

知^しつ湯^{とう}と？
福岡の温泉



福岡県観光温泉地協会



これで温泉入浴がもっと楽しくなる！ 温泉の豆知識

温泉の分析表を見てみよう

「温泉分析表ってなんだか難しそう…」と敬遠していませんか？
コソさえつかめば結構カンタン。温泉の成分や適応症を知れば、
さらに「自分好みの温泉」に出会えるはずですよ。

温泉分析書

1. 申告者：〇〇県〇〇部〇〇村 〇〇 〇〇

2. 温泉名・源泉名：〇〇温泉（源泉名：〇〇の湯）
及び湧出地：〇〇県〇〇部〇〇村〇〇〇番地

3. 湧出地における調査及び試験成績

①調査及び試験者：〇〇県保健環境センター 〇〇 〇〇

②調査及び試験年月日：平成 年 月 日

③泉温：43.2℃（調査時の気温19℃）

④湧出量：87.7 リットル／分

⑤知覚的試験：無色透明、無味無臭

⑥pH値：6.5

⑦電気伝導率（略）

4. 試験室における試験成績（略）

5. （略）

6. 泉質：カルシウム・マグネシウム・ナトリウム
炭酸水素塩泉（中性低張性高温泉）

7. 禁忌症、適応症状：「温泉分析書別表」中5に記載する。
平成 年 月 日
〇〇県〇〇市 〇〇県保健環境センター 所長 〇〇 〇〇

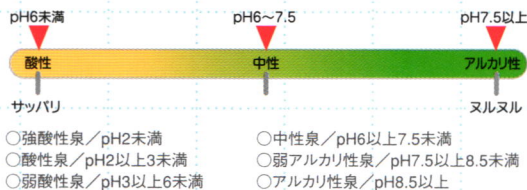
1 所在地と湧出地をチェックしましょう。いわゆる近ければ近いほど、新鮮な温泉ということを意味します。

2 温泉法では水温が25℃以上なら温泉とみなされます。普段、私達が一般的に適温と感じる温度が40℃～41℃。温度の管理方法は、自然冷却、熱交換機の利用、水うめなど様々です。

- 冷鉱泉／25℃以下
- 温泉／34℃～42℃未満
- 微温泉／25℃～34℃未満
- 高温泉／42℃以上

3 毎分何リットル湧出するかを示します。ちなみに、水道の蛇口からは毎分約6リットルの水が流れているといわれます（地域や蛇口のタイプなどによっても異なります）。

4 pHとは水素イオン濃度の単位。酸性～中性～アルカリ性を区別できます。酸性泉は物質を溶かす力が強く殺菌効果があり、また、反対にアルカリ性泉は身体に対する刺激が弱く、その多くは無色透明、無味無臭で、お湯がやわらかいのが特徴的です。



5 現在は11種分類法で分けられるのが一般的です。泉質は温泉の性格。厳密に言えば2つとして同じ泉質はありません。よって好みは十人十色。自分だけのお気に入りはこちらを目安にすると探しやすいでしょう。

日本で一番多い泉質は？

食塩泉が全体の約35%を占めます。以下、単純泉、硫黄泉の順です。逆に少ないのが明礬泉や酸性泉です。

いわゆる「美人湯」はどの泉質？

ナトリウム－炭酸水素塩泉には石けん効果があり、皮脂などの余分な分泌物を洗い流す効果があります。そのほか、アルカリ性単純温泉や、カルシウム－硫酸塩泉などにも肌により成分が含まれます。

正しい温泉の入り方

意外と知っていそうで知らない正しい温泉の入り方。かけ湯や半身浴、マッサージなど、より体に効果的な入浴方法を実践して、更に温泉の達人を目指しましょう。

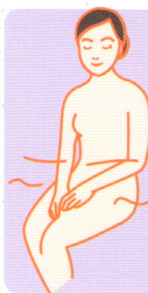
1. 入浴前のかけ湯の2つの意味

湯船に入る前のかけ湯は、「これからお風呂に入る」というサインです。これをしないで入ると、血管が急激に広がり、血圧を下げてしまいます。血管をゆっくりと広げることが体への負担を減らします。基本的にかかり湯は簡単に洗い流す程度でOKです。



2. まずは半身浴でゆっくりと浸かる

温泉の水圧は意外に強く、肩まで浸かってしまうと肺が押されすぐに疲れてしまいます。そこでまずは負担の少ない半身浴がオススメ。最初はもの足りなく感じるかもしれませんが、温められた血液が循環し、すぐポカポカに。リラックス効果もバッチリです。



3. 温度に応じた入浴＋マッサージで血行促進

湯船に浸かる回数は、一度の入浴につき2回が目安。入浴時間は42℃以上の熱めのお湯なら10分程度、37℃～39℃位のぬるめなら20分程度でしょうか。湯に浸かると体力を消耗しますので、無理は禁物。また、入浴中にマッサージなどを取り入れると更に血行が良くなり温泉効果が高まります。



4. 上がり湯はしないで、ひざから下に水をかける程度

湯上がりのかかり湯は、成分を肌になじませるために、しない方がよいといわれます。ただし、泉質によっては、肌を負けてしまう場合もあるので、刺激を感じたらかかり湯で温泉を洗い流しましょう。また、ひざから下に冷水をかければ湯冷め防止にもなります。



5. 失われた水分はしっかり補給

温泉に入ると、たくさん汗をかいたり利尿作用が促進されます。しかし、これによって、脱水症状に陥る場合も。湯上がりにはお茶や水などで水分補給をしましょう。また、化粧水は汗がひいて角質が潤っているうちにつけると効果的。温泉成分と化粧水の両方が肌に浸透して、潤いは更にアップします。

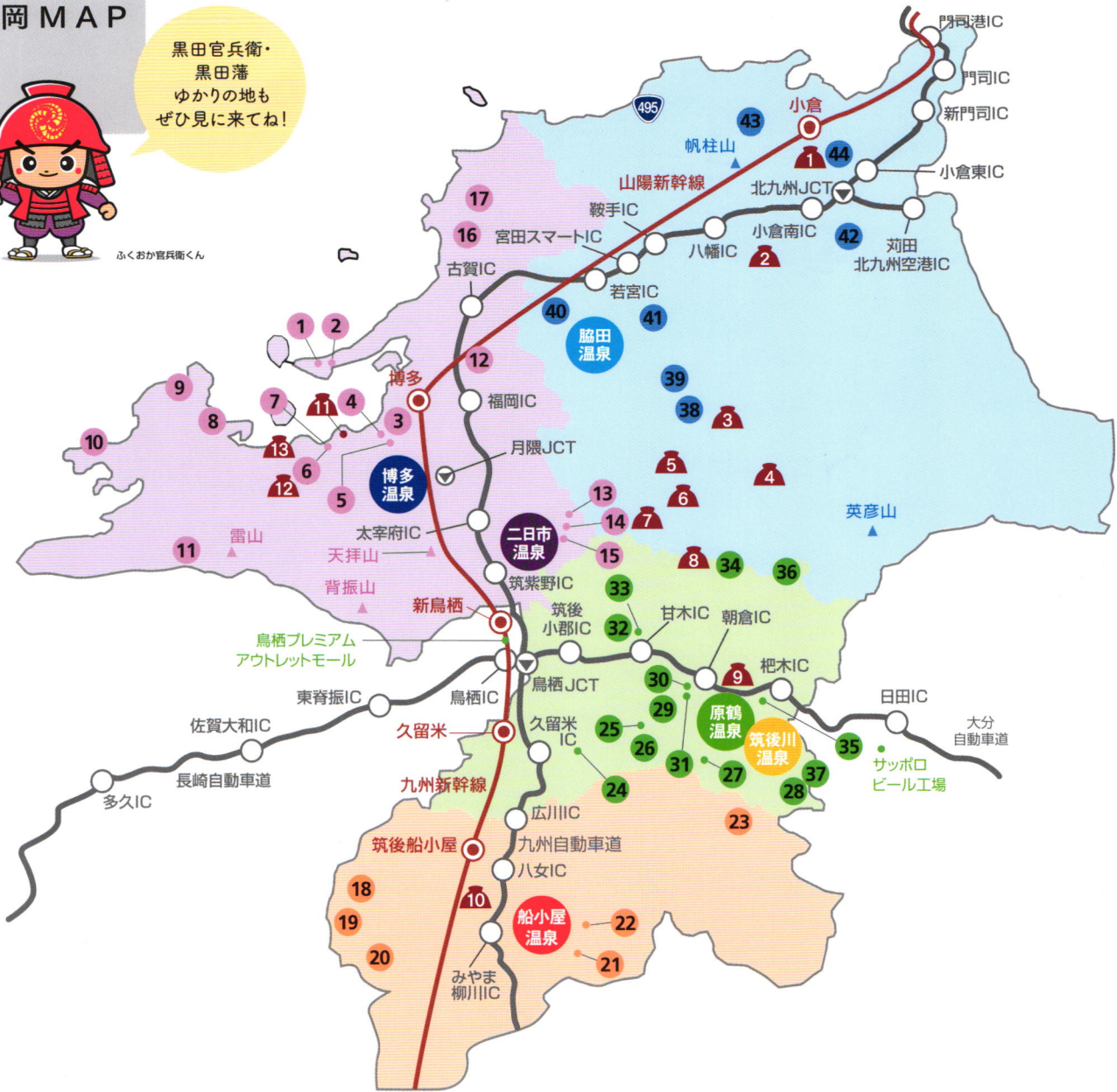


福岡MAP



黒田官兵衛・
黒田藩
ゆかりの地も
ぜひ見に来てね！

ふくおか官兵衛くん



福岡都市圏エリア

- 博多温泉
- 二日市温泉

筑後エリア

- 船小屋温泉

筑後川中流域エリア

- 筑後川温泉
- 原鶴温泉

筑豊・北九州エリア

- 脇田温泉

黒田藩ゆかりの地

- 黒田官兵衛
- 黒田藩

- 1 海の中道公園
- 2 マリンワールド
- 3 JR博多シティ
- 4 キャナルシティ博多
- 5 アサヒビール工場
- 6 福岡市博物館
- 7 ヤフードーム
- 8 元寇防壁
- 9 二見ヶ浦
- 10 芥屋大門
- 11 白糸の滝
- 12 トリアス久山
- 13 太宰府政庁
- 14 太宰府天満宮
- 15 九州国立博物館
- 16 宮地嶽神社
- 17 宗像大社

- 18 古賀政男記念館
- 19 北原白秋生家
- 20 柳川川下り
- 21 清水寺
- 22 中の島公園
- 23 星野文化村

- 24 道の駅くるめ
- 25 紅乙女酒造
- 26 巨峰ワイン工場
- 27 吉井の白壁
- 28 一の瀬焼
- 29 鵜飼い
- 30 朝倉三連水車
- 31 原鶴パークゴルフ場
- 32 キリンビール工場
- 33 筑前町立大刀洗平和記念館
- 34 秋月城跡
- 35 ファームステーションパサロ
- 36 小石原焼
- 37 道の駅うきは

- 38 嘉穂劇場
- 39 旧伊藤伝右衛門邸
- 40 竹原古墳
- 41 宮若俳句の道
- 42 平尾台
- 43 スペースワールド
- 44 小倉城

- 1 小倉城
- 2 鷹取城跡
- 3 飯塚市歴史資料館
- 4 麟翁寺
- 5 西光寺
- 6 冷水峠
- 7 太宰府天満宮「如水の井戸」
- 8 秋月城下町・秋月資料館
- 9 円清寺
- 10 水田天満宮
- 11 崇福寺
- 12 福岡城址・西公園・友泉亭公園・舞鶴公園
- 13 福岡市博物館

詳しくは、ホームページ「クロスロードふくおか」をご覧ください。
<http://www.crossroadfukuoka.jp/>

福岡県観光温泉地協会会員の旅館・ホテル・入浴施設

(平成26年3月現在)

博多温泉

問い合わせ

●博多温泉組合(福岡市南区三宅3丁目19-7)
TEL&FAX(092)561-6117
<http://www.fujinoen.co.jp/>

旅館一覧

●清水園……………(092)591-5553
●富士の苑……………(092)551-4126

浴場のみ

●元湯……………(092)591-6713



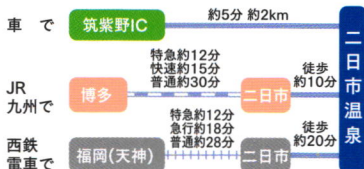
二日市温泉

問い合わせ

●筑紫野市観光協会(筑紫野市JR二日市駅構内)
TEL(092)922-2421 FAX(092)555-6521
<http://www.chikushino.org>

旅館一覧

●大丸別荘……………(092)924-3939
●大観荘……………(092)922-3236
●アイビーホテル筑紫野……………(092)920-2130
●パープルホテル二日市……………(092)555-9061
●松原……………(092)922-3073
●扇屋旅館……………(092)922-2259
●舞鶴荘……………(092)922-2727
●旅館清泉閣……………(092)922-2405
●湯の原……………(092)923-0066



船小屋温泉

問い合わせ

●筑後市観光協会
TEL(0942)53-4229
<http://www.chikugo.net>

旅館一覧

●グランドホテル樋口軒……………(0942)52-2101
●大和屋……………(0942)52-3221
●小松屋……………(0942)53-3413
●凌雲閣……………(0942)53-2280

浴場のみ

●川の駅船小屋恋ぼたる……………(0942)52-8866



筑後川温泉

問い合わせ

●筑後川温泉旅館組合(うきは市浮羽町古川)
TEL&FAX(0943)77-7444
<http://www.city.ukiha.fukuoka.jp>

旅館一覧

●桑之屋……………(0943)77-2148
●清乃屋……………(0943)77-2188
●虹の宿花景色……………(0943)77-2110
●リバーサイドつるき荘……………(0943)77-3181
●ビジネスホテルおがわ……………(0943)77-2435
●ふくせんか……………(0943)77-3131



原鶴温泉

問い合わせ

●原鶴温泉旅館協同組合(朝倉市杷木志波26-12)
TEL(0946)62-0001 FAX(0946)62-2789
<http://www.harazuru.jp>

旅館一覧

●旅館とよみ……………(0946)62-0225
●佐藤荘……………(0946)62-0657
●花のホテルやぐるま荘……………(0946)62-0700
●ホテルパーレンス小野屋……………(0946)62-1120
●六峰館……………(0946)62-1047
●つる屋……………(0946)62-0269
●喜仙……………(0946)62-0047
●菊龍館……………(0946)62-3939
●延命館……………(0946)62-1133
●泰泉閣……………(0946)62-1140
●ビューホテル平成……………(0946)63-3515
●威生閣……………(0943)75-2121
●TOPMEGA伊藤園……………(0946)26-2760
●花水木……………(0946)62-3940

浴場のみ

●光泉……………(0946)62-0715
●愛泉……………(0946)62-0267

脇田温泉

問い合わせ

●脇田温泉旅館組合(観光協会※宮若市脇田)
TEL(0949)55-9090 FAX(0949)55-9091
<http://www.wakakanko.jp>

旅館一覧

●喜楽荘……………(0949)54-0611
●桃源境……………(0949)54-0322
●ホテル楠水閣……………(0949)54-0123
●湯乃禪の里……………(0949)54-0320



【賛助会員】

プロジェクトリンク
移動足湯問い合わせ先

遠賀郡芦屋町山鹿796-9 TEL(093)223-3636
<https://hibiki-ashiya.com/>

information

福岡県観光温泉地協会

〒812-8577福岡市博多区東公園7-7

TEL(092)651-1111(内3695)
FAX(092)643-3431

<http://www.fukuoka-onsen.com>

平成26年3月発行

知っ湯と?
福岡の温泉



ふくおか官兵衛くん

博多温泉

博多駅、空港、天神・中洲より
それぞれ約6km(車で約20分)

那珂川河畔に湧く都心の温泉。人情味あふれる博多が十分に味わえます。新鮮な玄界灘の魚が楽しめるのも魅力。交通至便、近郊観光地への発信基地です。(※特に福岡ヤフードーム、太宰府天満宮へは都市高速利用で約20分です)

【主な泉質】 カルシウム・ナトリウム塩化物泉

【主な効能】 神経痛・筋肉痛・関節痛・五十肩・皮膚病・リウマチ創傷・慢性消化器疾患など

お買い物なら



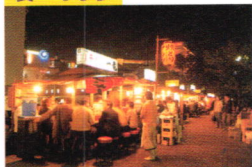
博多や天神まで約20分という便利な立地。JR博多シティやキャナルシティ等のショッピングゾーンが盛り沢山!

お土産なら



福岡といえばやっぱり辛子明太子。数十社の製造会社がかかわりをもって作っており、食べ比べもオススメです。

食べるなら



全国的に有名な博多ラーメン。店舗で楽しむもよし、屋台で味わうもよし。それぞれのこだわりをお楽しみ下さい。

EVENT

- 1月3日…玉せせり(福岡市箱崎宮)
- 5月3～4日…博多どんたく(福岡市)
- 7月1～15日…博多祇園山笠(櫛田神社)
- 8月1日…西日本大濠花火大会(福岡市大濠公園)
- 9月12～18日…放生会(福岡市箱崎宮)
- 9月1～30日…アジアマンス
- 11月第2日曜より15日間…大相撲九州場所(福岡国際センター)

二日市温泉

万葉といで湯の郷 二日市温泉

万葉の時代からの名湯として知られている二日市温泉には、多くの文人墨客が訪れています。九州自動車道「筑紫野IC」からわずか5分。目前に天拝山を望む温泉郷は、史跡巡りや太宰府天満宮での参拝など、今も旅の拠点として多くの観光客で賑わっています。

【主な泉質】 単純泉・放射能泉(ラジウム泉)

【主な効能】 火傷・創傷・皮膚病・動脈硬化症など

観るなら



学問の神様や天神さまとして知られる菅原道真公を祀った、太宰府天満宮。初詣には200万人以上の参拝者があります。

学ぶなら



「日本文化をアジア史的視点から捉える」という今までにないコンセプトで4番目に設立された国立博物館です。

お土産なら



天拝饅頭や梅ヶ枝餅などの道真公を偲ぶお土産から馬油などの美容・健康商品まで、様々なお土産が揃っています。

EVENT

- 1月7日…鬼すべ・うそ替え(太宰府天満宮)
- 3月上旬…曲水の宴(太宰府天満宮)
- 4月29日…二日市温泉藤まつり(天拝公園)
- 7月土用丑の日…うり封じ(武蔵寺)うし湯(御前湯)
- 9月仲秋の名月頃…二日市温泉天拝山観月会(天拝公園)
- 10月17日…山家若戸神楽(山家宝満宮)

船小屋温泉

日本有数の炭酸泉を擁する清流沿いの温泉郷

矢部川の清流に沿い、春は桜、夏は水浴が楽しめ、さらに、中の島公園に繁る大楠樹林など、まるで別天地の感があります。清流と田園情緒にあふれ、源氏蛍が夕涼み客の目を楽しませてくれる、懐かしくて心地よい温泉郷です。

【主な泉質】 含鉄炭酸泉

【主な効能】 慢性胃カタル・胃アトニー・慢性便秘など

歩くなら



樹齢350年を超える大楠が数本も繁る県立自然公園。歩くだけでも心休まる、おすすめのスポットです。

楽しむなら



船小屋温泉の泉質は鉄を含んだ炭酸泉。その含有量は日本有数ともいわれており、鉱泉場での飲用もおすすすめです。

お土産なら



玉露の生産量は日本一という、九州有数の茶処。八女。手塩にかけて育てられた上質な風味は、日本中で愛されています。

EVENT

- 1月7日…鬼夜(久留米市大善寺玉垂宮)
- 3月1日～4月3日…柳川ひなまつり ※さげもんめぐり(柳川市)
- 7月第4土・日曜…大牟田夏まつり(大牟田市)
- 7月最終土曜…筑後・船小屋花火大会(船小屋温泉)
- 8月3～5日…くるめ水の祭典(久留米市)
- 秋分の日をはさむ3日間…福島燈籠人形(八女市福島八幡宮)

筑後川温泉

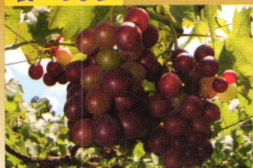
フルーツと民陶の里

筑後川の中流に位置し、杷木ICより車で約5分と観光アクセスに恵まれた温泉地です。夏の風物詩とも言える鵜飼い鑑賞やバラエティ豊かなフルーツ観光があり、アクティブな観光をするにはピッタリの温泉地です。

【主な泉質】 単純泉・放射能泉(ラジウム泉)

【主な効能】 リウマチ・神経痛など

食べるなら



筑後地方は有数の果物の産地。夏になれば梨に巨峰、秋には柿など、糖度たっぷりの旬のフルーツをお楽しみください。

遊ぶなら



毎年2月初旬～4月3日まで「筑後吉井おひなさまめぐり」が開催。町歩きをしながらおひなさまの見学できます。

お土産なら



豊臣秀吉の時代より始められたと伝えられる「一の瀬焼」。素朴で温かみのあるその味わいは、お土産にもおすすめです。

EVENT

- 2月中旬～4月初旬…筑後吉井おひなさまめぐり(うきは市)
- 5月3～5日…筑後吉井の小さな美術館めぐり(うきは市)
- 7月28日…筑後川温泉花火大会(筑後川温泉)
- 8月上旬から…巨峰狩り
(うきは市・朝倉市・久留米市)
- 10月中旬から…柿狩りシーズン
(うきは市・朝倉市ほか)
- 11月3日前後…一の瀬焼陶器まつり(うきは市)

原鶴温泉

湯上がり美人の秘密は
ダブル美肌の湯

筑後川河畔に広がる原鶴温泉は、その昔、筑後川の河原で鶴が湯浴みをしているのを見て、発見されたことからこの名前が付けました。春は桜、夏は鵜飼い、巨峰狩り、秋は紅葉に柿狩りと、温泉だけでなく四季を通して様々に楽しめます。

【主な泉質】 アルカリ性単純泉・硫黄泉

【主な効能】 皮膚病・疲労回復・神経痛など

観るなら



筑後川の夏といえば鵜飼。鵜匠の操る数羽の鵜がかかり火に追われた鮎を捕らえる風景は、まさに夏の風物詩です。

お土産なら



新鮮な野菜や旬の果物などがお値打ち価格で並んでいる道の駅「ファームステーションバサロ」。お土産探しにぜひ。

遊ぶなら



一本の専用クラブを使って18ホールを回るパークゴルフは、お子様からお年寄りまで誰でも気軽に楽しめます。

EVENT

- 2月中旬～4月初旬…筑後吉井おひなさまめぐり(うきは市)
- 3月28日…泥打ちまつり(杷木阿蘇神社)
- 5月20日…原鶴温泉川開き花火大会(原鶴温泉)
…鵜飼い解禁(原鶴温泉)※9月30日まで
- 8月上旬から…巨峰狩り(朝倉市・うきは市)
- 9月中旬から…ひまわりフェア(道の駅 原鶴)
- 10月中旬…ハーブフェスタin原鶴(原鶴温泉)
- 12月2日…おしろいまつり(杷木大山祇神社)

脇田温泉

美しい自然に囲まれた
溪流沿いの静かな温泉

奈良時代からの温泉として古い歴史を持つ脇田温泉は、博多・北九州の奥座敷として、若い方からお年寄りまで広く親しまれている温泉郷です。周囲は自然に満ちあふれており、四季折々の美しい景観を眺めながら、ゆったりとした気分でくつろげます。

【主な泉質】 アルカリ性単純泉

【主な効能】 神経痛・リウマチ・疲労回復など

観るなら



総敷地面積2300坪を誇る「旧伊藤伝右衛門邸」。数奇屋造りの屋敷は趣向を凝らした造りが楽しめます。

遊ぶなら



北九州と博多の間に位置し、それぞれ約1時間という好立地。スペースワールドや嘉穂劇場など、観光スポットも目白押しです。

お土産なら



宮若市で作られる「追い出し猫」。招き猫の背中が怒った顔で災いを追い出す追い出し猫に。人気のお土産です。

EVENT

- 旧暦元旦…和布刈神社(北九州市和布刈神社)
- 5月下旬…宮若全国俳句大会(宮若市観光協会)
- 6月上旬…宮若ぼたるまつり(宮若市観光協会)
- 7月1～15日…博多祇園山笠(櫛田神社)
- 7月第3金・土・日曜…小倉祇園太鼓(北九州市)
- 7月第4金・土・日曜…戸畑祇園山笠(北九州市)
- 12月～1月…日本一の大門松・どんど焼き
(宮若市観光協会)