉場の特徴を出すことで、箱根は新たな層を呼び込めるはずだ。

（2022年8月12日、9月7日取材）

石畳が残る「箱根旧街道」。江戸時代に徳川幕府が整備した東海道にあたる

【見て歩いて温泉街】

【見て歩いて温泉街】

集中管理の「湯」が支える浴衣で楽しむ「外湯巡り」

昔ながらの温泉情緒を保つ城崎温泉

717年（養老元）に当地へやってきた僧侶、道智上人（どうちしょうにん）が難病の人々を救うため千日間の修行を行った末、720年（養老4）に温泉が湧き出した――それが城崎（きのさき）温泉開湯のいわれだ。西の名湯として有馬温泉とともに上位にランクされており、明治時代まで湯治客が多かった。山あいを流れる川沿いの小さな温泉街は、どのように魅力を維持してきたのか？［共存共栄］を旗印とする名湯の今昔を見る。

大正時代の大震災でまちをつくり直す

情緒あふれる大谿川（おおたにがわ）沿いの柳並木は、城崎（きのさき）温泉を象徴する風景だろう。JR城崎温泉駅から5分ほど歩くとこのメインストリートがあり、川の両側に古い木造建築の宿が建ち並び、さまざまな商店も軒を連ねる。川にかかるいくつもの太鼓橋では、観光客が浴衣姿で楽しそうに写真を撮り合っていた。

現在のこの街並みは、1925年（大正14）、城崎温泉に壊滅的な被害をもたらした北但大震災の復

大谿川に沿って延びる城崎温泉の中心部。浴衣を着た人の比率が非常に高い

興事業によるものだ。

「震災でまちがぺしゃんこになりましたが、当時の都市計画に基づいた区画整備を行ない、防災の観点から川幅や道路を広げました。みんなで寄付し合ってなんとか木造のまちを復活させたのが、今の城崎温泉のスタートです」

そう話すのは、城崎温泉観光協会文化部長の片岡大介さん。片岡さんは創業300年の宿「三木屋」の十代目だ。城崎温泉の名が初めて文書に登場するのは『古今和歌集』。江戸時代には、医師の香川修徳（しゅうとく）が城崎を「日本一の温泉」と評価したことで、湯治場として人気が高まり、多くの客を集めたという。

片岡さんによると、城崎の湯は皮膚病に効くとされており、町内に複数あった外湯（共同浴場）は、泉質が最もよいものが「上等湯」、そして「二番湯」「三番湯」などランクがあったそうだ。江戸時代には身分の違いで入れる風呂が分かれていた、という話もある。

集中管理方式で温泉を一括管理

城崎温泉の醍醐味は、それぞれ趣の異なる7つの外湯を巡る「七湯巡り」だ。そして今日、それを支えているのは「湯」を集中管理する独自のシステムである。

湧出量に限りがあった城崎温泉には、昔から温泉を共有財産と考える「共存共栄」の精神がある。各旅館には、内湯や売店を設けないのが暗黙のルールだった。内湯をつくれるのは財力のある宿だけ。

ロープウェイの山頂駅から城崎温泉を望む。山にはさまれた細長い地形だ。奥を流れるのは一級河川の円山川

城崎温泉に7つある外湯のうち、中心的存在の「一の湯」

城崎温泉観光協会の文化部長を務める片岡大介さん（右）。志賀直哉ゆかりの宿「三木屋」の十代目
旅館「錦水」の店主、大将伸介さん（左）。城崎町湯島財産区の議員を務めている

1 3つの泉源から集めた湯を溜める配湯タンク。180㎥と100㎥の2基がある 2 配湯タンクから湯を取り出し、配湯パイプの通っていないエリアに湯を運ぶトラック 3 城崎温泉の道路にある配湯パイプの点検口。中心街には配湯パイプが張り巡らされている 4 三木屋が宿泊客に貸与している色とりどりの浴衣。宿によって柄が異なる

そうすると格差が出てしまう。売店がないのは、観光客に街なかの商店を使ってもらいたいからだ。そのため宿泊客が宿だけに留らず、城崎温泉はいつも街なかが賑わっていた。

ところが大正時代になり湯治客が減少すると、経営にかげりが見えはじめる。他の温泉地に客を奪われないように「内湯をつくろう」という声も出た。それが当時の三木屋の当主、片岡さんの曽祖父だった。

当然まち側は反対し、1927年（昭和2）に訴訟（注1）にまで発展する。戦争をはさみ1950年（昭和25）に和解が成立。宿の収容人数に応じて浴槽の大きさに制限を設けることで、内湯の設置が認められた。しかし内湯はとても小さなものなので、「外湯中心」であることは変わらなかった。

和解成立後に新たな泉源を開発して生まれたのが城崎独自の「温泉集中管理方式」だ。湯の維持管理を城崎町湯島財産区（注2）が一括して行なうものである。

「町内にある3つの泉源から湧き出した湯を、いったんタンクに集めて温度を安定させます。そこから道路下に埋めたパイプで各旅館や7つの外湯に配湯します。使われなかった湯はまたタンクに戻るようになっています。泉質はどこも同じ。城崎は湧出量の問題もあったので、少ない資源を有効活用する目的もあったのでしょう」と、旅館「錦水（きんすい）」で20年以上店主を務める大将伸介（たいしょう）さん。城崎町湯島財産区の議員でもある。

なお、配湯パイプの通っていないエリアには、タンクローリーなど車を用いて湯を配る。2016年（平成28）、城崎に開業した「大江戸温泉物語 きのさき」もその一つだ。「当初は大手の進出に危機感もありましたが、昔からの城崎のルールを説明したところ、それを尊重してくださいました。その結果、新たな層の集客につながっています」と片岡さんは言う。

「浴衣」や「文学」で城崎らしさの創出

城崎ならではの仕掛けの一つに、「浴衣でのまち歩き」がある。宿にチェックインしたらまず好きな浴衣を選んでもらい、それに着替えて外湯を巡ることを推奨している。カラフルな浴衣姿で歩く人を多く見かけるのは、このためだ。

これは女性が安心して滞在できる温泉地を目指し、30年ほど前から全館で始めた取り組みで、これにより日本文化を体験したいインバウンドも増えた。一般的に浴衣は館内着のような位置づけで、城崎のようにかわいらしい浴衣でまち歩きができる温泉地は珍しい。外国人観光客も、ここならみんな浴衣だから堂々と歩ける。

しかも浴衣の柄で宿がわかるようになっており、仮に財布を忘れて飲みに行っても、部屋番号を申告すればツケが効くらしい。なんともアットホームだ。

2013年（平成25）には、「本と温泉」という地域密着の出版レーベルを立ち上げた。城崎温泉といえば冬場のズワイガニ料理が名物だが、カニ以外でPRできるものを、と打ち出したのが「文学」だった。城崎は作家の志賀直哉がケ

5

（注1）訴訟
「城崎温泉内湯訴訟事件」。当時、老舗旅館・西村屋の当主が町長を務めていたことから、西村屋を代表するまち対三木屋の形となり、戦前から戦後まで20年以上続く裁判に発展する。

（注2）財産区
財産区とは、市町村の一部で財産や公の施設などの管理を行なう特別地方公共団体。城崎温泉の場合、温泉の利用権はすべて「城崎町湯島財産区」にある。

ガの養生で訪れて以来、生涯にわたり足を運んだ場所だ。かの有名な『城の崎にて』は、三木屋の一室で執筆された。

「本と温泉」からは4冊が出版されている。毎回城崎温泉に縁のある作家が、城崎をテーマに書き下ろす。実際に足を運んでもらいたいので、販売は城崎温泉限定。いずれの作品も、また城崎の街を歩いてみたいと思わせる内容だ。

こうした仕掛けを中心となって考えるのは、片岡さんや大将さんなど各旅館の若手経営者で構成される「城崎温泉旅館経営研究会」（通称「二世会」）のメンバーだ。片岡さんは次のように話す。

「決して豊富ではない温泉を共有財産と考えてきた城崎では、無理に旅館を大型化しませんでした。昭和の高度経済成長期やバブルのころ、みんな本心では建て替えて規模を拡大したかったと思うのですが、共存共栄を守ったから今がある。無秩序な開発をしなかったことで希少価値の高い木造3階建ての温泉宿が多く残り、それが魅力となっています。これからも、つなぐべきものはつないで、新たな価値も打ち出していければ」

城崎の街を歩いていると、カランコロンという下駄の音が心地よく耳に響く。訪れた際は、浴衣でそぞろ歩きを楽しんでほしい。

（2022年8月29～30日取材）

7

6

5「本と温泉」が発刊した書籍。作家の万城目学や湊かなえなどが城崎温泉を舞台にした小説を執筆。凝った装釘も楽しい 6志賀直哉が『城の崎にて』を執筆した旅館「三木屋」の古写真。北但大震災以前のもの 提供:三木屋 7志賀直哉が好んで泊まった三木屋の一室

奇跡や奇譚を求める人の心と開湯伝説

column

天理大学文学部教授　齊藤 純さん

城崎温泉は道智上人が開いたと伝わっていますが、道智上人そのものは実在したのかはっきりしないそうです。城崎温泉と同じように日本各地に開湯に関する伝説・伝承があります。人物としては弘法大師（空海）や行基、北陸では親鸞といった高僧、武将では源頼朝、武蔵坊弁慶などが挙げられます。

開湯にまつわる人物に共通するのは、身分や立場が上の人で、しかもその土地の人ではないこと。どこかからやってきて、どこかへ去っていくんですね。柳田國男は「もともとは神様だったのだろう」と考えます。それが、時が経つにつれて忘れられ、ちょっとただならぬ雰囲気をもつ旅の人に置き換えられたのではないかと。

一方、「動物」に導かれて温泉を発見したという伝承も多いです。これに付随するのは、傷を負った落人が白いサルやシカに導かれたという話。誰も通らない山奥で温泉を見つけるのは普通の人ではない、戦に負けて逃げていた敗残兵だ。そう考えたのでしょう。

導いた動物の多くが「白い」のも興味深い。普通のサルやシカでいいのに、わざわざ自然界では希少なアルビノにするのは、どこかで神秘性をもたせたい、もたせなきゃいけないという気持ちが働いている気がします。

温泉に限らず湧き水や井戸もそうですが、人びとはやはり奇跡や奇譚を求めているのだと思います。特に温泉の効能については、外科治療はさほど発達していない時代に、薬ではどうしても治らず「もう温泉に行くしかない」という切実な気持ちがあった。それゆえに合理的な効果以上のものを温泉に求めたのかもしれません。

たしかに、地の底から温かい水が湧いてくる現象というのは理解しがたいものです。温泉をレクリエーションの一つと思いがちな現代の私たちとは違って、かつては「水に関係した別世界が地の底にはある」という考えを、昔の人たちはみんなもっていたのではないか。そんな風に私は考えています。

（2022年6月16日／リモートインタビュー）

Jun Saito

1958年京都府生まれ。1986年筑波大学大学院修士課程修了。兵庫県立歴史博物館学芸員などを経て2006年から現職。専門分野は博物館学、日本民俗学。

【見て歩いて温泉街】

column

温泉ならでは健康増進効果

温泉が健康に及ぼす効能について考えるには、まず、ふだんの入浴の健康効果を踏まえるとよいでしょう。今の医学では、湯船に浸かる入浴に次のような作用があることが明らかになっています。

❶温熱作用 体が温まると血管が拡張し心臓の動きが強まり、血流が増え新陳代謝が促されます。温熱は神経の過敏性を抑えるため、神経痛などの慢性的な痛みや肩こりなどをほぐす効果もあります。

❷静水圧作用 湯の水圧で全身が締めつけられ、マッサージされたような状態になり、温熱作用と同じく血流の改善効果があります。

❸浮力作用 水中では体重が10分の1程度になるので重力から解放され、関節や筋肉の緊張がゆるみリラックス状態になります。

❹清浄作用 湯にしっかり浸かると毛穴が開き汚れや皮脂が流れ出ます。シャワーより全身すみずみまでの洗浄効果が高いです。

❺蒸気作用 鼻やのどの粘膜は乾燥すると免疫力の低下を招きやすいので、浴槽に浸かり湯気で湿り気を与えることが大切です。

❻粘性・抵抗性作用 水中で体を動かしたときの負荷は陸上の約3～4倍。入浴中に体操やストレッチなどで筋肉に刺激を与えれば手軽に運動療法効果を得られます。

❼開放・密室作用 自分だけの時空を体感できる入浴で日常から解放されリラックスできます。

さらに温泉では、これらに「転地効果」が加わるのです。温泉の効果は決して湯に浸かることだけではありません。周辺の美しい自然、すがすがしい空気、湯の街の佇まい、おいしい山海の幸……。ストレスの多い日常から切り離され温泉地の環境全体に癒される。これを医学的には温泉の「総合的生体調整作用」と呼び、さまざまな健康増進効果があるとされています。

医学からみた温泉の効果

日帰りや1泊でもよい影響が

温泉に浸かると心身にどのような影響があるのだろうか。「温泉による心と体への効果」について、風呂・温泉と健康の関係を医学的に研究している早坂信哉さんに解説していただいた。

1泊でも効く「積極的ぼんやり」

環境省では2018年（平成30）から全国の温泉地の協力を得て「全国『新・湯治』効果測定調査プロジェクト」を実施しました。

湯治とは長期間滞在する温泉療養のことですが、多忙な現代人に現実的ではありません。そこで、今のライフスタイルに合った温泉地での過ごし方を環境省は「新・湯治」として提案しています。

3年分、アンケート件数1万1830件の調査結果によると、おおむね温泉地滞在後は、心身によい変化が見られました。とりわけ注目したいのは次の2点です。

第1に、温泉でただ湯に浸かるだけでなく、ゴルフや登山などの運動、周辺の観光や食べ歩き、マッサージやエステなどのアクティビティをした人ほど、よりよい心身の変化を自覚したこと。

第2に、長期間の温泉地滞在ではなくても、日帰りや1泊2日でも心身へのよい影響が見られ、年間を通して高頻度で温泉を訪れる人ほど、その傾向が強いこと。

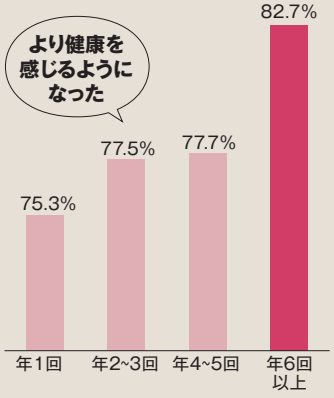
これらの調査結果から、転地効果による総合的生体調整作用が働いていることがわかり、必ずしも昔ながらの長期間の湯治でなくても、温泉地滞在は心身へよい影響を及ぼすことが示唆されます。

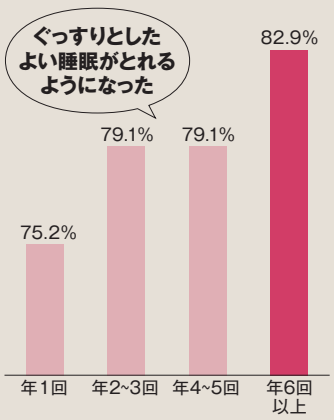
ちなみに、これは温泉そのものの効果にかかわる研究ですが、静岡県熱海市で、介護保険のデータに紐づけて3年ほど遡った私たちの調査では「自宅に温泉を引いている人ほど介護状態が悪くなりにくい」という結果を得たことがあります。

温泉地滞在の効果を最大に高める方法は「積極的ぼんやり」です。意識的にぼんやりして余計な外部刺激を脳に与えない。温泉地に来たときぐらい、スマートフォンなどに触れず、急き立てられるような情報過多のふだんの生活から自由になることをお勧めします。

（2022年8月26日／リモートインタビュー）

図 1年間の温泉地訪問回数と滞在前後の心身の主観的変化の関連
（有意差のあったものを抜粋）





出典：全国「新・湯治」効果測定調査プロジェクト3カ年調査結果概要報告（環境省）

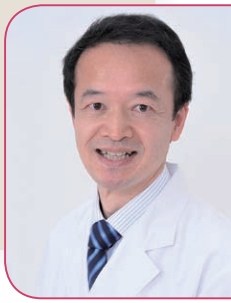
My favorite hot spring

湯けむりたなびく大分県の鉄輪温泉。早坂さんは何度も足を運んでいる
提供：別府市

インタビュー
早坂信哉さん
東京都市大学 人間科学部
学部長・教授／医師

Shinya Hayasaka

1968年生まれ。宮城県出身。自治医科大学医学部卒業、自治医科大学大学院医学研究科修了後、浜松医科大学准教授、大東文化大学教授などを経て現職。風呂・温泉と健康の関係を医学的に研究。一般財団法人日本健康開発財団温泉医科学研究所所長。博士（医学）。温泉療法専門医。著書に『最高の入浴法』などがある。



温泉との新たな付き合い方

ソロ温泉&温泉ワーケーションのススメ

湯治から観光へ―― 温泉の楽しみ方は時代とともに変わっているが、今さらに新しい楽しみ方を提唱している人がいる。温泉ライターの高橋一喜さんに「ソロ温泉」と「温泉ワーケーション」についてお聞きした。

インタビュー
高橋一喜さん
温泉ライター

Kazuki Takahashi
1976年千葉県生まれ。上智大学卒業後、ビジネス系出版社に入社し、雑誌や書籍の編集に携わる。南紀白浜温泉「崎の湯」からの絶景に感動し、温泉巡りを始める。温泉好きが高じて会社を辞め、「日本一周3000湯の旅」へ出発。386日かけて3016湯を踏破。2021年1月、東京から札幌へ移住。著書に『ソロ温泉―空白の時間を愉しむ―』『日本一周3016湯』などがある。

column

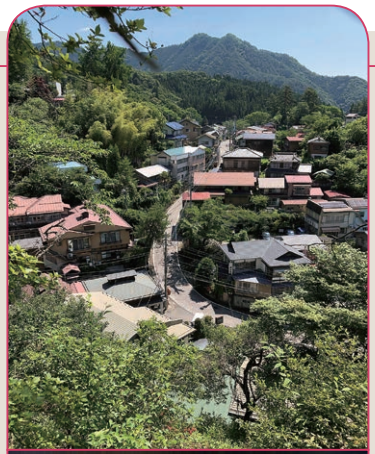
「ソロ温泉」が必要な現代人

温泉は誰かと行くものと思い込んでいませんか。私がぜひお勧めしたいのが「ソロ温泉」です。「ソロ温泉」とは文字通り、一人で行く温泉旅行。その目的は「何もしない空白の時間」をつくることです。

忙しい現代人は日々仕事に追われ、ストレスにさらされて、心身を休める機会がありません。たまの休みもついゲームをしたりスマホをいじったりして、常に頭は働いている状態です。そこで、半ば強制的に日常のスイッチをオフにする「ソロ温泉」が有効なのです。一人で温泉に行くと、湯浴み以外何もすることがないので、ゆっくり自分と向き合い、心と体を休めて鋭気を養うことができます。

私は昔、出版社で編集者として働いていました。仕事は嫌ではなかったけれど、とにかく多忙で寝る時間もなかった。ある時いよいよ疲れ果てて、初めて1週間有休を取って群馬県の沢渡(さわたり)温泉に行きました。共同浴場が一つと宿が10軒くらいある鄙(ひな)びた温泉地です。まだスマホはない時代で、ひたすら本を読み、温泉に入って、仕事のこと、将来のこと、いろいろなことを考えました。そうしてこの時、フリーランスになることを決意したのです。自分のことだけを考える時間がたっぷりあったからこそ、そんな決断ができたのだと思います。

以来、私は時間をつくっては、「ソロ温泉」に出かけています。



㊤高橋さんがフリーランスになる決意をした沢渡温泉。山間の静かな環境は「ソロ温泉」に向いている ㊦約800年前から湯治場だった沢渡温泉の共同浴場。皮膚にやさしい「美肌の湯」とも称えられる 提供：沢渡温泉組合

温泉と自身に向き合う時間

「ソロ温泉」に向いているのは、沢渡温泉のような小さな温泉地です。初心者の方には、もう少し温泉街として整備されている長野県の渋温泉や野沢温泉などもお勧めです。ただし、人出の多い大きな温泉街は、一人だと気後れするので避けた方が無難です。仕事は決して持ち込まず、スマホの使用も最低限にとどめましょう。電波の届かない宿を選ぶのも一つの方法です。

参考までに、私の「ソロ温泉」の過ごし方をご紹介します。

当日は早めに現地に行って、チェックインと同時に宿に入り、まずは誰もいない温泉を楽しみます。それから本を読んだり昼寝をしたりして、夕飯前に再び湯へ。食後はだらだらして、もうひと風呂浴びて早めに寝ます。テレビもスマホも一切見ません。翌朝は早起きして朝風呂へ。朝食後はチェックアウトぎりぎりまで部屋でくつろぎ、できればもう一度温泉に入ります。周辺の観光もせず、ただただ温泉と一人の時間に集中する、これぞ贅沢な楽しみです。

温泉地で仕事をする

一方、温泉地に滞在しながら仕事をする新しい働き方の提案が、「温泉ワーケーション」です。

「温泉ワーケーション」は連泊が基本。最低でも3泊、できれば1週間ほど温泉地に滞在することで、腰を据えて仕事に臨むことができ、温泉の効果もしっかり享受できます。

「温泉+仕事」には、たくさんのメリットがあります。朝、温泉に入ればシャキッと目が覚めた状態で仕事を始められ、行き詰まったときには温泉がいい気分転換になる。仕事終わりの温泉は一日の疲れを癒やす格別な時間です。クリエイティブな仕事なら、温泉のリラックス効果でいいアイディアが浮かぶかもしれません。

長逗留が前提の、昔ながらの湯治場なら1泊3000円もしない宿があります。1週間滞在しても2万円程度です。温泉地は土日がピークで平日はがらがらなので、平日に仕事を兼ねて訪れる人が増えれば、温泉地も活性化して一挙両得です。

家族や友人、恋人とにぎやかに観光したり宿の食事を楽しんだりする、レジャーとしての温泉ももちろん魅力的です。でも、じっくりと温泉と向き合う時間を大切にする「ソロ温泉」や「温泉ワーケーション」のような新しい温泉との付き合い方がもっと注目されてもいいのではないでしょうか。

（2022年8月10日／リモートインタビュー）

【過去に縛られない未来】

〈第三世代〉が重ねる試行錯誤

「地域の力」で知名度上げた黒川温泉

かつて「半農半営」の湯治場だった熊本県の黒川温泉。交通の便が悪く、同じ阿蘇地域にある杖立温泉や内牧温泉と比べても無名だった。ところが一人のカリスマに影響を受け、景観などを含めて「黒川らしさ」を演出すると、全国屈指の人気温泉地となる。そこに至る創意工夫、そしてそれを土台としながらも現状に甘んじることなく新たな魅力を積み重ねようとする若い世代に焦点を当てる。

一つの旅館のような山間の温泉地

熊本空港から車で1時間強、阿蘇・外輪山の北方に位置する黒川温泉を訪れた。泉源が豊富で、一つの温泉地に7種の異なる泉質が存在する全国でも珍しいスポットだ。

せっかくなので、黒川温泉名物の湯めぐりを体験することにした。旅館組合・風の舎で「入湯手形」

黒川温泉の名を広めた「山の宿 新明館」の後藤哲也さんが設計した風呂。日本の温泉は10種の泉質が定められているが、黒川温泉には「単純温泉」「塩化物泉」「炭酸水素塩泉」「硫酸塩泉」「含鉄泉」「酸性泉」「硫黄泉」の7種がある

を買うと、26軒ある旅館のなかから好みの露天風呂を3カ所選んで入浴できる。温泉の効能を見比べて、どの露天風呂にしようかと迷うのが楽しい。旅館に入って入湯手形を見せると、宿泊客でなくてもとても温かく迎えてくれる。

黒川温泉の中心部は、30分もあれば歩いて回れるコンパクトな大きさ。素朴な田舎の風景以外、特別に目を引くものはないが、温泉のはしごをして小路を行ったり来たりするうちに、懐かしい故郷にいるような愛着を感じはじめる。次にまた来たら、「お帰りなさい」と言ってもらえそうなこの雰囲気こそ、黒川温泉の魅力なのかもしれない。

江戸時代から湯治場として知られていた集落に、組合組織として黒川温泉観光旅館協同組合が設立されたのは1961年（昭和36）だった。しかし、黒川温泉が全国区で有名になったのはここ数十年のことで、それ以前は訪れる観光客も少なく、地図に名前すら載っていないような山奥のさびれた温泉地だった。

そんな黒川温泉が変わるきっかけとなったのが、後に観光のカリスマとして名を遺す「山の宿 新明館」の後藤哲也さんだ。若いころから独学で観光を学び、「来る人を驚かせる温泉をつくりたい」と自らノミをふるって敷地内の岩山を削り、10年かけて洞窟風呂を完成させた。また、田舎らしい風景にこだわり、宿の周りにわざわざ山の雑木を移植する。周囲の目は冷ややかだったが、この洞窟風呂が口コミで話題となり、新明館は1970年代、閑古鳥の鳴く黒川温泉で唯一、客足の途絶えない宿となった。

1980年代になると、第二世代と呼ばれる青年部の若者たちが、後藤さんのアドバイスのもと、黒川温泉の変革に乗り出す。それぞれの宿が趣向を凝らした露天風呂を新設し、「露天風呂の黒川温泉」を打ち出したが、敷地の制約でどうしても露天風呂がつくれない旅館が2軒あった。そこで、この2軒の宿泊客も露天風呂を楽しめるように「入湯手形」を発案。それが「黒川温泉一旅館」という地域理念につながっていった。

第二世代がつくった素朴な景観

浴衣を着たカップルや親子づれが、田の原川に架かる丸鈴橋の上で足を止め、景色を楽しんでいる。黒川温泉の街並みは、どこを歩いても緑が多く、まるで山の風景を切り取った絵のようだ。実はこれ

1中部地方から黒川温泉を初めて訪れた女性たち。田の原川に架かる丸鈴橋でどこの露天風呂を巡るかを相談していた 2東京に住む両親（後列）を黒川温泉に招待したという福岡暮らしの夫婦 3後藤哲也さんがノミをふるい、10年かけて完成させた「山の宿 新明館」の洞窟風呂 4黒川温泉の「入湯手形」（1300円）。26軒ある旅館のなかから3カ所の露天風呂に入れる 5人が行き交う丸鈴橋。周囲の木々は山の雑木を移植したもの。言われなければわからないほど風景によくなじんでいる

ヒューマンスケールな路地巡りも黒川温泉の楽しみの一つ

らの木々はすべて地域の人の手で植栽されたものだと聞いて驚いた。「今の黒川温泉の世界観は、第二世代の先輩方が苦労してつくり出したものです」と、黒川温泉観光旅館協同組合事務局長の北山元（はじめ）さん。

1986年（昭和61）、第二世代が中心となって旅館組合の組織を再編し、黒川温泉の景観づくりを本格的に開始。上の世代の猛反発を受けながらも、乱立していた派手な看板を撤去して、統一デザインの共同看板を導入。近隣の裏山にある雑木を、あえて不揃いなまま植栽し、あたかもそこに昔から自然に生えていたような木立を形成した。こうして一つひとつ手をかけ、素朴ながら美しい、黒川温泉ならではの景観をつくり上げていったのだ。

秘湯ブームもあり、入湯手形がメディアでもたびたび取り上げられると、「露天風呂の黒川温泉」の名は全国に知れ渡り、多くの観光客が訪れるようになった。ピークの2003年（平成15）には宿泊者数40万人、推定入込客数120万人を記録。入湯手形の販売数も最大で約22万枚となった。

「黒川の旅館組合は、入湯手形の事業収益を柱に運営されています。国や自治体の補助金に頼らず、経済的に自立しているからこそ、主体的に自由な活動ができるのが強みです」と北山さんは言う。

第三世代を突き動かす将来への不安

今、黒川温泉を担っているのは、30代から40代の第三世代。その中心人物の一人である老舗旅館「御（お）客屋（きゃくや）」代表取締役の北里有紀（きたざとゆうき）さんは1998年（平成10）、21歳の時に黒川へ戻り家業に入った。同時期に同級生たちが続々と地元に戻ってきて、皆で集まることが増え、青年部の地域活動が活発になっていく。

若い力に期待した第二世代は、早い段階で旅館組合の役職を第三世代の若者たちへ譲り渡す。北里さんは2011年（平成23）に初めて組合の理事の職につき、2015年（平成27）に理事長に選任される。

「このころ、黒川は賑わっているようでしたが、実際には客足にかげりが見えはじめていました。若い仲間たちの『何かやってやろう』という勢いの裏には、黒川温泉はこのままで生き残れるのかと

第三世代の中心人物の一人である旅館「御客屋」代表取締役の北里有紀さん

黒川温泉観光旅館協同組合の事務局長を務める北山元さん

黒川温泉に変革をもたらした後藤哲也さんの人柄について教えてくれた「山の宿新明館」支配人の川上謙一さん

第二世代が導入した共同看板。風景に溶け込むようにデザインを統一した

軒先に干してあるトウモロコシ。昔ながらの風景を再現

いう、将来への漠然とした不安がありました」と北里さんは当時の心境を明かす。

特にその危機感を強くしたのが、2016年（平成28）の熊本地震だった。旅館の被害は小さかったものの、道路の寸断や風評被害などもあり、観光客が一時期途絶えてしまった。旅館経営にとっても痛手だったが、組合の理事長だった北里さんは、地域の業者への支払いが激減していることに衝撃を受けた。

「観光業には衣食住のすべてが含まれていて、その先にはさまざまな取引先があります。もし旅館がなくなったら、5年後、10年後にこの地域の人びとの暮らしはどうなるのか。自分たちは地域経済を支えているのだと、責任を痛感しました」

黒川らしさとは変わりつづけること

黒川温泉を次の世代へ引き継いでいくためには、世の中の変化に合わせ、旅館のあり方もまた変えていかなければならない。黒川温泉だからこそ打ち出せる価値とは何か考え、導き出した一つの答えが「食」を軸とした地域の循環システムだ。

「地域の環境や経済のサステナビリティと、食を通じた一人ひとりの健康や幸福。この両者を横断して満足させることができるような循環のしくみを、黒川温泉から発信していきたい」と言う北里さん。

黒川温泉は2030年ビジョンとして、「日本の里山の豊かさが循環する温泉地」を目指すことを宣言した。具体的な取り組みとして、旅館で出る食品残さ（生ごみ）からつくった堆肥で野菜を育て、旅館の料理として提供する「黒川温泉一帯地域コンポストプロジェクト」や、地元産のあか牛を地元で消費することで阿蘇の草原を保全し、地域の畜産と農業の循環を守る「あか牛つぐもプロジェクト」など新しい試みも動きはじめている。

もう一つ、力を入れているのが人材育成だ。黒川温泉の旅館従業員は、20代、30代の若者が多い。

「旅館業は、キャリアパスが描きにくく、残念ながら離職率が高い業種です。とにかく宿にとって一番大切なのは人材です。『地域が人をつくり、人が宿をつくる』という信条のもと、私たちは各旅館任せにするのではなく、地域としてキャリアサポートをしています」と北里さん。

次世代リーダーを育成する「黒川塾」は、各旅館従業員の若手リーダー候補を対象に、地域のことを深く学びながら、仕事のなかで自らありたい姿を見いだすための研修プログラム。今年3年目に入っている。

もちろんうまくいくことばかりではない。例えば、外部の人との関係を拡大したいと考え、地域づくりへの貢献に応じて特典を付与する「第二村民構想」を打ち立てたが、人の思いをルール化するのは難しく、この制度は休止した。

「ほかにも、消えていったプロジェクトはいくつもあります。でも頭で考えてできない理由を並べるより、とにかくやってみて、そこから柔軟に次の方向を見極めるのが、黒川らしいやり方だと思っています」

この北里さんの言葉のように、若い世代が変化を恐れずに挑戦しつづける黒川温泉。観光カリスマ・後藤哲也さんの精神を受け継いだその姿勢に、これからの温泉地の可能性を見た気がした。

（2022年9月4～5日取材）

9

8

7

6「山の宿 新明館」で露天風呂を楽しみ、自分たちが泊まる宿に戻る家族 7森のなかにうずもれているような黒川温泉の風景 8 9第三世代が旅館従業員の次世代リーダーを育てるために開講した「黒川塾」
8 9提供:黒川温泉観光旅館協同組合

【過去に縛られない未来】

日本の温泉文化は発展途上

―私たちの欲求が温泉を変える

編集部

知っているようで実は知らない

温泉の成分が付着して石化している湯口からとぽとぽと湯が流れ込む。それを横目にわが身を湯船に浸すと、じわっと体に温泉が染み入る――。何とも言えないひと時である。

日本人は温泉が大好きだといわれる。今回の特集では、温泉が人を癒し、惹きつける根源的な力について、温泉に一家言（いっかげん）もつさまざまな分野の方々にお話を聞き、またいくつかの温泉場を巡って考えた。

「ゆったり浸かって『湯治』」では温泉がもつ効能を、「見て歩いて温泉街」では時代の流れと変遷を、「過去に縛られない未来」では有名な温泉地で若い世代が新しい価値をどうつくろうとしているのかに着目した。

その過程で感じたのは、私たちは温泉について実はあまりよく知らないということ。25度以上ならば温泉、25度未満なら冷鉱泉と呼ぶこともそうだし、温泉の成分は未来永劫同じではなく、今は「塩化物泉」だったとしても塩化物イオンの濃度が薄まれば「単純温泉」に切り替わることもある。温泉には水道水と同じように消毒のために塩素や銀イオンを加えているし、湯の花が発生しにくくなる薬剤を入れるケースもある。

温泉地についても同じである。温泉地の在り様は時代とともに大きく変わっているけれど、それはそのときどきの私たち人間の欲求が色濃く反映された結果なのだ。

その一方で、温泉という存在がもつ神秘性や人びとを惹きつける強い磁力は昔から変わらないし、そこには水も深くかかわっていることを改めて知った。

大衆の欲求を受けとめ変わりつづける温泉地

過去に遡ると、温泉地は人びとが病や傷を癒やす湯治場だった。その後の街道整備、鉄道敷設、自家用車の普及で、温泉地は徐々にレジャー的要素を帯びていく。人が押し寄せるので旅館を大型化し、サービスも新たに考えた。すべては、あれがやりたい、これもしたいという人びとの欲望をかなえるためだった。

バブル経済のころ、温泉地では会合と称する宴会が毎晩盛大に開かれた。温泉はもはやそっちのけで、飲めや歌えの大宴会場と化していた。今では考えにくいこの状況は、わずか30年ほど前のこと。団体旅行から個人旅行へと人びとのニーズが変わり、すたれた温泉地はあるけれど、ちゃんと対応した温泉地もある。

時代によって変化を求められても、過去に縛られて新たに挑めないものが多いこの社会で、温泉地はそのつど挑んでかたちを変え、残ってきた。温泉にはそれだけの力があり、また日本人の温泉に対する深い愛情があったからなのかもしれない。

温泉地を成り立たせる「温泉」と「水」

地中から温かい水＝温泉が湧き出る。これは人間が窺い知ることがで

日本の温泉 略年表

出典：熊野本宮観光協会HP、渋川伊香保温泉観光協会HP、〈カラーシリーズ・日本の自然〉第5巻『日本の火山』、『温泉―自然と文化』（日本温泉協会）、有馬温泉観光協会HP、国立国会図書館HP、城崎温泉観光協会HP、『箱根の歴史と文化 箱根温泉の歴史』（箱根町）、姥子温泉史（現地看板）、中村昭『日本温泉史ノート（その2、その4、その6）』、『歴史と地理（524号、527号）』、草津温泉ポータルサイトHP、道後温泉事務所HP、酸ヶ湯温泉HP、箱根町立郷土資料館、登別温泉HP、黒川温泉観光旅館協同組合HP、佐々木信行『温泉の科学』、『明治・大正家庭史年表』、『昭和・平成家庭史年表（増補版）』

	西暦	和暦	出来事
古墳時代	4世紀頃		熊野の国造、大阿刀足尼が湯の峰温泉を発見
	600以前		二ツ岳の爆裂とともに、伊香保温泉湧出
	538	宣化天皇3	百済の聖明王から日本に初めて仏教が伝えられる（仏教公伝）。552年の説もある
	596	推古天皇4	聖徳太子、「伊豫温湯（いよのゆ）」（道後温泉）へ行幸
	631	舒明天皇3	舒明天皇が有馬温泉に86日間滞在。638年に再訪した記録も
	647	大化3	孝徳天皇、左大臣と右大臣などを引き連れ有馬温泉に82日間滞在
	658	斉明天皇4	斉明天皇や中大兄皇子が「紀温湯（きのゆ）」（白浜温泉）へ温泉行幸。その間に有間皇子が謀反企てるも処刑される
飛鳥時代	720	養老4	道智上人が城崎温泉「まんだら湯」発見
	724	神亀元	高僧・行基が有馬温泉を再興
	733	天平5	現存する風土記で唯一の完本『出雲国風土記』成立。玉造温泉は病気を治癒する「神湯」という記述あり
	738	天平10	白山の僧泰澄が箱根湯本に白山権現を勧請し、温泉が湧き出す
	757	天平宝字元	万葉上人が箱根に入山。山岳信仰の霊場となる
奈良時代	8世紀頃		このころ『万葉集』成立。温泉地にまつわる歌が収録される
	1000頃		清少納言が『枕草子』で3つの温泉を称賛
平安時代	1042	長久3	関白藤原頼通が有馬温泉で湯治
	1097	永長2	有馬温泉が大洪水により壊滅状態に
	1109	天仁元	藤原宗忠の一行が湯の峰温泉を訪ねる
	1128	大治3	白河法皇、有馬温泉へ行幸
	1176	安元2	後白河法皇と建春門院、有馬温泉へ行幸
	1191	建久2	仁西上人が大洪水で壊滅状態だった有馬温泉を再興
	1193	建久4	源頼朝が狩りの途中に草津温泉を訪ねる
鎌倉時代	1280	弘安3	歌人・飛鳥井雅有が自著『春の深山路』で箱根温泉について記述
室町時代	1472	文明4	蓮如上人が草津温泉を訪ねる
	1561	永禄4	武田信玄、川浦温泉の造成進める
	1576	天正4	武田勝頼が真田昌幸に将兵の療養所の造成を命じる（伊香保温泉）
	1590	天正18	豊臣秀吉が有馬温泉で湯治。茶会を催す
安土桃山時代	1597	慶長2	秀吉、前年の慶長伏見地震で被害を受けた有馬温泉の改修工事開始
	1604	慶長9	徳川家康が熱海で湯治
江戸時代	1636	寛永13	松山藩主・松平定行が道後温泉の施設改修に着手
	1684	貞享元	手負いのシカを追って山に入った狩人が「鹿の湯（酸ヶ湯温泉）」を発見
	1685	貞享2	有馬温泉の歴史をつづった文献『有馬山温泉小鑑』刊行
	1695	元禄8	熱海の遊覧と湯治の手引き「豆州熱海湯治道知辺」出版
	1702	元禄15	松尾芭蕉の『奥の細道』刊行。石川県の山中温泉や山形県の湯殿山などで温泉にまつわる句を詠む

きない地球活動によるものであり、だからこそ弘法大師や行基など高僧による開湯伝説という物語が各地に生まれた。燃料が薪や炭しかなく湯を沸かすのが大変だった時代、勝手に湧き出る温泉は貴重だったから地域の財産として大切にされた。

日本は温泉資源に恵まれている。深く掘れば出る、のだ。

1988年（昭和63）から1989年（平成元）にかけて全国3000超の市町村に一律1億円が交付された。これは当時の竹下登内閣による地方創生政策「ふるさと創生事業」で、使い道は自由だったため、温泉掘削に取り組む自治体も多かった。1993年（平成5）に明らかになったのは、1億円を用いて温泉を掘った自治体は252市町村あり、掘削中を除く215市町村が温泉を掘り当てたという事実だ。

ところが、その後のメンテナンス費用が重くのしかかる。平成の大合併後に事業が見直され、閉鎖されたところも多い。特に日帰り入浴のみの温泉にその傾向が強い。付け焼刃では続けられなかったのだろう。

その点、昔からの温泉地は「融通」し合うのでやはり強い。城崎温泉は湧出量に恵まれていないがゆえに、3つの源泉を1カ所に集めて配湯する集中管理方式で運営している。箱根町の塔之澤温泉も旅館同士で融通し合って営業していると聞いた。

一方、温泉地は温泉だけでも成り立たない。「水」が大事なのだ。塔之澤温泉「福住楼」五代目の澤村吉之さんが話してくれたように、温泉宿では熱い源泉を適温にするために加える水、そして宿泊客が飲んだり洗面に使う水、さらに調理用の水も必要だ。また、温泉水を調査・研究している人のなかには、温泉の成分もさることながら、温泉に加える水が重要だと主張する人もいる。

温泉と水。この二つがあるからこそ温泉地が成り立っており、しかも温泉の質に水が大きな影響を及ぼす可能性があるという視点は、今回の取材で学んだことの一つだ。

温泉地を支える さまざまな商い

「湯治場」。この言葉は昭和を生きた人間にとって甘美に響く。古き良き日本をイメージさせるからだ。

ここに2枚の古写真がある。いずれも大正時代から昭和初期のものだ。新潟県の栃尾又温泉で、江戸時代からの湯治文化を継承する自在館からお借りした。

1枚目は中央に三味線を弾きながら唄をうたっている女性がいて、周りの人はそれを見つめている。三味線を弾いているのは「瞽女」だそうだ。瞽女とは江戸時代から昭和初期ごろまで三味線を手に、語りものやはやり唄をうたって旅をして歩いた目の不自由な女性たちのこと。新潟県は瞽女の一大拠点だった。

もう1枚は、地べたに並んだ野菜を湯治客が品定めしている様子を写したもの。かつて湯治客は米やみそ、漬物などを持ち込んで、野菜などは

1新潟県の栃尾又温泉で湯治客に芸を披露する盲目の女性、瞽女（ごぜ）2農業を営む地元の人たちが持ち込んだ野菜を買い求める栃尾又温泉の湯治客。いずれも大正時代から昭和初期の写真
提供：栃尾又温泉 自在館

江戸時代	1713	正徳3	貝原益軒による大衆衛生書『養生訓』成立
	1726	享保11	8代将軍吉宗、熱海から湯樽を運ばせる
	1738	元文3	香川修徳が日本初の温泉医学書『一本堂薬選 続編』を著し、温泉や食養を論じる
	1805	文化2	箱根・小田原両宿場が湯本温泉の宿泊取り締まりを道中奉行に訴えるが、湯本側は「一夜湯治」を主張。事実上公認される
	1809	文化6	柘植叔順が『温泉論』を著し、香川修徳の温泉評価を覆そうとする
	1811	文化8	箱根七湯が湯治場であることを再認識させる『七湯の枝記』成立
	1812頃		温泉番付の一つ「諸国温泉功能鑑」出版。西の大関が有馬温泉、東の大関が草津温泉
	1827	文政10	水戸藩士・小宮山楓軒が川渡温泉、鳴子温泉で湯治を試み「浴陸奥温泉記」を記す
	1837	天保8	宇田川榕菴が日本初の化学書『舎密開宗（せいみかいそう）』の訳述を開始。独自に温泉（鉱泉）の化学分析も行なう
	1845	弘化2	松浦武四郎、登別温泉に立ち寄る
明治時代	1873	明治6	文部省が各地の温泉の効能などを調査
	1880	明治13	ドイツ人医師ベルツが『日本鉱泉論』を著す。西洋医学の見地から鉱泉の効能を解説し、伊香保や熱海など温泉場の整備を提案
	1885	明治18	地図の温泉マークが定められる。当時は湯けむり3本が温泉、湯けむり2本は冷泉と区別された
	1886	明治19	内務省衛生局が『日本鉱泉誌』発行
	1893	明治26	正岡子規が東北（飯坂温泉や作並温泉、湯田温泉峡など）を歩き、のちに『はて知らずの記』として発表
	1895	明治28	城崎町誕生。湯島財産区を設置
	1897	明治30	尾崎紅葉が『金色夜叉』の連載を開始
	1898	明治31	徳冨蘆花が伊香保温泉へ。伊香保を舞台とする『不如帰』を発表
	1905	明治38	カルルス温泉が旭川陸軍予備病院の療養所となる
	1906	明治39	夏目漱石が『坊っちゃん』を発表。作中の温泉は道後温泉とされる
大正時代	1917	大正6	志賀直哉『城の崎にて』を発表
	1922	大正11	若山牧水が長野、群馬、栃木を回り、のちに『みなかみ紀行』として発刊
	1923	大正12	関東大震災発生。多くの温泉地が被害を受ける
	1925	大正14	北但大震災（北但馬地震）で城崎温泉が壊滅的な被害を受ける
昭和時代	1929	昭和4	日本温泉協会設立
	1931	昭和6	国立公園法が施行
			九州大学温泉治療学研究所（現・九州大学病院別府病院）開設
	1934	昭和9	日本温泉気候学会（現・一般社団法人日本温泉気候物理医学会）発足
	1939	昭和14	日本温泉科学学会（現・一般社団法人日本温泉科学会）発足
	戦時中		全国各地の温泉地が疎開先となる
	1948	昭和23	「温泉法」が制定
	1954	昭和29	「国民保養温泉地」第一号として酸ヶ湯（青森）、日光湯元（栃木）、四万（群馬）が指定される
	1961	昭和36	6軒の旅館によって黒川温泉観光旅館協同組合が設立。「露天風呂を集めた温泉街」の取り組み始まる
	1970	昭和45	国鉄が観光キャンペーン「ディスカバージャパン」をスタート。爆発的な人気となり、若い女性をはじめ個人旅行が広がりはじめる
	1971	昭和46	温泉行政が厚生省から環境庁（現・環境省）に移管される
	1975	昭和50	日本秘湯を守る会が発足。1977年に『日本の秘湯』を創刊
	1976	昭和51	日本温泉気候物理医学会が「温泉療法医」を初認定
平成時代	2005	平成17	温泉偽装問題を受けて、温泉法が一部改正。加水、加温、循環装置の使用の有無、入浴剤添加や消毒処理についての表示が義務化
	2006	平成18	12月に観光立国推進基本法が成立。翌年1月施行
	2017	平成29	環境省が有識者会議により現代のライフスタイルに合った温泉地の過ごし方「新・湯治—ONSEN stay」を提案
	2020	令和2	新型コロナウイルス感染症（COVID-19）が世界的に流行。移動の制限や旅行控えの動きが生じ、日本人一人当たりの国内宿泊旅行の回数は0・7回に（2019年は1・4回）。温泉地も厳しい状況に

露店で買い込んで自炊した。地元の農家にとっては、数少ない現金収入の手段だったに違いない。

このように、温泉場には昔からその地域を支える小さな経済が回っていた。箱根の塔之澤温泉では別の商売で成功した人が温泉宿を始めるケースがあった。黒川温泉の御客屋（おきゃくや）七代目の北里有紀さんは、コロナ禍で客足が途絶えたとき、宿に出入りする地域の業者への支払う金額が一桁減っているのを見て「自分たちは地域経済を支えていたのだ」と責任の重さに愕然としたと話していた。

城崎温泉で旅館の浴衣を着て共同湯（外湯）に浸かり、ほてった体を冷ましながら商店街をぶらぶら歩き、昼はソフトクリームを、夜は地ビールを買い求め、大谿川（おおたにがわ）のほとりのベンチで味わったのは至福の時間だった。それも温泉宿が自分たちだけで客を囲い込まないように内湯を小さく小さくつくり、できるだけ外湯を使うようにそっと促しているからだ。

自分だけ栄えても仕方がない。その精神は、生き馬の目を抜くような今の社会のなかでとても大きな意味をもつのではないか。

温泉がもつ類まれなる力

さてこれからである。湯治場が短期の観光温泉地となり、旅館が大型化して内湯が増え、人びとが外に繰り出さなくなり、周辺の飲食店が地盤沈下した結果、温泉街としての魅力が損なわれる……。その悪循環がようやく断ち切れそうな気配がする。

温泉地が大衆の欲求によって形を変えてくれるのならば、私たちがこれから温泉と温泉地をどう考え、何を望むかが重要になるだろう。

近年、温泉に関しては「源泉かけ流し」がキーワードとなっている。ついつい「ここの温泉、源泉かけ流しなんだって！」と喜んでしまうが、温泉を地域の資源と考えた場合、果たしてそれはよいことなのだろうかと考え込んでしまう。

地球上のあらゆる資源は有限であることを突きつけられている現代、温泉もまた有限であることを忘れてはいけないと思う。実際に泉質が変わってしまって「温泉」の看板を下ろさなければいけなくなった温泉宿もあるし、ある日突然温泉が枯れたケースもあるのだから、過度に使わないように、やたらと掘らないようにしないといけないだろう。

古くから保養や療養に用いられてきた温泉の価値は、現代でも変わらない。温泉のもつ成分や入浴による温熱作用、周辺の自然や環境などが総合的にはたらき、療養効果があることは単なる迷信ではなく、公にも認められていることだ。

人びとを惹きつける力をもった温泉は、地球がもたらす奇跡ともいえる存在なのである。

この国の温泉文化はまだ発展途上

そんな堅苦しいことを抜きにしても、温泉は楽しい。都市近郊に増えている温泉センターも捨てがたい。近所に手足を伸ばしてのびのび入れる温泉があるのは幸せだ。しかし、温泉には転地療養という効果もあるようだから、できれば遠出してみよう。酸ヶ湯温泉のように周辺の山を登ってもいいし、渓流釣りなど趣味を楽しんでもいい。そしてその土地の温泉に浸かる。その間、スマートフォンやパソコンをできるだけ触らないようにすれば、まさに極上のデジタルデトックスだ。

人の少ない温泉地に一人で行く「ソロ温泉」も興味深い。温泉にそっと浸かって自分と向き合うのは、ストレスフルな現代における湯治といえる。人と話したくなったら、湯船で一緒になった人に声をかければいい。地元の人であれば「いいお湯ですね」と泉質にふれてみる。旅人っぽい雰囲気だったら「山登りですか？」とか「どちらから？」だけでいい。話が弾めば楽しいし、弾まなくてもひと時のことだからさほど気にならないだろう。温泉地では他人に深入りしない、少しドライなくらいの関係がちょうどいい。

もともと温泉にはさまざまな楽しみがあったはず。それがここ数十年で「稼ぐ」ために特化したことで、温泉のもつ本来の楽しみを狭めてしまった面があるのかもしれない。かつて文豪が温泉宿に逗留して作品を書いたのは、現代のワーケーションに近い行為だ。

これからの温泉、そして温泉地はさらに多様化するのではないか。集客力に優れた大型ホテルがひしめく温泉地もあれば、泉質を大事にした小さな宿が数軒集まるだけの温泉地もいい。オーベルジュのような料理をセールスポイントにした一軒家的な温泉宿も注目されつつあり、すべての部屋に内湯があるホテルもある。インバウンドに特化した温泉地だってあり得るだろう。外国人観光客は長期滞在が基本なので徐々に日本食に飽き、夕食は外で済ませる傾向が強いと取材で聞いた。とすれば地域全体で取り組めば新たな商機がある。温泉地が「十湯十色」の様相を呈する。そんな未来を夢描く。

地下で起きた現象から湧き出る温泉に浸かり、湯気と熱い湯に愉悦を感じながら、自分は温泉に何を求めているのか、どんな温泉地だったらまた来ようと思うのか、海外から来た人は温泉のどんな点に興味をもつのか——思いを巡らせたい。

日本の温泉文化はまだまだ発展途上。「これから」をつくるのは、今を生きる私たちだ。

浴衣をまとって城崎温泉をそぞろ歩く人びと。温泉文化の未来は私たちが何を望むかにかかっている

【文化をつくる】

豊かな地下水を汲み上げ、いつでも誰でも飲めるようにしてある公共の井戸。
水が平等に配られる国はあまりない

水は社会を映す鏡である

滝沢 智

きれいな湖の水は、晴れた空や山々を映し出す鏡のように見えますが、もう一つ、世界各国の水利用の状況は、その国の社会経済を映す鏡になっています。

皆さんはタンカーマフィアという言葉を聞いたことはありますか？ 今日、開発途上国の多くの都市では、十分な水が供給されないため水の奪い合いが生じています。水道事業者が供給できる水量は、都市の水需要のごく一部しか満たすことができず、社会的地位が高い人は24時間給水を受ける一方で、所得や社会階層が低い人々はわずかな時間や水量しか給水されず、水売りに高い料金を払って水を買っています。このような状況のなかで、タンカーマフィアと呼ばれる人は、水道管から違法に水を抜き取って高値で住民に売ることで、水の支配を拡大しています。

日本の水道が世界に誇れる点は、低い漏水（ろうすい）率や高度な水処理技術などいろいろとありますが、もっとも誇れるのは水の平等性です。同じ都市に住む人は、所得や社会的な地位に関係なく水道をいつでも利用可能で、同じ料金表に従って水道料金を支払います。日本人には当たり前のことですが、世界の多くの都市では、この当たり前が実現できていません。反対に、社会経済の不平等の拡大とともに、水の不平等も拡大しています。今後も、世界の多くの都市で人口増加とともに水需要が増大するため、水不足はさらに深刻になります。

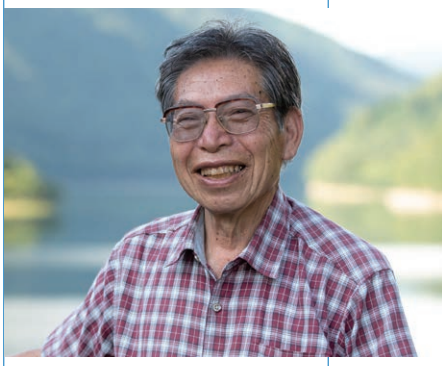
水の不平等に対して私たちがまずできることは、水の日や防災の日に近くの給水ステーションで20Lのポリタンクに水を汲（く）んで自宅まで運ぶことです。水を運ぶという行為がいかに大変か、これが毎日続くとしたらどれだけの時間と労力がかかるのかを実感できるのではないかと思います。

水の平等を実現するために、私たちが取り組むべき多くの課題があります。

Satoshi Takizawa
東京大学大学院工学系研究科 教授。1983年東京大学工学部都市工学科卒、同大大学院博士課程修了。長岡技術科学大学助手、建設省（当時）土木研究所主任研究員、東京大学工学部助教授、アジア工科大学助教授（JICA派遣）などを経て2006年から現職。

水の文化書誌 62

地球温暖化・気候危機・気候崩壊を論じる（下）



古賀 邦雄
こが くにお

古賀河川図書館長
水・河川・湖沼関係文献研究会

1967年西南学院大学卒業。水資源開発公団（現・独立行政法人水資源機構）に入社。30年間にわたり水・河川・湖沼関係文献を収集。2001年退職し現在、日本河川協会、ふくおかの川と水の会に所属。2008年5月に収集した書籍を所蔵する「古賀河川図書館」を開設。
平成26年公益社団法人日本河川協会の河川功労者表彰を受賞。

地図・絵図・データで見る地球温暖化

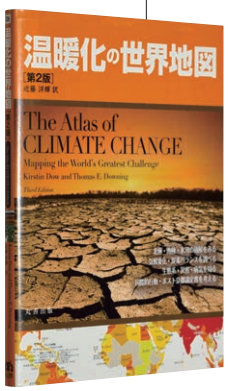
地球温暖化は、大干ばつ、熱波襲来、ヒートアイランド現象などのほか、水を育む森林の火災、氷河の減少、海面上昇、暴風雨の襲来、大洪水など、水に関して大きな影響を与えるものである。

カースチン・ダウ／トーマス・ダウニング共著『温暖化の世界地図（第2版）』（丸善出版・2012）では、変化の兆候、変わりつつある気候、気候変化を駆動するもの、想定される結果、変化への対応、国際的な行動及び活動、解決策への約束、気候変化のデータを掲げる。

K・S・シュライバー・文『気温が1度上がると、どうなるの？ 地球の未来を考える―気候変動のしくみ』（西村書店・2021）は人間の活動によって気温が1℃上がると、生活に不都合が生じてくると唱える。

ダン・フッカー著『地球があぶない！ 地図で見る気候変動の図鑑』（創元社・2021）は、気候変動の原因を人口の増加、化石燃料を燃やす、農業からの炭素の排出、森林の減少、自動車・飛行機の利用を挙げ、現象は異常気象、北極・南極の氷の減少、海水温の上昇、サンゴ礁の消滅、山火事の増加と記す。これらの気候変動への取り組みについては、太陽・風力の利用、森林の再生、生活の仕方を変える、政治を変えていく、地球にやさしい食事をすることを挙げる。このような活動の変化が地球を救うことにつながってくる。

渡部雅浩著『絵でわかる地球温暖化』（講談社・2018）は、人間活動が起こす気候変化の科学的なしくみがわかるように、気象・気候の基礎知識から最先端研究の課題まで解説する。三冬社編・発行『地球温暖化&エネルギー問題総合統計』（2021）は、世界の年平均気温偏差の経年変化、日本の年平均気温偏差の経年変化、主要先進国温室効果ガス排出量などを記載する。



海の温暖化

海は膨大な熱や物質を蓄え、輸送し大気との間で交換することを通じて、気候の維持と変化に本質的な役割を果たしている。そして海もまた温暖化の影響を受けている。

日本海洋学会編『海の温暖化―変わりゆく海と人間活動の影響』（朝倉書店・2017）では、人類が産業活動によって排出した二酸化炭素の一部が海に溜まることで、海水の酸性化が地球規模で進んでいると記す。酸性化によって、甲殻類や貝などの生物が育たなくなってくる。海洋酸性化によって海の生物多様性は低くなり、海の生態系がもつさまざまな価値や機能が下がる。北極海では、温暖化による海氷融解や水温上昇によって植物プランクトンの一次生産や物質循環が変化しており、その影響は地球規模に及ぶことになる。

エリザベス・ラッシュ著『海がやってくる』（河出書房新社・2021）は、温暖化による海面上昇をもたらした崩壊の風景を描く。野崎義行著『地球温暖化と海―炭素の循環から探る』（東京大学出版会・1994）もある。

EUは世界の海洋環境保護をリードする。佐藤智恵著『EU海洋環境法』（信山社・2021）によると、EUの環境政策は、発生源において除かれるべきこと、汚染者が負担すべきであること、という原則を基礎としている。エネルギーとして洋上風力発電にかかわる海洋環境保護の必要性を説く。大塚直編『環境法研究 第13号』（信山社・2021）は、気候変動の適応に関するEU、アメリカ、イギリス、中国の各国の法制とESG投資と循環型社会という2つのテーマを取り上げている。

ノルウェーのエネルギー開発大手企業が、北海道檜山管内沖などの4海域で、国内最大級風力発電所計400万キロワットの洋上風力発電所を建設する計画が進んでいる。

異常気象と温暖化

地球温暖化に伴って、気候変動から急激な異常気象を起こしている。それはスーパー台風、豪雪、ゲリラ豪雨、線状降水帯の発生や猛暑だ。

気候変動による水害研究会著『水害列島日本の挑戦』（日経BP・2020）は、西日本豪雨、東日本台風、令和2年7月豪雨を捉える。

河宮未知生監修『異常気象と温暖化がわかる―どうなる？ 気候変動による未来』（技術評論社・2016）は、地球クライシス異常気象の猛威が世界を襲うとして、2015年（平成27）台風13号が台湾や中国に大被害を及ぼし、同年インドでは連日40℃を超える猛暑日が続き、熱波が道路のペンキをも溶かした。同年オーストラリアでは大干ばつで農地が干上がった。このような状況から未来の地球を取り戻す緩和策として、大気中の温室効果ガスを減らすこと、省エネルギー対策と再生可能エネルギーの普及拡大を図る必要があり、また新しい気候に合わせること、すなわち農作物や木材、水産物、家畜などを、温暖化した地球でも育つように品種改良することを挙げている。

異常気象に関する書として、森 朗著『異常気象はなぜ増えたのか―ゼロからわかる天気のしくみ』（祥伝社新書・2017）。川瀬宏明著『極端豪雨はなぜ毎年のように発生するのか』（化学同人・2021）。日本気象協会編『トコトンやさしい異常気象の本』（日刊工業新聞社・2017）。ゴムドリco.文『異常気象のサバイバル1』（朝日新聞出版・2010）、同『異常気象のサバイバル2』（朝日新聞出版・2010）がある。

食糧の安全保障

穀物、豆類、野菜、果樹などの作物栽培、牛や豚や鶏などの畜産といった食糧生産の営みも、気候・気象を含む環境条件に依存している。大気中の二酸化炭素濃度の増加と気候変動は、栽培適地の変化、収穫の変化、家畜の成長など、日本においても農業に影響を及ぼすようになってきた。

2020年（令和2）時点、日本の自給率はカロリーベースにおいて37％に落ち込んでおり、これは主要先進国のなかでも最低の水準である。わが国の食糧安全保障は、地球温暖化に伴いさらに憂慮される。

行友 弥編『気候変動下の食料安全保障』（農政ジャーナリストの会・2020）、国立研究開発法人 農業・食品産業技術総合研究機構編『地球温暖化と日本の農業―気温上昇によって私たちの食べ物が変わる!?』（成山堂書店・2020）は、地球温暖化が進むと暖かい地方の特産品が北国でとれることにもなり、水稲では高温耐性品種、適期植え付け、深耕の技術が考えられるという。農山漁村文化協会編・発行『どう考える？「みどりの食料システム戦略」』（2021）も挙げておく。

気候温暖化への対応策

アメリカの環境法をリードしてきたカリフォルニア州の取り組みについて、辻雄一郎ほか編著『アメリカ気候変動法と政策』（勁草書房・2021）は、カリフォルニア州における気候変動防止政策の制度的条件、アメリカの環境アセスメントにおける気候変動影響評価、カリフォルニア州のゼロカーボン電源100％政策―日本の再生可能エネルギー政策への示唆を求めて、気候正義と訴訟、アメリカ気候変動訴訟の意義と市民・自治体の役割を論じる。日本にとっては有意義な提案である。

炭素税については、吉田文和・池田元美編著『持続可能な低炭素社会』（北海道大学出版会・2009）、ウィリアム・ノードハウス著『気候カジノ―経済学から見た地球温暖化問題の最適解』（日経BP社・2015）、巽 直樹著『カーボンニュートラル―もうひとつの〝新しい日常〟への挑戦』（日本経済新聞出版・2021）がある。

ナオミ・クライン著『地球が燃えている』（大月書店・2020）は、気候崩壊から人類を救うために、ニューディールの提言を行なう。平田仁子著『気候変動と政治―気候政策統合の到達点と課題』（成文堂・2021）は、地球温暖化の解決策に政治力の大切さを探究する。

ポール・ホーケン編著『ドローダウン―地球温暖化を逆転させる100の方法』（山と渓谷社・2021）では、気候変動の解決策を集め、包括的なリストを作成し、排出の削減・大気中の炭素を隔離する方法を分析する。環境保全型農業、微生物農業、水素・ホウ素核融合・二酸化炭素の直接空気回収を論じる。マイケル・ブルームバーグ／カール・ポープ共著『HOPE―都市・企業・市民による気候変動総力戦』（ダイヤモンド社・2018）がある。

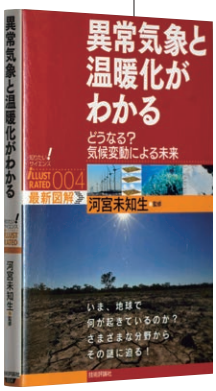
気候変動に立ち向かう世界の子どもたち

アクシャート・ラーティ著『気候変動に立ちむかう子どもたち―世界の若者60人の作文集』（太田出版・2021）では、政治家たちは権力やお金じゃなくて市民の命を優先するべきだよ、と訴える。国際環境NGO FoE Japan編『気候変動から世界をまもる30の方法』（合同出版・2021）、高橋真樹著『こども気候変動アクション30』（かもがわ出版・2022）がある。マレーナ・エルンマンほか著『グレタたったひとりのストライキ』（海と月社・2019）、ヴィヴィアナ・マッツァ著『グレタ・トゥーンベリ』（金の星社・2020）の環境活動家の書がある。

最後に、辻 信一監修『ハチドリのひとしずく―いま、私にできること』（光文社・2005）を掲げる。この書は、森の火事に対してたった一羽、水のしずくを落としつづけるハチドリを見て、森の動物たちはそんなことをして何になるかと笑う。ハチドリは私にできることをしているだけと答える。このハチドリの物語は、南アメリカの先住民に伝わる話である。

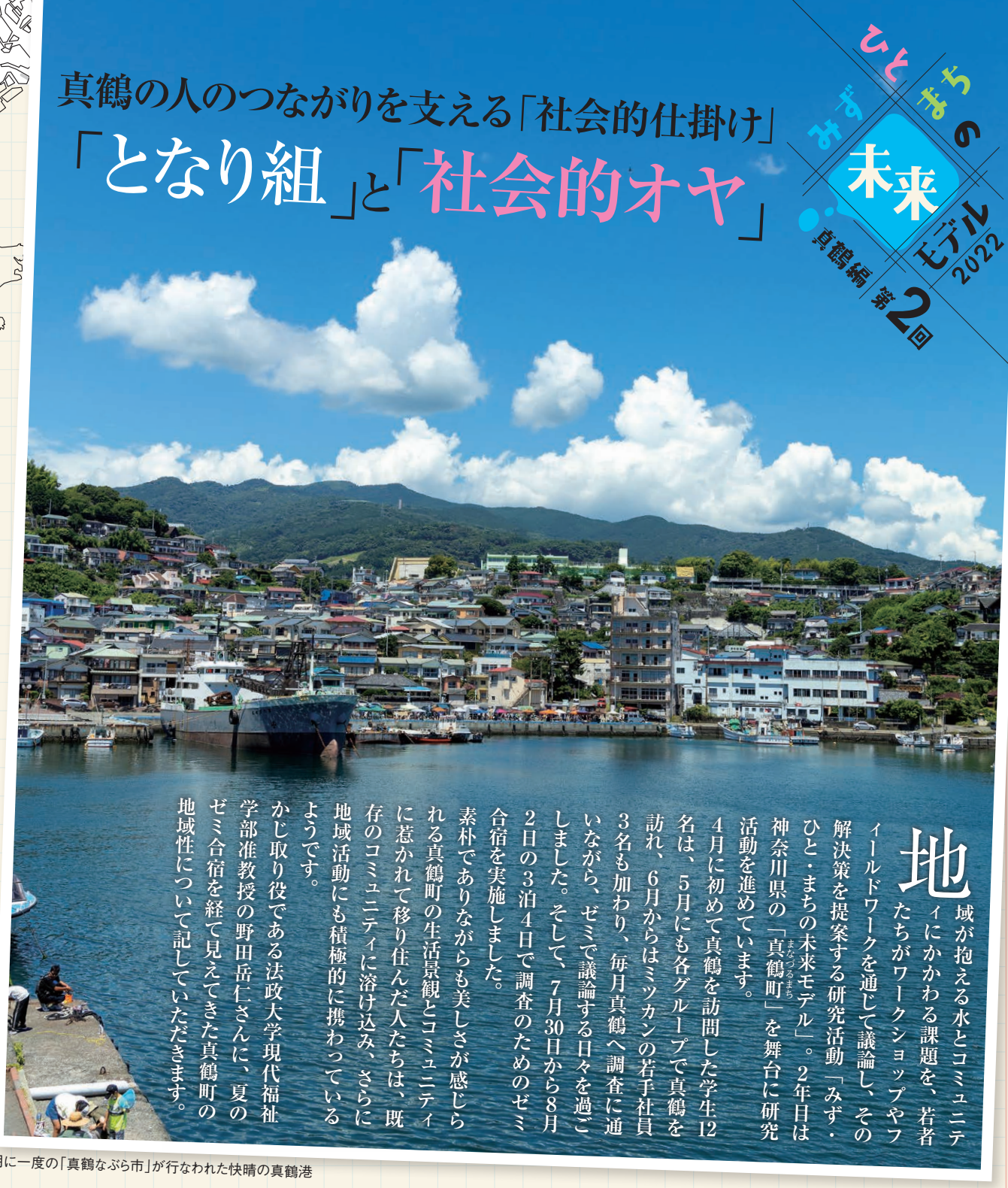
地球温暖化の解決には、世界中の一人ひとりが自身にできることを行なうことに尽きるように思われてならない。地球温暖化は水問題と密接に結びつく課題でもある。1冊でもよいから読んでもらいたい。

〈CO_2出さない国が水没し出しているのに自覚なき国〉（熊本直弘）



ひと・まちの みず 未来モデル 2022 真鶴編 第2回

真鶴の人のつながりを支える「社会的仕掛け」
「となり組」と「社会的オヤ」



地域が抱える水とコミュニティにかかわる課題を、若者たちがワークショップやフィールドワークを通じて議論し、その解決策を提案する研究活動「みず・ひと・まちの未来モデル」。2年目は神奈川県の「真鶴町（まなづるまち）」を舞台に研究活動を進めています。

4月に初めて真鶴を訪問した学生12名は、5月にも各グループで真鶴を訪れ、6月からはミツカンの若手社員3名も加わり、毎月真鶴へ調査に通いながら、ゼミで議論する日々を過ごしました。そして、7月30日から8月2日の3泊4日で調査のためのゼミ合宿を実施しました。

素朴でありながらも美しさが感じられる真鶴町の生活景観とコミュニティに惹かれて移り住んだ人たちは、既存のコミュニティに溶け込み、さらに地域活動にも積極的に携わっているようです。

かじ取り役である法政大学現代福祉学部准教授の野田岳仁さんに、夏のゼミ合宿を経て見えてきた真鶴町の地域性について記していただきます。

月に一度の「真鶴なぶら市」が行なわれた快晴の真鶴港

調査からみえてきた2つのテーマ

私たちは、毎月の調査に加え、7月30日～8月2日まで3泊4日の調査合宿を実施した。朝9時から夕方まで真鶴を歩き回って聞きとりを行い、宿に戻ってからは得られたデータを持ち寄ってのディスカッション。深夜まで連日議論は白熱した。

真鶴町役場および地元住民のみなさんの多大なご協力をいただき、刺激的なデータを得ることができた。今回はそれらについて述べていくことにしたい。

本研究の関心について振り返っておこう。大きくは2つある。

前号で論じたように、「美の条例」制定（1993年）の出発点となったのは、真鶴町の抱える「水」問題にあった。

真鶴町は全町民の暮らしをまかなえるだけの自主水源をもっておらず、バブル期の強大な開発圧力に抗いながら、水の供給量に応じ

野田岳仁さん指導のもと夏の合宿で真鶴町を調査したゼミ生たち

地域の人びとに聞き取りを行なうゼミ生たち

たまちづくりのあり方を模索する必要に迫られていた。すなわち、水不足から町民の暮らしを守る手段として、「美の条例」はつくられたのである。

このように、真鶴町の未来モデルの根底にあるのは「水」であることがみえてきた。そこで私たちは、「水」を切り口に真鶴町を捉え直してみようと考えた。これがひとつ目の関心である。

調査を重ねると、水源がないといわれる真鶴町には意外なほど豊かな湧き水が残されていることがわかった。それは岩地区である。岩地区では、近隣住民で水道組合を運営しており、その一部は現在も存続している。そこで、岩地区にはなぜ水道組合が存続しているのか、その理由を明らかにすることにした。

真鶴町は、1956年（昭和31）に旧真鶴町と旧岩村が合併して発足した自治体である。両地域は文化的にも住民の気質にも違いがあるとよく語られるのだが、この理由を明らかにすることは、旧真鶴町に比べれば目立つことが少なかった岩地区（旧岩村）の地域的な特徴を把握することにもつながるだろう。

もうひとつは前号で展開した関心である。すなわち、「美の条例」制定から30年を経て、美しい生活景観や人に会いに行く「暮らし観光」が注目され、神奈川県唯一の「過疎地域」にもかかわらず、若い世代の移住に結びつくようになっていることだ。2019年度（令和元）には町の人口が初めて社会増に転じた。

移住者数の急増に目を奪われがちになるが、移住者が地域活動やまちづくりの中心的存在を担っていることにこそ注目しなければならない。

というのも、過疎地域の移住をめぐる政策的課題とは、いかに移住者を増やすかということよりも、移住者にどのように地域に馴染んでもらい、コミュニティの成員としていかに人間関係をつくってもらうのか、ということだからである。コロナ禍で地方移住が注目され、実際に人口が増加した自治体もあるが、別荘地で人が増えていたり、地域活動とは距離をとる場合が多く、期待されるような地域の担い手になるケースは想像以上に少ない。

ではなぜ真鶴町では、移住者が地道な地域活動に加わり、まちづくりの中心的な担い手として活躍できているのだろうか。私たちは、真鶴という地域社会には、移住者が地域に溶け込めるような「社会的な仕掛け」が幾重にもちりばめられているのではないかと考えた。

そこで、地域に潜んでいる「社会的な仕掛け」とはどのようなものかを明らかにすることにしたのである。これを明らかにできれば、過疎地域での政策的な応用ができるかもしれない。

この2つの関心は、結果的に真鶴という地域の歴史的性格をあぶりだすことにつながるだろう。

岩地区の豊かな水と「となり組」

私たちは岩地区の歴史と文化に詳しい竹林初江さんの案内で岩地区を歩く機会に恵まれた。

岩地区を歩き回り、湧き水の利用が残っている場所や現在も地下水を利用している松本農園や芦澤石材店などを訪れ、利用者や管理

野田岳仁
法政大学
現代福祉学部 准教授

Takehito Noda
1981年岐阜県関市生まれ。2015年3月早稲田大学大学院人間科学研究科博士課程修了。博士（人間科学）。2019年4月より現職。専門は社会学（環境社会学・地域社会学・観光社会学）。

5岩地区に残る湧き水を水源とする「佐藤清次水道組合」の水槽 6「佐藤清次水道組合」の経緯について話す佐藤満枝さん（左）。右は湯川久雄さんの夫人、律子さん 7水場の管理をつかさどる世話人の湯川久雄さん

者に聞きとりを行った。そこでわかったことは岩地区が豊かな水に恵まれていることだった。瀧門寺（りゅうもんじ）前や清水沢という小字名（こあざめい）が残る道筋には現在も洗い場や水場が残されている。

そのなかでも驚いたのは、湧き水を水源とした水道組合の存在である。設立者で長らく世話人を務めてきた佐藤清次（せいじ）さんの名をとって「佐藤清次水道組合」と呼ばれていた。水道組合の通帳の記録によれば、水道組合の設立は1961年（昭和36）である。

旧岩村には1924年（大正13）に簡易水道が導入されていたが、供給区域は限られていた。供給区域の外側が開発され、そこに暮らす住民たちは、湧き水に頼ったそうである。

清次さんの長男の妻である佐藤満枝（みつえ）さんによれば、旧岩小学校前の湧き水を天秤棒で水桶を担いで運んだそうだ。それは重労働であり、「となり組」を母体に16軒で費用を出し合って組合を結成し、山際の湧き水を水槽に貯め、そこから各家にポンプで引き込むようにした。その後、岩地区に町営水道が導入されると半数は脱退したという。

現在の組合員は2軒であるが、遠方から汲みに来る利用者も10名ほどいるそうである。水槽の泥をかきだす大掃除は年に2回行い、現在の世話人である湯川久雄さんが屋根の修理など日常的な管理を担っている。町は毎月水質検査を行う。

話を聞いて興味深く思ったのは、水道組合の管理主体にある。「となり組」という近隣集団が水道組合のみならず、さまざまな生活互助の基盤となっていそうだということだ。

岩地区で調査をしていると、地元住民から口癖のように「岩地区は人のつながりが強い」と誇らしげに語られることが相次いでいた。このことは、「となり組」の働きと無関係ではなさそうなのである。

これはいったいどういうことなのだろうか。

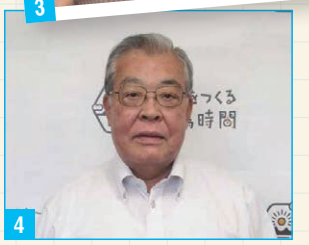
人のつながりの強さの正体

ここからは、地域の基礎的な生活の単位である「町内会」に目を向けてみよう。現在の真鶴町の自治会組織は、9つ（旧真鶴町6・旧岩村3）に再編されている。

岩地区の中心となる岩中央自治会（以下、岩中央）は、古くからの「むら（村落）」を継承したものとみられる。

地元住民が岩地区のつながりの強さに言及する際は、岩中央の範域を指していることが多く、じっさいに、自治会の加入率をみると、2021年時点の9自治会の加入率は平均で42・2%と低いが、岩中央では74・11%と突出している（2009年時点の平均加入率は54・5%で加入世帯数の減少は顕著である）。

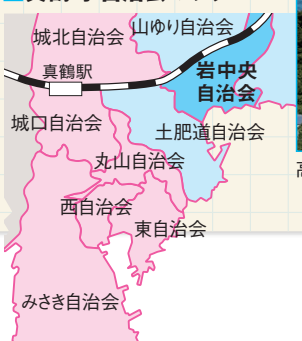
自治会組織は通常いくつかに区分される。各世帯を複数にわけたグループを「班」や「組」と呼ぶのが一般的である。岩中央を除けば、各町内会の「となり組」の役割は、回覧板を回したり、ゴミ収集所の



1岩地区のまち歩きをはじめ、さまざまな地域住民も紹介してくれた竹林初江さん 2松本農園の松本茂さん。祖父の雲舟（赳）さんは真鶴町の初代町長。「井戸があったからここに移り住んだと聞いている」と話す 3小松石の加工に井戸水を使っている有限会社 芦澤石材の芦澤潤さんとお母さん。潤さんの祖父が水を探して居を定めたと言う 4真鶴町自治会連合会会長で岩中央自治会長を務める朝倉隆さん 4提供:真鶴町

高台から岩中央地区を望む

■真鶴町 自治会マップ



青色が旧岩村、赤色が旧真鶴町

管理が主だったところである。

にもかかわらず、岩中央の「となり組」では生活互助にかかわる次のような役割を果たしているのだ。

真鶴町自治会連合会会長で岩中央自治会長を務める朝倉隆さんによれば、冠婚葬祭、児子（ちご）神社の祭祀、灯籠流しの運営は組単位で行い、溝掃除（3、8、9組）、水道組合（10組）、弁天様のお世話（6組）、かつての無尽講や稲荷講も「となり組」を母体としたものだという。

象徴的なことは、「地区防災計画」策定にあらわれている。真鶴町は県内で高齢化率がもっとも高いことから、防災について町役場も町内会も力を入れている。国は2013年（平成25）の災害対策基本法改正において、地域コミュニティの自主的な防災計画を推進するため地区防災計画制度をつくった。

真鶴町でいえば、町内会レベルでの防災計画の策定が求められるのだが、驚くことに、岩中央では朝倉会長を中心に「となり組」の単位で細かく策定しているのである。

災害時は、平常時の人のつながりの濃淡が生存を左右しかねない。だからこそ、岩中央の人びとのもっとも基礎的な生活の単位である「となり組」を基盤として策定したのである。

岩中央は、「むら（村落）」の「村組」あるいは「近隣組」を引き継いだものと想定されるが、人びとが誇らしげに語る「つながりの強さ」とは、もっとも身近な生活互助の単位である「となり組」が機能していることだといえよう。

弱体化したとはいえ、「となり組」を母体とする水道組合の管理も人のつながりを支え続けているのである。

移住者を溶け込ませる「社会的な仕掛け」

もうひとつの関心は、移住者を地域に溶け込ませる「社会的な仕掛け」とはどのようなものかを明らかにするものである。私たちはそれぞれの関心に基づき移住者チームと地元住民チームの2チームをつくり、双方への聞きとり調査を重ねた。

26組の移住者の入り口となっている真鶴出版の來住友美（きしともみ）さんが移住者の心得を教えてくれた。いわく、「まちの人たちの気持ちを波立てないで、まちの人たちがつくってくれた流れに乗ること」なのだという。

移住者は転校生のような存在であり、まずは移住者がどんな人なのかを地元住民に見極めてもらう必要があるそうだ。そうすれば、自然といろんな誘いがきたり、人の縁がつないでくれるようなのである。

本研究では、この「流れ」を生みだす源流にあたるものを「社会的な仕掛け」と呼んでいるのである。ここでは、真鶴という地域の固有性をふまえた2つの仕掛けをとりあげたい。

地域の人間関係を紹介する「まち歩き」

移住希望者に向けたユニークな取り組みがある。それは「まち歩き」である。考案したのは、真鶴出版の川口瞬さん、來住さん夫妻である。宿泊客に対してまち歩きを行なっており、それがじつに効果があるようなのだ。

町役場による移住体験施設「くらしかる真鶴」の運営は真鶴出版が担っており、そこでも「まち歩き」が取り入れられている。

移住希望者は、夫妻の案内でまちを歩く。といってもただ名所を歩くわけではない。建築に興味があったり、空き家を探していたり、移住希望者の関心にあわせて歩くコースを変えるが、真鶴での暮らしを体感することは共通する。

生活商店街をめぐれば、鮮魚店、青果店、精肉店を訪れ、店主に移住希望者を紹介していく。そして、観光案内所ならぬ関係案内所としても知られる「草柳商店」では、そこで居合わせた地元住民と移住希望者が他愛もない話をしながらお互いを知り合う機会をつくっているのである。

移住希望者に向けた「まち歩き」

8 毎月最終日曜日に真鶴港で開かれる「真鶴なぶら市」。鮮魚や干物など港町ならではの食材から、農産物、雑貨、キッチンカーも集う。「人が交流する場」をつくるのが目的 9「真鶴なぶら市」で真鶴出版の來住友美さん（右）に話を聞くゼミ生たち 10地元住民と移住希望者が知り合う「関係案内所」となっている草柳商店

とはまちの人と知り合うためのものなのだ。つまり、まち歩きのなかに「人間関係」を紹介するしくみを入れ込んでいるのである。

だからこそ、移住希望者は、移住後の生活が具体的にイメージできるのだろう。相談相手となってくれそうな人はいるだろうか。紹介された人たちと仲良くできるだろうか。そんなことを考えることができるのだ。

そして見逃せないことは、これが結果的には、地域が移住者を選ぶようなしくみとなっていることだ。前号ではこれを真鶴の暮らしの根底にある「フィルター」として表現した。これがある種の移住者選別機能を果たしていそうなのだ。真鶴の暮らしぶりや濃密な人の付き合い方に適合する人だけが移住につながるようになっているのである。

移住者はしばらく「流れ」に身を任せていると、多方面から声がかかるようになる。それは地元住民からの町内会や消防団の入会の誘いだったりする。あるいは、地元住民と移住者の交流会・通称「辰巳会」や「草柳商店」での角打ちの誘いだったりする。そこで、移住者は、貴船祭りの執行部から担い手が少ないから参加してはどうかと勧誘されたりする。移住者は「流れ」に身を任せながら、町内会や商工会など既存の社会組織にひとつは入会するようになっているようだ。

このように、流れに身を任せていれば、「関係性の波」が迫ってくるのである。真鶴にはこの波がいくえにも重なっている。それが人のつながりの豊かさにつながっているのだろう。

移住者を支える「社会的オヤ」

もうひとつは、親分と子分によってなりたつ社会関係のことである。「社会的オヤ」とは、生みのオヤとは別に地域のルールや暮らしの作法を教えるなど地域で面倒をみてくれる存在を指す。社会学では、社会的に上位にある実力者（親分）と社会的に不安定な位置にある者（子分）の二者間に庇護と奉仕の関係を見いだしてきた。農山漁村地域ではかつてはよくみられた。ここでは2組紹介しよう。

一組目は、「草柳商店」のあーちゃんこと草柳文江さんと絵描きの山田将志さんである。山田さんは「真鶴まちなーれ」（注1）に参加する作家の一人として真鶴に縁をもった。はじめて真鶴を一人で訪れると、「草柳商店」の明かりに吸い寄せられるかのようにふらりと立ち寄ったそうだ。そこでしげさん（草柳重成さん）やあーちゃんと知り合い、結果的に移り住むことになった。

あーちゃんは、移住してきたばかりで生活基盤のなかった山田さんをオヤのようにサポートしてきた。具体的には、家探しから、山田さんの妻の仕事の紹介、結婚の保証人などである。これは「社会的オヤ」の役割の典型とされる。一方、山田さんはあーちゃんを「真鶴のお母さん」と慕い、あーちゃんの仕事を手伝ったり、一緒に出掛ければ傍らを歩いたり、家族のようなさりげない気遣いをみせる。

もう一組は、岩地区の竹林さんと山下拓未さんである。山下さんは移住へ向けた準備段階であるが、岩地区で築40年の空き家を改修し、宿泊もできるコワーキングスペースやカフェを運営している。竹林さんは事業をはじめた山下さんを応援し、外部からの新規参入者が抱えがちなトラブルを解消したり、地元の業者や住民との橋渡しに一役買っている。一方の山下さんは竹林さんの畑仕事を手伝ったり、毎週水曜日を竹林さんと地元の女性たちの井戸端会議のためにスペースを開放している。じっさいに山下さんは事業を開始した当初は地元住民に挨拶をし

11「真鶴ピザ食堂KENNY（ケニー）」を経営する向井研介さんと日香（にちか）さん夫妻。2016年6月に真鶴へ移住。当初は別の場所で営業していたが、向井さんが地域活動に取り組んでいる姿が認められ、真鶴駅前の一等地にある空き店舗を借りることができた 12真鶴駅前に店を構える「真鶴ピザ食堂KENNY」。干物を使ったピザ、塩辛を用いたパスタなど港町ならではのメニューが並ぶ 13「まち歩き」とは関係なく、東京東部から移住してきた玉田麻里さん。一般社団法人 真鶴未来塾の代表理事を務め、「コミュニティ真鶴」内のコワーキングスペースの運営、空き家バンクの窓口業務、体験学習やイベントなど子どもたちに関する事業などを行なう。「真鶴に住んでいると自分に本当に必要なものが見えてくる」と語る

（注1）「真鶴まちなーれ」
2014年から不定期で開催されるアートと交流を楽しむアートプロジェクト。実行委員は地元住民の有志で結成されている。

てもそっけない態度をとられることがあったそうだが、竹林さんを介することでその関係性はガラッと変わり、山下さんを応援する住民が増えた。

この関係性は人によって濃淡があるものの、「社会的オヤ」とでも呼べるような存在がいる移住者は少なくないように見受けられる。

前号（71号）で紹介した町役場の卜部直也（うらべ）さんは、ミッキーさんの愛称で多くの移住者に慕われる岩本幹彦さんに「社会的オヤ」として公私にわたって支えてもらっていることを話してくれた。

このように述べると、「社会的オヤ」という存在は移住者が増えはじめた近年にみられる新しい現象に思われるかもしれない。だが、じつは歴史的にみると、真鶴には「社会的オヤ」が根付いていたようなのだ。

郷土史『真鶴』の1967年（昭和42）の記述にみる。そこでは、「むら（村落）」の若者組にあたる青年会（後の青年団、現在は解散）の入会条件に保証人が必要であったことが述べられ、「保証人は親方といって第二の親になるわけである」とある。続けて、「近所の人に付き添われて親方の家に行き、親子のための盃をしてもらった。当時、親分、子分の関係は青年会入会のための、形式的なものでなくて、両家のつき合いの上に、深く密接なつながりを作ったものだ」と（注2）。

もちろん当時の「社会的なオヤ」とは家のつながりが弱まるなど随分とかたちは変わっている。けれども、その機能は共通している。当時の青年会の働きは現在でいえば、多様なまちづくり活動を担う移住者の姿と重なるところがある。

このようにみれば、真鶴という地域社会は、若者や移住者といった不安定な位置にある者を「社会的オヤ」が支える歴史的性格を帯びているといえよう。真鶴には、このようなしくみが潜在的にあり、ある条件のもとで立ちあらわれてくる。そのような「社会的な仕掛け」なのである。

移住者の取り組みは、ともすれば、でる杭として打たれたり、地域での摩擦を引き起こしかねないものだ。けれども、真鶴では、2つの地域固有の「社会的な仕掛け」によって、移住者が地域の中心的な担い手として活躍できているといえるのである。

（2022年7月30日～8月2日取材）

フィールドワークで得たことをチームごとに分析し、発表し合う夜の討議。「問い」からずれていないか、論理をどう組み立てるのかなど深い議論を行なった

（注2）
与野与志（1967）「『若い衆』の思い出①」『真鶴』第1号、郷土を知る会（『真鶴』復刻版所収）

14「真鶴まちなーれ」をきっかけに真鶴へ移住した絵描きの山田将志さん（右）と草柳文江さん（左）。実の親子のように仲がいい 15草柳商店に人びとが集う様子を描いた山田さんの作品 16一般社団法人 地域間交流支援機構（略称:ロコラボ）の代表理事を務める山下拓未さん。「竹林さんに受けた恩は、これから岩地区にかかわる別の誰かに返したい」と語る 17山下拓未さんが活動拠点とする岩地区の「Rockin' Village」。コワーキングスペースやゲストルーム、カフェなどを運営 18「ミッキーさん」と呼ばれ親しまれている岩本幹彦さん。町役場に長く勤めた。「真鶴のローカルルールを知って来てくれる人は大歓迎」と話す 19真鶴町政策推進課の卜部直也さん。岩本さんには公私にわたってさまざまな相談をしている

日を追うごとに成長するゼミ生たち

猛暑に見舞われた今夏の合宿。初日はまだチームごとに戸惑いがあるようでしたが、2日目の夕方、調査を終えてホテルに戻ってきたゼミ生たちの顔は実に晴れ晴れとしていました。

「こんな人に出会えた」「この情報は深く探るとおもしろくなりそう！」――そういう手ごたえを各チームがつかんだからです。

聞き取りを行ないつつ、人から人へ、あるいは見学先から住民を紹介してもらい、それが思わぬ情報を得ることにつながった場面は多々ありました。

岩地区の水チームは「水場」に着目することによって「住民同士の強いつながり」を見つけました。真鶴の移住者チームと地元住民チームは、真鶴出版の「まち歩き」経由ではない移住者を探し出します。また、自分たちの力で地域のキーパーソンを引き寄せ、図書館にこもって地域の論理を裏づける貴重な史料も発見しました。

3泊4日の合宿は長いようで短いです。残り時間を考えてチーム内で手分けして、「この人こそ！」と見定めて深く聞き込んでいく。がむしゃらに、でもときには冷静に……。4日間で大きく成長していく若者たちの姿を、編集部は目の当たりにしました。

真鶴町役場のご厚意により、研究成果発表会の日程も決まりました。お世話になった地域の方々に、その成果をお伝えする日はもうまもなくです。

食の風土記 18

えご（新潟県柏崎市）

ミネラルたっぷり！夏の風物詩 えご

水と風土が織りなす食文化の今を訪ねる「食の風土記」。今回は読者から情報をご提供いただいた新潟県の「えご」。海藻を煮込み、練り固めてお盆に味わう郷土料理です。

素潜り漁で採る笠島の「えご」

新潟県では家族が集まるお盆に「えご」を食べる。えごは海藻である「エゴノリ（えご草）」を煮て溶かし、練り固めて、羊かんのように厚く切ったものに酢みそやしょうゆをつけて味わう郷土料理だ。

えごは、新潟県以外でも日本海側の一部の地域で食されている。地域によって、呼び方や食べ方、食べる時期も異なる。

えご食文化に詳しい新潟県立歴史博物館主任研究員の大楽（だいらく）和正さんによると、えごは江戸時代ごろにはすでに食べられていたようだ。

「1681年（天和元）の史料に、上越地方から長野にえごが運ばれたという記述があります。現時点ではこれがもっとも古い情報です」

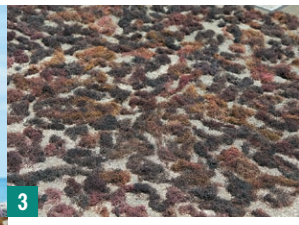
新潟県内でえご草漁を行なう地域の一つ、柏崎市笠島を訪ねた。海に面した笠島では、古くから海女が素潜りで海藻を採る。えご草は海底の岩には自生せず、ホンダワラという海藻に付着して成長する。

「笠島でえご草といえば、〈おじえご（エゴノリ）〉と〈おばえご（アミクサ）〉の2種類を指します。おじえごにおばえごを少し混ぜると、プルンとよく固まるんです」と教えてくれたのは、笠島で30年以上素潜り漁を続ける田村さい子さん。えご草は、採ったらすぐに天日干ししてごみ（他の海藻など）を取り除く必要があり、晴れた日にしか漁はできない。

手間ひまを惜しまない家庭の味

笠島の郷土料理が味わえるカフェ「海辺のキッチン倶楽部 もく」で、えごづくりを見せてもらった。きれいに洗ったえご草を鍋に入れて火にかけ、ひたすら木杓子で練る。この「練り」が重要で、練るほどに弾力と滑らかさが増す。

えごは味つけを施さない場合、酢みそやしょうゆで味わう。右奥はくるみを刻んで表面に飾りのように散らしたほんのり甘いえご



えごのつくり方

1 えご草（1回で50gくらいが適量）を水洗いする。この時点でも砂やごみをとり、水がきれいになったらざるに上げる
2 えご草と1000ml（えご草に対して20倍）の水を鍋に入れ、強火にかける
3 沸騰したら弱火に。木杓子で鍋底をこするようにして絶えずかき混ぜながら、あくやごみが浮いてきたらそのつどとり除く
4 味つけをする場合はこの時点で。滑らかになり、もったりしてきたら火を止める。容器に流し入れ、冷蔵庫で一晩以上冷やせば固まる

1 笠島から日本海を望む。笠島ではえご草が大量に採れたが、5～6年前から少なくなってきている 2 かつては海辺に民宿がひしめき観光客の絶えなかった笠島 3 天日干ししたえご草。不純物を何度もとり除く 4 田村さい子さん（左）は現役の海女。「海辺のキッチン倶楽部 もく」代表の黒﨑朝子さん（中央）と夫の裕人さん 5 茶話会では各自で練ったえごを試食 6 「越後えご保存会」のメンバー。前列右が代表の猪貝克浩さん 7 保存会が月1回発行する「えごだより」

昔はお盆が近づくとえご草を買ってきて、各家庭で練る習慣があった。笠島のえごは、砂糖やしょうゆ、だしなどで味つけするのが特徴で、くるみなどを加えることもある。

「味つけ方法も家ごとに違ったので、えごはまさに家庭の味。少し甘めの笠島のえごは、甘いものがなかった時代に貴重だったんですよ」と、もくの代表を務める黒﨑朝子さん。えごが「海辺に住む人々のミネラルのとり方の一つだった」とも話してくれた。

初めて食べたえごは、もちっと弾力があり、寒天にも似た食感。海藻特有のくせはなく、ほんのり磯の香りがした。

えごを次世代につなぐ さまざまな活動

お盆の食卓の定番だったえごだが、30年ほど前から消費量が落ち、えごを練る家も今は少ない。

「食生活や家族構成の変化に伴い、特に若い人が食べなくなっています。受け継がれてきた食文化なので、なんとかしたいと思った」

こう話すのは、2013年（平成25）に「越後えご保存会」を立ち上げた猪貝（いのかい）克浩さん。大楽さんも保存会のメンバーだ。

保存会では、月に一度の茶話会や広報物の発行、えご練り体験、講習会など、さまざまな活動を行なっている。オリンピックイヤーに合わせて4年に一度、えごの食べ比べや販売、トークイベントなどを行なう祭典「えごリンピック」も保存会が主催する。

会員数は80人ほどで、年齢層は30～80代と幅広い。メンバーも多彩で、活気がある。ある男性3人組は、えごの歴史や文化をとことん調べようと、青森から鳥取まで現地調査を行なった。「えごづくり名人」と呼ばれる男性は、えごづくりの体験会を年に数回開く。また、料理研究家の女性らが中心となって開発したのは、越後の米飴とえごを組み合わせたお菓子「えごおきな」。若い人にもえご食文化の間口を広げたいと、お菓子の開発に乗り出したという。

「最初はファンクラブのような感じでしたが、今はその枠を超え、各自がプレイヤーとなって活動しています」と猪貝さんは語る。

えごは買うと高いうえ、つくる手間もかかるので、会員が練ってプレゼントするととても喜ばれるそうだ。自慢の食文化の魅力が、次世代にも届いてほしい。

（2022年8月5日取材）

「海辺のキッチン倶楽部 もく」で味わえる「笠島満喫ランチ」。笠島特有の味つけえごも付く

坂本クンと行く川巡り　第23回
Go！Go！109水系

開拓で成長していった大樹のかたち
十勝川

川系男子 坂本貴啓さんの案内で、編集部の面々が全国の一級河川「109水系」を巡り、川と人とのかかわりを探りながら、川の個性を再発見していく連載。今回は北海道の十勝地方を流れる大河「十勝川」です。

秋出水 泥炭ゆすぐ 十勝川

お盆明けのころからの川の出水を秋出水（あきでみず）と呼ぶそうです。訪れた時の十勝川はまさに秋出水。大雨の後で川の水かさが増え濁っていました。十勝のスケールの大きい風景はここ100年の間に生まれたもので、以前はあまり切り開かれていない泥炭の湿地や密林地帯でした。大雨の時に十勝川が濁る様子は土砂が流れ出したもので、開拓時の泥炭をゆすいでいることを思い起こさせます。

音更（おとふけ）町の十勝が丘展望台から望む十勝川

大樹のような十勝川流域

道東の十勝地方（以下、十勝）の風景に溶け込んでいるハルニレの木を知っていますか？ 広大な大地のなか、太い幹がすっと伸び、放射状にきれいに広がる枝葉は北の大樹と呼ぶにふさわしい様です。このハルニレの大樹のような形の十勝川流域は、ほとんどのところが酪農や畑作の大農業地帯で、日本屈指の食糧基地です。どこまでもつづく大農業地帯のパノラマ風景に爽やかさを感じずにはいられません。

本州からやってきた人々は、十勝川の河口から川を遡りながら十勝の最奥まで入っていきました。この開拓の面影を追って私たちも十勝川の各支流に入りましたが、同じ流域でもそれぞれの支流ごとに産業も文化も異なることがわかります。

今回は十勝川とその四方に広がる支流を旅しながら大樹の流域が開かれていく様を探りました。

河口の開拓と報徳のおしえ

開拓が始まった河口の豊頃町。十勝発祥の地といわれる河口のまち大津にはひっそりと碑が建っています。

この大津、今は静かなまちですが開拓の始まった当初は活気があったそうです。豊頃町教育委員会郷土資料調査員の佐藤信勝さんに開拓の様子をお聞きしました。

「明治に入り、本格的な開拓が北海道各地で始まりました。十勝の内陸に入る道路がなかったため、川が開拓の軸となりました。その拠点として、河口の大津は発展していきます」

大津は港町として人や物資の往来、そしてサケ漁の中心としても栄えていきます。絵図『北海立志図録』には、漁場、牧場、旅人宿なども描かれているように十勝の開拓黎明期の活気が窺えます。

人びとが開拓の心のよりどころにしたのが「報徳のおしえ」（注）でした。豊頃町教育委員会の森直史さんに解説していただきました。

「報徳のおしえとは、豊頃町開拓の祖である二宮尊親の祖父、尊徳がうたった思想で、社会に貢献すればいずれ自分に還元されるという修身を説いたものです」

本州から移り住み、厳しい自然環境のなか、新たに開拓していった人びとが心折れずにがんばれた

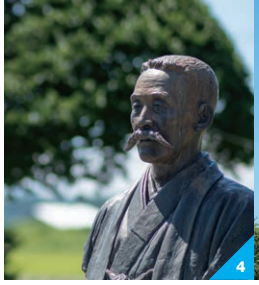
109水系
1964年（昭和39）に制定された新河川法では、分水界や大河川の本流と支流で行政管轄を分けるのではなく、中小河川までまとめて治水と利水を統合した水系として一貫管理する方針が打ち出された。その内、「国土保全上又は国民経済上特に重要な水系で政令で指定したもの」（河川法第4条第1項）を一級水系と定め、全国で109の水系が指定されている。

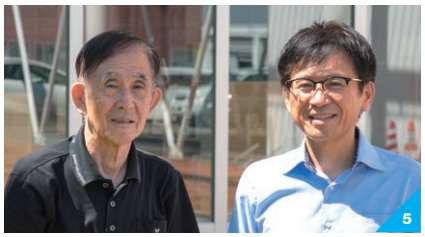
川名の由来【十勝川】
アイヌ語のトカプチ（トカプ・ウシイ）に由来し意味は諸説あるが、「乳房・ある・所」が有力である。河口が東西二口に分かれ、乳が出るがごとく流れが途絶えることがなかったためといわれる。

（注）報徳のおしえ
①至誠（真心を持ち明るい人）、
②勤労（進んで働き努力する人）、
③分度（よく考え、決まりを守る人）、
④推譲（譲り合い、助け合う人）
をうたっている。

坂本 貴啓
さかもと たかあき
東京大学 地域未来社会連携研究機構
北陸サテライト 特任助教

1987年福岡県生まれの川系男子。北九州で育ち、高校生になってから下校途中の遠賀川へ寄り道をするようになり、川に興味をもちはじめ、川に青春を捧げる。全国の河川市民団体に関する研究や川を活かしたまちづくりの調査研究活動を行なっている。筑波大学大学院システム情報工学研究科修了。白川直樹研究室「川と人」ゼミ出身。博士（工学）。国立研究開発法人土木研究所自然共生研究センター専門研究員を経て2021年10月から現職。手取川が流れる石川県白山市の白峰集落に移住。





1 十勝川の河口付近　2 十勝川の河口、開拓発祥の地に広がる大津の街並み　3「十勝発祥之地」の碑　4 豊頃町開拓の祖、二宮尊親の像　5 豊頃町教育委員会の教育課長、森直史さん（右）と郷土資料調査員を務める佐藤信勝さん（左）　6 十勝川から遡って開かれた豊頃町の広大な農地

のも、報徳のおしえによる精神性と尊親という優れた指導者が身近にいたからで、開拓時の不安や葛藤を乗り越えたのだと思います。今でも豊頃の地では報徳のおしえが受け継がれ、地元の小中学生に教育がなされています。地域の精神性を継承する素晴らしいことだと思います。

急勾配の支流を利用 盛んになった木材産業

河口からはじまった開拓は川を伝って上流に進んでいき、最初にぶつかる大きな支流「利別川（としべつがわ）」に行き着きます。農業と並ぶ十勝の大きな産業は林業です。山に囲まれた十勝は森林資源に恵まれ、木を伐り出す木材加工が盛んになっていきます。

集められた木は銃床（クルミ）、マッチの軸木（ドロヤナギ）、タンニン（カシワの樹皮）、線路の枕木や下駄（バッコヤナギ）などの材料として使われました。また大正期に入ると、利別川沿いの本別（ほんべつ）には岡崎公一の誘致によりパルプ工場がつくられ、木材産業の発展に貢献しました。原木の供給、造材、搬入などの事業を一手に担い、森林資源の開発は急速に進んでいったのです。

輸送手段が限られていたこの時

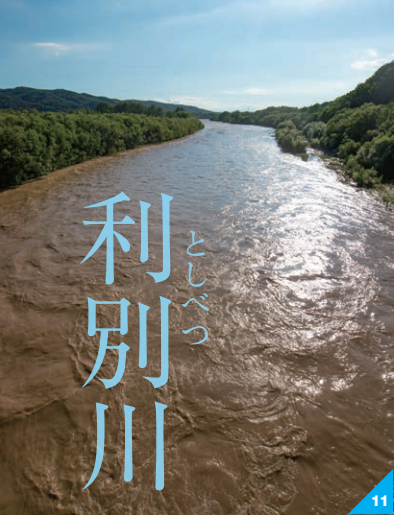
興復社事務所跡（二宮構造改善センター）敷地内にそびえるハルニレの大木。二宮尊親たちの開拓を見守ってきた

十勝川

水系番号	：	13	
都道府県	：	北海道	
源流	：	十勝岳（2077 m）	
河口	：	太平洋	
本川流路延長	：	156 km	17位／109
支川数	：	209 河川	18位／109
流域面積	：	9010 km^2	6位／109
流域耕地面積率	：	25.3 %	8位／109
流域年平均降水量	：	921.6 mm	106位／109
基本高水流量	：	15200 m^3/ s	13位／109
河口換算の基本高水流量※	：	16685 m^3/ s	18位／109
流域内人口	：	33 万 7127 人	35位／109
流域人口密度	：	37 人 / km^2	96位／109

（基本高水流量観測地点：茂岩〈河口から21.1km地点〉）
※河口換算の基本高水流量＝流域面積×比流量（基本高水流量÷基準点の集水面積）
※各水系の比較のため公式発表諸元をもとに坂本貴啓さん作成
データ出典:『河川便覧 2002』（国際建設技術協会発行の日本河川図の裏面）　流域内人口＝国土交通省「一級水系における流域等の面積、総人口、一般資産額等について（流域）」を参照（最終閲覧日 2013 年 4 月）

【十勝川流域の地図】
国土交通省国土数値情報「河川データ（平成 21 年）、流域界データ（昭和 52 年）、行政区域（令和 3）、鉄道データ（令和 3 年）、高速道路時系列データ（令和 3 年）」より編集部で作図



河口

代、山奥で伐り出した木をどうやって運んだのでしょうか。本別町歴史民俗資料館の田野美妃さんに話をうかがいました。

「山奥で伐り出した木を運ぶ時には『修羅場』という場所を使いました。修羅とは、丸太をトイのように組んで滑り落とすしくみです。斜面を滑らせる時、木が摩擦で熱をもつので、燃えないように水をかけながらおろしました」

余談ですが「帰ったら修羅場だ……」など人と人との摩擦を表す言葉はどうやらここからきているようです。また、川も木材輸送に活躍したと田野さんは言います。

「比較的、川から近いところで伐り出された木は『流送』しました。流送とは、川沿いまで運んだ木材を受堤と呼ばれるダムをつくってせき止め、雪解け水である程度水が溜まったところで堤を切って、水の勢いで押し流して運ぶことです。最後は網場と呼ばれる場所で木材を溜め、引き上げた木材は近くの木材加工場に運びました」

修羅場や流送は、山や川を活かして木材を集める開拓時の工夫といえるのではないでしょうか。

音更川
おとふけ

川で探し、磨く 火山の宝石「十勝石」

利別川の支流から大雪山のある西方面に向かうと「音更川」にたどり着きます。この川では「十勝石」と呼ばれる黒曜石が見つかります。石を割ると黒光りする輝きを放ち、宝石のようです。石の使われ方についてひがし大雪自然館の乙幡康之さんに話を聞きました。

「古くは石器として使われていた黒曜石ですが、『十勝石』と特別に呼ぶようになったのは江戸時代ごろで、松浦武四郎の十勝日記には、『十勝石あり……』と出てきます。磨くと光ることから、今でも宝飾品として需要があります」

なぜ、音更川沿いにこの石が多くあるのでしょうか？

「音更川の源流域の十勝三股では、210万年ほど前に火山が噴火して十勝石をつくる溶岩が流れ出ました。その後、十勝石が川で運ばれたため、音更川沿いでは各所で拾うことができます」

実際、私も音更川の河原に行きましたが、5分もしないうちに見つけることができました。実は本別など音更川沿い以外にも、十勝石が発見されています。山の浸食などで流路を変え、今の流路に落ち着いたことが推測できます。十勝石が発見される河川を調べれば、川がどう流れていたかも推察することができるのです。

乙幡さんたちは、十勝石マップをつくり、マーカーとして過去の地形の推定に取り組んでいます。川で拾う石がはるか昔の地形を推定する手がかりを与えてくれていて、なんだかロマンがあります。

7 芽登川を下る流送作業員たち　8 山奥で伐り出した木を運ぶ修羅場（大正末期）。木が摩擦で燃えないように水をかけながらおろした　9 本別林業の功労者である岡崎公一。木材を製紙会社へ供給するシステムを確立した　7 8 9 本別町歴史民俗資料館蔵　10 本別町歴史民俗資料館で館長を務める田野美妃さん　11 本別町の広域的な林業発展に寄与した利別川　12 ひがし大雪自然館の学芸員、乙幡康之さん　13 「十勝石」と呼ばれる黒曜石が数多くある音更川　14 「十勝石」を探す坂本さんと探し当てた「十勝石」

札内川

扇状地ならではの恵みと苦労

十勝川を遡り、最初に出てくる大きな支流は利別川、次は音更川、そして、もう一つ「札内川」です。十勝川には南から合流します。訪れた日の札内川は大雨の後で濁っていましたが、徐々に水が引き、いつもの礫河原が顔を出しはじめていました。

札内川が山間から出てくると、扇状地が広がります。この札内川沿いで開拓時から代々農業を営む中札内村の三上農場・3代目の三上清志さんに話を聞きました。

「中札内では、手亡（白い豆）、大豆、じゃがいも、いなきびなどを開拓時からつくってきました。じゃがいもはでんぷん工場で加工されますが、扇状地に浸み込んでいるきれいな伏流水があるからこそ成り立つ加工業です。当時は水車を回してでんぷん工場を動かしていたそうですが、水車の動力には札内川に注ぐ支川の表流水が使われていました」

札内川の水を活かした農業が行なわれてきましたが、扇状地だけに苦労も多かったようです。

「扇状地は川がつくった地形ですから、畑のなかにも河原の石がごろごろしていて、石拾いに苦労しました。また、砂利が多く、すぐ水が地下に浸み込むために干ばつも多く、札内川ダムができるまでは苦労の連続でした」

扇状地ならではの開拓の苦労を窺い知ることができました。

苦労はあっても札内川の水の美しさや気持ちよさは格別だと三上さんは言います。昔は札内川によく「川狩り」に行ったそうです。十勝特有の、川での野営やピクニックを「川狩り」や「炊事遠足」と言うそうです。川で魚を釣ったり、河原で焚火をして調理したりと自分たちで食べることを楽しみます。たしかにこの広大な札内川の礫河原の風景を見ていると、川を日常的に楽しみたくなるのもよくわかります。

十勝川

失われたものを取り返す十勝川の今

十勝川が開拓の道筋になっていくのに合わせて、十勝川の治水も行なわれるようになりました。開拓後の十勝川について、国土交通省北海道開発局帯広開発建設部治水課の天羽淳さんにお聞きしました。

「十勝川は今年（2022年）で治水事業100年を迎えます。昔の十勝川周辺は泥炭地層で、じゅくじゅくした湿地帯でした。農業を発展させるためにも畑の水はけをよくする必要があり、十勝川の堤防整備などの治水を進めました」

開拓にとって治水が不可欠だったことがわかります。

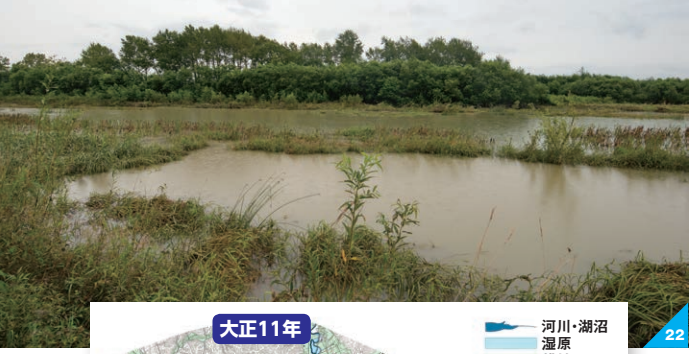
ところが、治水が進むにつれて出てきた課題もあります。河川管理者と連携して活動を行なっている十勝川中流部市民協働会議（以下、十中協）の和田哲也さん、室瀬秋宏さんに話を聞きました。

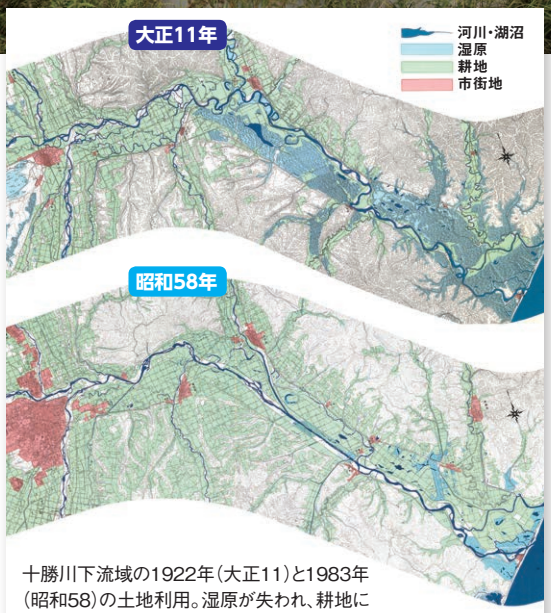
「開拓時の100年前と土地利用に比べると、十勝川流域の湿地帯は90％減少したことがわかります」

土地利用の変遷図を見るとたしかにほとんどの湿地が消失していて、当時の川の姿とは大きく変わっています。湿地は魚類、昆虫類、

さつない
札内川

15 前々日の豪雨による出水で川幅が広がった札内川。ふだんは清流として知られる　16 道の駅「なかさつない」に隣接する「豆資料館（ビーンズ邸）」　17 豆資料館に展示されている豆類。中札内村の開拓を支えた　18 中札内村で農業を営む三上清志さん。中札内村グリーン・ツーリズム推進住民会議の代表も務める　19 中札内村の高台に広がる広大な畑。枝豆が収穫間近だった





十勝川下流域の1922年（大正11）と1983年（昭和58）の土地利用。湿原が失われ、耕地になっていることがわかる 提供：北海道開発局

爬虫類、両生類、鳥類、哺乳類と多くの生物が利用する場であり、生息場を失ったことを意味します。「せめて広い河川空間のなかだけでも湿地を創出しようと、相生中島上流湿地の継続的な維持管理を始めて10年になります」

十中協では、湿地再生の効果を測るため生物種数の調査やCO_2削減量の試算など定量的な調査を地元の帯広農業高校の生徒たちと一緒に取り組んでいます。開拓により生まれた豊かさがある半面、失われた豊かさもあり、その回復に向けた取り組みです。

また、川に少しでも関心ある人を増やしていこうという気運も高まっていて、ここ十勝では「十勝川かわたびプロジェクト」という、川を活用した官民連携の地域づくりが盛んになっています。

十勝川の今

ケショウヤナギとダム

札内川では「ケショウヤナギ」という固有のヤナギをたくさん見ることができます。このヤナギ、競争に弱く、礫河原のような植物間の競争の少ないところでないと生育できません。

しかし礫河原が減る傾向にあるため、札内川ダムの水を一気に流して河原環境を維持する「フラッシュ放流」が毎年行なわれています。

出水期でダムの水位を下げておく必要もある6月中旬ごろ、ケショウヤナギが生育しやすい環境を整えるために、水を放流することにより河道をほぐし自然の力で礫河原を増やす取り組みを行なっているのです。

札内川の礫河原とそこに生える「ケショウヤナギ」

天羽さんは、「川を活かして地域の賑わいづくりに貢献していこうと、地域住民や民間事業者と一緒に『かわたび』をテーマとした地域づくりも進めています」

官民で最近開発したという「川ブレンドコーヒー」を天羽さんに淹れてもらいました。川のそばで飲むとその味は格別です。

治水が行なわれて100年経った今、川の環境を復元させることは、生物だけでなく、人にとっても重要で、これからは治水と環境のバランスのとれた十勝川の姿が模索されていくのだと思います。

十勝川に沿って遡った開拓の熱

開拓に十勝川が使われながら産業や暮らしを築いてきました。サケを採り、木を伐り、原野を開いて営農し、地域の生業（なりわい）を発展させながら豊かな十勝をつくりあげてきました。いまや十勝だけでも生活が成り立つといえるほどです。

河口から始まった開拓の熱気は、川をどんどん遡り、支流域の資源を運び出しながら、川沿いに街を築きつつ、帯広を中心とする十勝の繁栄をつくってきたことを、窺い知ることができました。

（2022年8月17～19日取材）

20 洪水対策として十勝川下流につくられた「千代田分流堰」。この日は大雨により水位上昇中のため、転倒式ゲートが稼働。また、サケなどの魚類が上流へ行けるように魚道も設置されている　21 十勝川中流部市民協働会議の和田哲也さん（左）と室瀬秋宏さん（右）　22 十勝川中流部市民協働会議が維持管理している相生中島上流湿地　23「かわたびほっかいどう」のペナントを手にする国土交通省北海道開発局帯広開発建設部治水課の天羽淳さん　24 十勝の自家焙煎珈琲店3店が、音更川、札内川、十勝川をイメージして開発した「川ブレンドコーヒー」

会議

アドバイザー会議を実施しました！

ミツカン東京ヘッドオフィスで実施したアドバイザー会議

2022年9月にアドバイザー会議を実施しました。3名のアドバイザーに本年度前半の活動について報告。また、2023年度の活動計画案をお伝えしたうえで、活発な意見交換を行ないました。

ご参加いただいた沖大幹さん、陣内秀信さん、鳥越皓之さんからは、さまざまな視点でセンター活動全般に関するアドバイスをいただきました。

アドバイザーの方々の貴重なご意見を参考に、2023年度以降のセンター活動をより有意義なものにするよう努めてまいります。

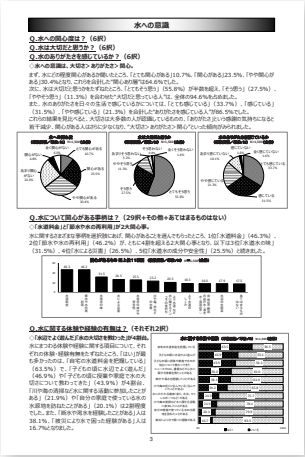
調査

「水にかかわる生活意識調査」HPで公開中

1995年に調査を開始した「水にかかわる生活意識調査」は、日常生活と水のかかわりや意識を明らかにすることを目的とした定点調査です。28回目を迎えた2022年度は、東京圏（東京、神奈川、埼玉、千葉）、大阪圏（大阪、兵庫、京都）、中京圏（愛知、三重、岐阜）の在住者1500名を対象に実施し、集計結果をHPで公開しています。

近年は生活者と水の距離が遠くなっている傾向が見られるため、今回の調査では水への関心や感謝、水に関する体験や経験など、水そのものに対する意識と実態を把握するため、生活者の水への関心度をより浮き彫りにする設問を追加するなど設問構成を見直しました。また、調査結果に関して、今回も当センターのアドバイザーである沖大幹さんに解説していただきました。

まだご覧になったことがない方には、ぜひ一度目を通していただければと思います。



https://www.mizu.gr.jp/chousa/ishiki/2022.html

イベント

「ミツカンの水づかいプロジェクト～栃木工場篇～」開催

栃木工場でのワークショップと栃木工場の見学。円内は講師をお願いした水ジャーナリストの橋本淳司さん

2022年9月、ミツカングループ社員向けの新企画として「ミツカンの水づかいプロジェクト」を実施しました。

講師に水ジャーナリストの橋本淳司さんを迎え、オンライン講演（9月5日）と、ミツカン最大の食酢生産量を誇る栃木工場でのワークショップ（9月22日）の2回構成で実施しました。

オンライン講演には約150名が参加し、「企業にとっての水リスク」「流域の水循環」「ウォーターポジティブの考え方」などを学びました。

ワークショップには20名が参加し、「栃木工場の水づかいを循環型・持続可能なものにするためにはどうしたらいいか？」を、さまざまな部門の社員が考え、チームごとに発表する貴重な機会となりました。

このような、社員が自社の事業活動における「水」の重要性を再認識し、「水」に関する視野を広げる企画を継続していくことで、「人と社会と地球の健康」の実現に向かう「水づかい」につなげてまいります。

水の文化 Information

温泉地取材のお土産をプレゼント！

今号の取材で巡った温泉地のお土産を抽選で9名の読者に差し上げます。右の「72号アンケート」にWebから回答のうえ、ご応募ください。なお、お土産への応募期限は2022年12月31日（土）とさせていただきます。

②城崎温泉麦わら細工の「しおり」

①酸ヶ湯温泉「酸ヶ湯 温泉石けん＆入浴剤」

③黒川温泉「よもぎ石鹸＆入浴剤」

皆さまからの感想、情報をお待ちしています！

『水の文化』72号のアンケートにご協力ください。機関誌『水の文化』をより充実したものにするため参考とさせていただきます。

回答はこちらから →

https://forms.office.com/r/JvjWraauss

アンケート用紙をお持ちの方は
下記へご返信ください。

FAX：03（6784）3056

編集後記

温度が25度でも温泉。皆様は温泉の定義、ご存知でしたか？　私は初めて知りました。全国に数多ある温泉の中、今回取材させていただいたのはほんの一部ではありますが、温泉の魅力とともに、「へぇ、そうなんだ。」と、人に話したくなるような小ネタもお届けできる一冊になっていれば、と思います。（今）

今号の取材を通じて、温泉も限られた資源であるという当たり前のことに気がついた。また、湯あみ着の着用で、多様な人が温泉を楽しむことができる配慮が古くからなされていたことに驚いた。持続可能性・多様性……古来、国民的な人気を得続けている温泉には、今必要とされている精神がギュッと詰まっているのだな、と感慨も新たに、久しぶりに温泉に行きたいな～（松）

過去に暮らしていた地方には「温泉団地」なるものがあり、温泉付き分譲住宅地でした。しかしそこに住む知人曰く、給湯器が温泉の成分で普通よりも早く傷むなど、維持管理は少し大変という話でした。個人宅のお風呂場で大変なのだから、温泉宿などはもっと維持管理が大変なのだろうと思います。旅先の大浴場や露天風呂を気持ちよく使わせていただける事に改めて感謝したいと思います。（飯）

温泉のことを知らなすぎたらしい。3万近くある源泉、それに伴う温泉地が3千弱、それらが47都道府県全てに存在することにまず驚いた。沖縄や伊豆諸島などの離島にもある。これは火山列島である日本ならではなのか、世界と比べて知りたいところだ。温泉の効能にしても眉唾だと思っていたことが医学的な裏付けがあることを知った。行ってみたい温泉地も見つかったし、充実した特集でした。（力）

渓流釣りの後によく訪れる南会津の湯ノ花温泉。4つある共同湯のうち混浴の2つは敬遠していたが、ある日、お気に入りの湯が大混雑。試しに混浴共同湯を覗くと誰もいない。そっと入り、熱々の湯を堪能していると老婦人が戸を開けた。慌てて出ようとする私を制して「子どもの頃から混浴なので気になりませんよ」と言い、気づくと湯船に浸かっている。その滑らかな所作に温泉文化を感じた。（前）

ミツカン水の文化センター機関誌
水の文化 第72号

ホームページアドレス
https://www.mizu.gr.jp/

発行
ミツカン水の文化センター
〒104-0033　東京都中央区新川 1-22-15 茅場町中埜ビル
株式会社 Mizkan Partners
Tel. 03（3555）2607　Fax. 03（3297）8578

発行日
2022年（令和4年）11月 初版1刷

企画協力　（氏名50音順）
沖　大幹　東京大学大学院工学系研究科教授
古賀邦雄　水・河川・湖沼関係文献研究会
陣内秀信　法政大学名誉教授
鳥越皓之　大手前大学教授

制作
今村浩二
松本裕佳
鈴木彩乃
青木広実
小林夕夏
久保悦史
飯野真奈実

編集製作
前川太一郎　編集
中野公力　デザイン・撮影
蔵田　豊　デザイン

執筆
佐々木　聖（pp.10-13、p.24）
手塚ひとみ（pp.25-29）
開　洋美（pp.20-23、pp.42-43）
前川太一郎（pp.6-9、pp.14-19）

撮影
大平正美（pp.16-19）
川本聖哉（pp.4-5、pp.26-29）
藤牧徹也（pp.10-13、pp.20-23、pp.36-41）
渡邉まり子（p.14、pp.42-43）

印刷
中埜総合印刷株式会社

※禁無断転載複写転売

ミツカン 水の文化センター

表紙:酸ヶ湯温泉の名物、総ヒバ造りの「ヒバ千人風呂」。広さ160畳の混浴大浴場。昔から人びとが湯治場として利用してきた
撮影:藤牧徹也

(上)大谿川と柳の並木、古い木造建築の宿が印象的な城崎温泉。「共存共栄」の精神から外湯の利用を促している　撮影:藤牧徹也
(下)須雲川沿いに宿が建ち並ぶ箱根の湯本温泉。江戸時代後期、幕府に「一夜(いちや)湯治」が認められ発展した　撮影:大平正美

FSC www.fsc.org ミックス 責任ある木質資源を使用した紙 FSC® C019247
VEGETABLE OIL INK