

令和 8 年度 みつば学級 第 2 回講座実施報告

1. 実施日時 令和 8 年 6 月 11 日 (木) 9:30~11:00
2. 実施場所 リトルホール
3. 参加者 27 人
4. 講座内容 講話 「 温泉を楽しみながら健康づくりに生かす 」
講師 下呂発温泉博物館 名誉館長 古田靖志 先生

5. 講座の様子

○輪之内温泉郷 ～実は温泉に恵まれた地域～

輪之内町は、車で 1 時間以内の範囲に数多くの温泉が点在しており、「輪之内温泉郷」と呼んでも過言ではありません。

この地域には火山がないにもかかわらず、高温の温泉が湧出しています。例えば、海津温泉は約 46℃、長島温泉は約 60℃にもなります。

周辺地域では、地下 1,300~1,700m 程度まで掘削することで温泉が湧出しています。

海津温泉	1,365m	羽島温泉	1,300m
池田温泉	1,300m	南濃温泉	1,500m
安八温泉	1,500m	長島温泉	1,540m
養老温泉	1,700m		

一般的に掘削費用は 1m あたり 5~8 万円程度とされており、理論上は個人でも約 1 億円程度の費用をかければ、自宅の庭で温泉を掘り当てることも不可能ではありません。

安八温泉は「夢のお告げ」、一畑山薬師寺は「神のお告げ」で温泉を掘ったという逸話がありますが、実際には約 1,500m もの掘削が行われていることも事実です。

○池田町の温泉

池田町には、池田温泉
池田ゆげ温泉（湯華の郷）
池田さくら温泉 があります。

池田さくら温泉は入浴施設ではなく、温泉をタンクローリーで運搬する供給基地として利用されています。岐阜駅周辺の「天然温泉」をうたうホテルの一部にも供給されています。

○長良川温泉の源泉

岐阜市の三田洞神仏温泉は、長良川温泉の源泉として知られています。

長良川沿いの

十八楼

ホテルパーク

岐阜グランドホテル

鵜匠の家 すぎ山

石金

などの旅館・ホテルでも利用されています。日帰り入浴もあり、スーパー銭湯に似た額で利用できるため、おすすめです。

○温泉の効能

水深 1mの湯に浸かると、身体には約 80kg もの水圧がかかるといわれています。この水圧により血液やリンパの流れが促進され、むくみの軽減などが期待できます。

かつて温泉は、病気の療養や健康回復を目的とした「湯治場」として利用されていました。現在でも、長期滞在や自炊ができる宿泊施設を備えた温泉地が各地に残っています。

しかし現代では、温泉は観光やリフレッシュの場として利用されることが多くなっています。

温泉には泉質による効果だけでなく、「転地効果」と呼ばれる、日常生活から離れて環境を変えることで得られる心身への良い影響があります。また、「温泉は身体に良い」という期待感によるプラシーボ効果もあるといわれています。

つまり温泉の魅力は、泉質だけではなく、「温泉へ出かける」という行為そのものが、心と身体を元気にしてくれることにあるのです。

1 時間半の講義で、日本各地の温泉を旅したような気分になりました。温泉は体を温めるだけでなく、日常を離れてゆっくり過ごすことで心も軽くなる「転地効果」があると知り、納得しました。これからは近くの温泉を巡りながら、健康づくりと仲間との交流を楽しみたいと思います。まずは安八温泉からです。

