

# 湯めぐり



南信州は温泉のない市町村を探す方が難しい「温泉王国」。泉質はさまざま、露天風呂、洞窟風呂、展望風呂など施設の個性もさまざまです。

昼神温泉は無色透明なアルカリ性単純硫黄泉で、温度が40℃を超える源泉もある本格派。スベスベとした肌触りで、美肌の湯として人気があります。19軒の温泉宿が立ち並ぶ昼神温泉郷では朝市や各種体験、周遊ツアーなどお湯以外の楽しみも盛りだくさんです。名勝天龍峡に湧く温泉は「入ってよし、飲んでよし」の天然ラドン泉。ほかにも美人の湯といわれるナトリウム炭酸水素泉や、山の中にありながら塩の味がする高濃度塩化物温泉など、それぞれの湯の個性を実感したいところです。



眺めの良さも重要なポイント。上伊那から下伊那にかけては、天竜川の河岸段丘とアルプスを一望できる絶景の温泉地が目白押し。伊那路と木曾路を結ぶ国道256号線沿い木曾路リゾートの温泉は、木曾の山々を眺めながらの入浴が魅力です。



レジャー施設やレストランを併設しているところでは、ファミリーで充実した一日を過ごすことができます。日帰り入浴できるところがほとんどなので、欲張りな「はしご」が可能です。

秋のりんご湯、冬のゆず湯など、季節によってユニークな「変わり風呂」を用意している施設も。手軽さで人気の足湯が楽しめる場所も増えています。

# 湯めぐり心得

## 心入 得浴

## 心利 得用

- この手形一冊で一名様のみ、冊子掲載の「湯めぐり」協賛施設をご利用いただけます。
- 「湯めぐり**無料入浴施設**」51頁〜55頁は、1施設1回のみご利用いただけます。
- 土・日曜日及び祝祭日などで混雑しているとき、施設の休館日やメンテナンス等でご利用いただけない場合もございます。また協賛施設であっても、ご利用いただけないお風呂・家族風呂・貸切露天風呂などもございます。
- 各施設において、湯めぐりの際の駐車場は、混雑によりご利用できない場合がございます。
- 「湯めぐり」は入浴のみのご利用に限らせていただきます。
- バスタオル、タオルは各自でご持参ください。（販売している施設もございます）
- 施設内での事故及び盗難については、利用施設では一切責任を負いかねます。
- 公共の場でのルールを守り、他の利用者の妨げにならないようご協力をお願いします。
- 湯船に入る前には必ずシャワーなどで体をきれいにしてからご入浴ください。
- 湯船の中にタオルを入れないようにしてください。
- 飲食物の持ち込みは固くお断りいたします。
- 洗い場はきれいに使い、次の人が気持ちよく使えるようにしてください。
- 入れ墨をされた方のご入浴は固くお断りいたします。
- 飲酒をされた方のご入浴はお断りいたします。