

## 長門地区

72 利重旅館 (0837)25-3324	単	アルカリ性単純温泉	宿泊
73 一福旅館 (0837)25-3914	単	アルカリ性単純温泉	宿泊
74 ホテル長門はらだ (0837)25-3521	単	アルカリ性単純温泉	宿泊
75 旅館六角堂 (0837)25-3821	単	アルカリ性単純温泉	宿泊 日帰り入浴
76 楊貴妃浪漫の宿 玉仙閣 (0837)25-3731	単	アルカリ性単純温泉	宿泊 日帰り入浴
77 湯本ハイランドホテルふじ (0837)25-3711	単	アルカリ性単純温泉	宿泊
78 宝珠・湯の宿 枕水 (0837)25-3211	単	アルカリ性単純温泉	宿泊 日帰り入浴
79 山村別館せせらぎ亭 師衣釜厨 (0837)25-3011	単	アルカリ性単純温泉	宿泊 日帰り入浴
80 湯本観光ホテル 西京 (0837)25-3111	単	アルカリ性単純温泉	宿泊 日帰り入浴
81 大谷山荘 (0837)25-3221	単	アルカリ性単純温泉	宿泊 日帰り入浴
82 長門湯本温泉長門立ち寄り湯 恩湯 (0837)25-4100	単	アルカリ性単純温泉	公衆浴場
83 町の湯 (0837)29-0001	単	アルカリ性単純温泉	公衆浴場
84 白猿の湯 (0837)29-0036	単	アルカリ性単純温泉	公衆浴場
85 山口屋別館 (0837)29-0050	単	アルカリ性単純温泉	宿泊
86 湯免ふれあいセンター (0837)43-1000	単	アルカリ性単純温泉	公衆浴場
87 日置農村活性化交流センター (0837)37-4320	単	アルカリ性単純温泉	公衆浴場
88 油谷湾温泉ホテル楊貴館 (0837)32-1234	単	アルカリ性単純温泉	宿泊 日帰り入浴



## 山口温泉伝説

様々な伝説が残る、山口県の温泉。その一部をご紹介します!

### 【川棚温泉】 青龍伝説

今からおよそ1400年前、欽明天皇の時代、この北浦地方一帯に大きな地震が起こり、川棚の一大沼地に住んでいた沼地の主である青龍が地震のために死にました。里人たちは、青龍の死を哀れに思い青龍権現として神に祀り、青龍の霊を慰めるため、神前で太鼓を打ち鳴らしました。すると不思議なことに、青龍の住んでいた跡から温泉がこんこんと湧き出しました。

### 【長門湯本温泉】 音信川恋伝説

長門湯本温泉は今からおよそ570年前に、大寧寺の定庵禪師が住吉大明神からのお告げによって発見されたといわれており、古い歴史をもつ温泉です。清流の音信川(おとずれがわ)には、お茶屋で働く湯女(ゆな)の口に出せぬ秘めたる思い「川の流れよこの気持ち、どうかあの人に届けてくれ」と文にしたため流した「音信」、その伝説が川の由来となり、湯本温泉は「恋人たちの聖地」としてこの切ない伝説を現代に蘇らせました。

### 【俵山温泉】 白猿伝説

今から約1100年前、地元の獵師が獲物を見つけて矢を放ったのですが、逃げてしまいました。しばらくして白い猿が水溜りで傷を洗っていたので、再び矢を放ったところ、たちまち白い猿の姿は消えて、そこに薬師如来様が現れました。白い猿は、薬師如来様の化身でした。その水溜りは温泉でした。それ以来、薬師如来様を温泉の守護神としてまつり、病氣や怪我で温泉にこられる方々がお参りされています。

### 【湯田温泉】 白狐伝説

開湯は約800年前といわれています。白狐が毎夜温泉に浸かっていたところを権現山の麓のお寺の住職が発見したとされます。田んぼの真ん中から温泉が湧き出すとともに、金色のお地蔵さんが現れたことが「湯田」の名前の由来です。



## 温泉泉質

### 単 単純温泉

温度25℃以上で成分が規定量未満の温泉です。一般的には無色透明無味無臭ですが、アルカリ性単純温泉は、ツルツとした感触があります。

### 放 放射能泉

単純弱放射能泉、単純放射能泉、含弱放射能一塩化物泉、含弱放射能一硫黄泉等があります。

### 塩 塩化物泉

塩がらく、濃いものは石けんが使えません。海水に近いものもあります。塩化物泉、含弱放射能一塩化物泉があります。

### 硫 硫黄泉

腐卵臭があり、乳白色の柔らかい沈殿ができます。単純硫黄泉、含弱放射能一硫黄泉があり、いずれもアルカリ性で低濃度です。

### 炭 炭酸水素塩泉

ナトリウム-炭酸水素塩泉があり、アルカリ性です。

## 温泉の適応症

### 浴用 一般適応症

筋肉若しく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感性、末梢循環障害胃腸機能の低下(胃がもたれる、腸にガスが溜まるなど)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

### 泉質から見る適応症

泉質	適応症																				
	調節リウマチ	強直性脊椎炎	冷感性	末梢循環障害	胃十二指腸潰瘍	逆流性食道炎	萎縮性胃炎	便秘	耐糖能異常(糖尿病)	高コレステロール血症	高尿酸血症(痛風)	自律神経不安定症	不眠症	うつ状態	アトピー性皮膚炎	尋常性乾癬	慢性湿疹	表皮化膿症	皮膚乾燥症	きりきず	
単純温泉												浴	浴	浴							
塩化物泉			浴	浴				飲	飲					浴						浴	浴
硫黄泉									飲	飲					浴	浴	浴	浴			
炭酸水素塩泉			浴	浴	飲	飲			飲	飲										浴	浴
放射能泉	浴	浴												浴							

# やまぐちの湯めぐりMAP

山口県には地元で親しまれ、古くからの伝説が残る、数多くの恵まれた温泉地があります。泉質も様々ですが、それぞれに健康維持や病気の治療に役立つ効用があります。温泉の特徴や、そこにまつわる伝説に耳を傾けながら、やまぐちの温泉めぐりをしてみませんか?

## 温泉

### ワンポイントアドバイス

温泉は体にいいからといって、あまり長湯したり飲みすぎると、体がだるくなったり食欲がなくなったりするなど、かえって体の調子をくずすことがあります。浴場や飲泉所などに掲げられている利用上の注意事項をよく守って、温泉を正しく利用しましょう。

### 入浴時間は徐々に長く

入浴時間は、入浴温度によっても異なりますが、はじめは3~10分、なれるにしたがって延長しましょう。なお、入浴回数は1日2~3回位が適当です。

### 飲酒後の入浴は注意しましょう

熱いお湯に入るときは、よくかけ湯をしてから入りましょう。特に飲酒後は注意してください。

### 温泉の成分は洗い流さないで

温泉の有効成分は入浴によって皮膚から浸透します。入浴後は、かぶれやすい人は別として、皮膚についた温泉を水やお湯で洗い流さないでください。(刺激の強い泉質(硫黄泉等)の場合には、温水で洗い流した方がよいです。)

### 温泉は新鮮なものとゆっくり飲もう

温泉は飲用許可のある施設で、新鮮なものをゆっくり飲みましょう。15才以下のお子さんは、原則として飲用を避けてください。

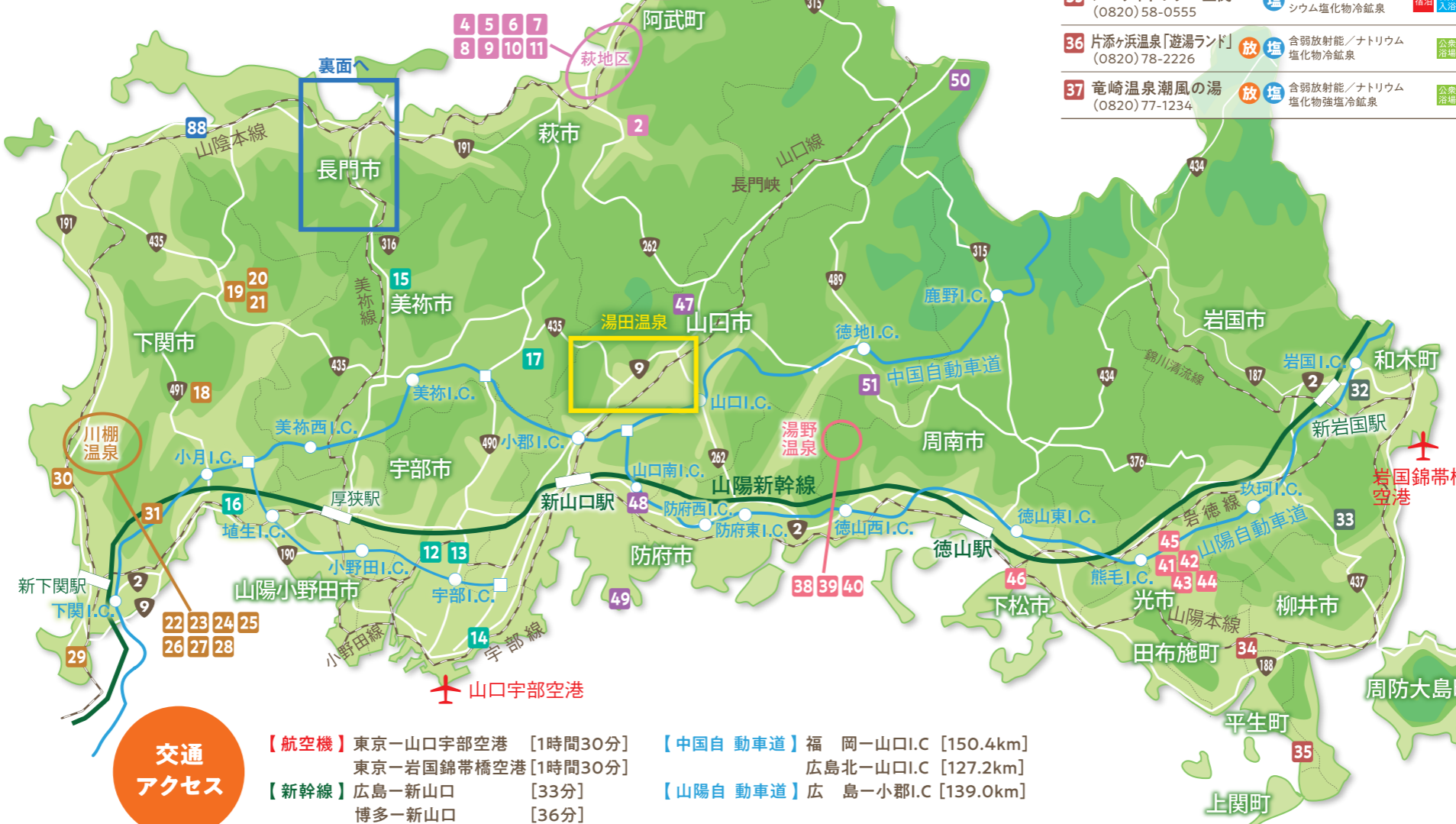
### 禁忌症

次のような症状のときは、一般的に入浴することがいけないといわれています。

病気の活動期(特に熱のあるとき)、活動性の結核、進行した悪性腫瘍又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又は肺の病氣、むくみのあるような重い腎臓の病氣、消化管出血、目に見える出血があるとき、慢性の病氣の急性増悪期

# やまぐちの湯めぐりMAP

※営業日、営業時間、料金等の詳細は各施設にお問い合わせください。  
※掲載施設は、山口県温泉協会会員施設又は会員泉源利用施設です。



## 交通アクセス

- 【航空機】東京ー山口宇部空港 [1時間30分]  
東京ー岩国錦帯橋空港 [1時間30分]
- 【新幹線】広島ー新山口 [33分]  
博多ー新山口 [36分]
- 【中国自動車道】福岡ー山口I.C [150.4km]  
広島北ー山口I.C [127.2km]
- 【山陽自動車道】広島ー小郡I.C [139.0km]

### 萩地区

- 日本海温泉・鹿島の湯 (08388) 2-3106
- 萩阿武川温泉ふれあい会館 (0838) 54-2619
- 田万川温泉「憩いの湯」 (08387) 2-0370
- 萩本陣温泉・湯の丸 (0838) 22-5252
- 萩城三の丸 北門屋敷 (0838) 22-7521
- 雁嶋別荘 (0838) 26-2882
- 萩観光ホテル (0838) 25-0211
- 民宿 阿武川 (0838) 22-2739
- 夕景の宿 萩小町 (0838) 25-0121
- 萩の御厨・高大 (0838) 22-0065
- 宵待ちの宿 萩一輪 (0838) 25-7771

### 宇部地区

- 持世寺温泉 杉野湯 (0836) 62-0020
- 持世寺温泉 上の湯 (0836) 62-0013
- 片倉温泉くぼた (0836) 51-9259
- 道の駅おふく (0837) 56-5005
- 天然温泉みちしお (0836) 79-1126
- 天宿の杜 桂月 (08396) 5-0088

### 下関地区

- きくがわ温泉華陽 (083) 287-3022
- 一の俣温泉グランドホテル (083) 768-0321
- 一の俣温泉観光ホテル (083) 768-0111
- 芳玉旅館 (083) 768-0211

- 川棚温泉元湯びーふる青竜泉 (083) 772-0047
- 玉椿温泉 (083) 772-0005
- 川棚グランドホテル (083) 774-1111
- 寿旅館 (083) 772-0230
- 藤屋 (083) 772-0230
- (有) 小天狗旅館 (083) 772-0215
- 竹園旅館 (083) 772-2345
- 日乃出温泉 (083) 266-5123
- 吉見温泉センター (083) 286-5123
- 王司温泉「清龍館」 (083) 248-1315

### 岩国地区

- 岩国国際観光ホテル (0827) 43-1111
- 株式会社ゆう温泉 (0827) 63-0755

### 柳井地区

- 健康余田温泉 (0820) 23-2551
- シーサイドホテル上関 (0820) 58-0555
- 片添ヶ浜温泉「遊湯ランド」 (0820) 78-2226
- 竜崎温泉潮風の湯 (0820) 77-1234

### 周南地区

- 芳山園 (0834) 83-2255
- 国民舎湯野荘 (0834) 83-2151
- 紫水園 (0834) 83-2345
- バーデンハウス三丘 (0833) 91-1800
- 三水園 (0833) 91-0059
- つるや旅館 (0833) 91-0250
- 周南市東善寺やすらぎの里 (0833) 92-0058
- 株式会社 呼鶴温泉 (0833) 91-0457
- くだまつ健康パーク (0833) 41-2600

### 山口地区 (湯田温泉除く)

- 山口ふれあい館 (083) 923-3351
- 長沢ガーデン (0835) 32-0140
- 海眺の宿 あいお荘 (083) 984-2201
- 願成就温泉 (083) 957-0118
- 山口市島田温泉ふれあいセンター (0835) 54-4545



### 山口地区湯田温泉

- 山口県市町村職員共済組合保養所防長苑 (083) 922-3555
- 山口県婦人教育文化会館「カリエント山口」 (083) 922-2792
- 国家公務員共済組合連合会湯田保養所「KKR山口あさくら」 (083) 922-3268
- 公立学校共済組合山口宿泊所「セントコア山口」 (083) 922-0811
- ビジネスホテルうえの (083) 922-6600
- 割烹温泉旅館 西京 (083) 922-0320
- ユウベルホテル松政 (083) 922-2000
- 入船旅館 (083) 922-0826
- 松田屋ホテル (083) 922-0125
- 湯の宿味の宿 梅乃屋 (083) 922-0051
- 一福 (083) 922-1736
- 亀乃湯 (083) 901-4126
- 京栄旅館 (083) 922-1464
- ホテルニュータナカ (083) 923-1313
- ホテルかめ福 (083) 922-7000
- ホテル喜良久 (083) 922-0333
- ビジネスホテル富士の家 (083) 922-0536
- 温泉の森 (083) 920-1126
- 西の雅 常盤 (083) 922-0091
- 古稀庵 (083) 920-1810