

『現代湯治 全国泉質別温泉ガイド』

監修：一般社団法人日本温泉科学会

出版社：淡交社

出版年月：平成30（2019）年3月28日

体裁：B5版 128頁

ISBN：978-4-473-02134-2

価格：1300円＋税

本学会では、「現代湯治」を正しく国民に伝えるために本書の監修を行いました。本書では、環境省の提案による「新・湯治」をベースに、従来の湯治の概念を受け継ぎつつも、現代のライフスタイルに合わせた柔軟な捉え方で温泉を活用して心身をリフレッシュするという考えを「現代湯治」と名付けました。

1) 社会人のライフスタイルでは長期間滞在は難しいため、連休などを利用し、数日間の短期滞在でも湯治と捉えます。2) 正しい湯治の知識をもち、効果ある入浴に、ただ入浴するのではなく、温泉の泉質や効能をしっかりと理解し、医学的・科学的に正しい方法で入浴することで、短期間でも効果が得られるようにします。3) 本格的な湯治へのゲートウェイに、湯治という概念は知っていても、経験はない人が多いという現状をふまえ、まずは気軽に「現代湯治」を体験してもらおう。この体験によって、効能を理解した上での入浴に親しみ

をもち、本格的な湯治に繋がるきっかけとなることを願っています。

掲載した温泉は、医学的・科学的見地から主要な温泉地ばかりでなく、国民保養温泉地、特徴的な温泉地、行きやすさを含め、全国の地域ごと・泉質ごとに選定しました。また、療養泉10泉質の基本的な特徴や泉質別適応症についても、わかりやすく解説しています。全国の泉質別に「現代湯治」をまとめたのは本書が初めてです。本書により「現代湯治」が国民、とりわけ働く女性に理解され、温泉を活用して未病の改善や心身をリフレッシュしていただければ望外の喜びです。

