

温泉通信簿・信州の巻

菅田一郎 (RSKOB)

信州の山懐に抱かれた秘湯で源泉掛け流しの湯に手足を伸ばすのは格別である。6月中旬の1週間、久しぶりに信州に行って来た。たった5軒だがおこがましくも宿の通信簿をつけてみた。

旅程は岡山（新幹線ひかり）→名古屋（特急しなの）→松本（以降レンタカー）→乗鞍高原→坂巻温泉→鹿教湯温泉→高峰温泉→松代温泉→長野（レンタカー返却・特急しなの）→名古屋（新幹線ひかり）→岡山

信州は近いようで遠い。名古屋まで2時間、更に松本まで2時間、長野までなら3時間かかる。

東京、名古屋の大都市圏から比較的便利のため数多くの宿泊施設がある。玉石混淆、平均的には東北や南九州より割高だ。

余談はさしおいて、さあ、浴衣の帯を解こう。

《宿泊編》

① 休暇村乗鞍高原

連泊した。民放健保の補助を使うためである。松本から西へ約1時間、山岳道路を登り切ったところにある。あちこちの休暇村に泊まったが、ここも最高のロケーションと広大な敷地が特色で、原生林に囲まれて広い敷地を持て余しているようにもみえる。

1,300m も掘削、カルシウム・マグネシウム・ナトリウム・炭酸水素塩温泉で大きい浴槽は加温、循環、塩素入、飲泉不可。温泉マニアには向かない

高齢者で混み合っていた。食事は朝夕バイキング。そんなに食べられるのかと心配になるほどトレイに盛っている老人をここでも見かける。

老人パワー、当分日本はダイジョウブだ。

客室数 70、風呂（浴槽数）4、

【宿泊料金】@15,000（連泊）

【通信簿】

部屋 4、料理 3、風呂 2、サービス 2、設備 4、清潔感 4、立地 5

【総合】★★★★



休暇村正面

坂巻温泉旅館（坂巻温泉）

休暇村から車で北へ約40分、松本から上高地に抜ける国道158号線沿いにある一軒宿。

数え切れないほどのトンネルを出てすぐ左折、溪流の絶壁にへばりついたとんでもないロケーション。日本秘湯を守る会の宿でマニアの評価は高くツーリストの紹介は受け付けず直接宿へ申し込む。

スリッパがないのも見識。清潔な莫莖を敷きつめたような廊下が足裏に心地よい。他の客は同世代のカップル1組のみ。

ナトリウム・カルシウム・炭酸水素塩・硫酸塩・塩化物泉。自家源泉掛け流し、飲泉可。75度と高温のため山の湧水で冷却している。透明なお湯に湯の花が乱舞する。

客室数 12、風呂数 4、

【宿泊料金】@13,000

【通信簿】部屋 4、料理 5、風呂 5、サービス 4、設備 4、清潔感 5、
立地 5

【総合】★★★★★



バス停車前を左折



坂巻温泉正面



坂巻温泉露天風呂



坂巻温泉内湯



部屋からのながめ

② こくや旅館（鹿教湯温泉）

坂巻温泉から東へ約1時間半。古くから療養と保養で知られ、和やかな湯治場らしさと穏やかな里山の風情が人気の信州を代表する鹿教湯温泉。

静かな温泉街のはずれにあるこじんまりした宿。50年以上経っているがあまり商売気が感じられない。

玄間のブザーを押すと、若いころ病院の管理栄養士をしていた女将さんがスッピンで出迎えてくれる。突然奥から愛犬プードルに吠えたてられて腰を抜かす。従順な客と分かれば部屋の入り口で待っている可愛いところもある。

鯉料理が評判だが、食べきれないほどの田舎料理。味はしっかりしていて美味しい。透明な単純温泉でややぬる目、懐かしいケロリンの湯桶がうれしい。飲泉可。

他の客はおらず、貸し切り状態。婦人風呂にかみさんとお互い目を背けながら長湯した。ややくたびれた佇まいだが、苦痛になるほどではないし宿泊料の安さを考えれば文句は言えない。

客室数8、風呂数2。

【宿泊料金】@8,550

【通信簿】部屋 3、料理 5、風呂 5、サービス 3、設備 2、清潔感 3、
立地 3

【総合】★★★★



こくや旅館玄関



こくや旅館内湯

③ 高峰温泉

鹿教湯温泉から東へ車で約1時間半、浅間山山麓の西に位置する標高2,000m、雲上の一軒宿である。日本の秘湯を守る会加盟、昭和53年(1978年)ボイラーから出火し焼失した。現在の建物は約30年余前に再建され、材木を多用した立派な宿。合硫黄・カルシウム・ナトリウム・硫酸塩泉、飲泉可。糖尿病に効くと言われ、ポリタンク数本持参して持ち帰る常連客に出くわした。

小諸市街から舗装された登山道をくねくねと登っていく。宿に近づく1キロは未舗装。あいにくの天候で視界30m。景色のよい側の値段がやや高の部屋にしたが全く無駄ではあった。

風呂が格別良い。源泉26度の浴槽と40℃程に加温した浴槽を冷温交互に入る。極楽極楽。

感心するのはフロントから配膳担当の若い男女従業員まで教育が徹底しており、客への対応は満点で心地よい。

自然体験のイベントにも熱心で、「自然観察会」「スノーシュー・XCスキー講習」「星の観察会」「早朝の野鳥教室」「夕方の写真教室」「夜の温泉療養講座」と一部有料だが大半が無料。

翌朝、池の平湿原をガイドに案内してもらった。霧雨の中いやな顔一つせず懇切丁寧に2時間半ほどをすごした。

これまであちこちの温泉めぐりをして来たが、全てにおいてパーフェクト、五指に入る宿であった。宿の再建にまつわる苦労話は「小説・高峰

温泉物語」(野口冬人著)に詳しい。

客室数 23、風呂数 6、

【宿泊料金】@15,000

【通信簿】部屋 5、料理 5、風呂 5、サービス 5、設備 5、清潔感 5、
立地 5

【総合】★★★★★+α



高峰温泉玄関



左が源泉右が加温



部屋からの眺め

④ 国民宿舎松代荘 (松代温泉)

高峰温泉から北へ車で約1時間20分、長野市郊外に松代温泉がある。以前、東京在勤中に数度訪れたことのある加賀井温泉一陽館(日帰り湯)のすぐそばに松代荘がある。

国民宿舎と言えば最近は人気がないが、ここは別。なんといってもお湯が良い。含鉄ナトリウム・カルシウム塩化物泉が源泉そのまま毎分740ℓ注がれている。温度が45度と高く、長湯は無理。茶色の湯が溢れる浴槽は堆積物が固まって独特の造形を見せてくれる。お湯が濃すぎるため飲泉不可の表示がしてある。

長野市内のため大浴場は日帰り客が後を絶たない。建物全体も平屋のため落ち着いた感じである。

客室数 35、風呂数 4

【宿泊料金】@10,000

【通信簿】部屋 3、料理 3、風呂 5、サービス 3、設備 4、清潔感 4、
立地 5

【総合】★★★★



松代荘正面

風呂は客がいたため撮影出来ず。宿のHP ご参考までに。

<http://www.matusirosou.com/hotspa.html>

《外湯編》

乗鞍高原温泉「せせらぎの湯」

今回、外湯に入ったのはこのみ。どうしても書いておきたい。
最初の宿泊地休暇村乗鞍高原から車で5分ほど下り、バス停から50m
下った林の中にぽつんとある無人、無料の立寄り湯。乗鞍高原温泉組合
が管理しており清潔に保たれている。1畳ぐらいの浴槽に白濁の単純硫
黄泉がチョロチョロと注がれ。ぬる目でいつまでも入っていたくなる。
他の客はおらず独占状態だった。



せせらぎの湯外観



せせらぎの湯（男）

《観光編》

① 牛留池

休暇村のすぐそばの原生林にあり、宿の「朝のお散歩」イベントにもなっている。一周500mほどの小さな池だが、水面に残雪の乗鞍岳が映る。



牛留池から乗鞍岳遠望



池のそばのカラマツ

② 善五郎の滝

これも休暇村から近く、徒歩20分。緩やかな下りの遊歩道を行くと滝壺の近くはかなり急な木製の階段。落差25mの豊富な水が滝壺をたたく。帰りは登りで少ししんどい。



善五郎の滝

③ 三本滝

休暇村から車で10分、乗鞍への山岳道路の入り口から徒歩30分。これが思いのほか長く感じる。誰もいない原生林の遊歩道をまだかまだかと進む。滝に近づくと二人組のむっちり老女にバッタリ。熊でも出たのかと驚いた。県内から来たとのこと、サンダル履きでまたびっくり。

原生林の中に3本の滝が流れ落ちる姿はまさに神秘的。
日本の滝百選にも選ばれている。



三本滝説明板



三本滝



長野県側からは通行止め

④ 乗鞍岳畳平

積雪のため長野県側からは6月末まで通行止めで、雪の少ない岐阜県側からの登山になる。県境の安房トンネル（5.6km、普通車750円）を抜けてすぐの平湯温泉まで車で行き、マイカー規制のためバスに乗り換える。運賃は往復2,200円、約1時間で標高2,702mの日本一高いところにある駐車場に着く。晴れた日には北アルプスの穂高岳や槍ヶ岳を一望出来る。当日はまずまずの天気だったが気温5度程度で風は冷たく1時間程いてそそくさと山を降りた。



バスから乗鞍残雪



乗鞍岳畳平



畳平

⑤ 諏訪大社 下社秋宮

松本 I C から車で約 30 分。7 年に一度行われる御柱祭で有名な古社。諏訪大社は諏訪湖の南北に 2 社ずつ 4 ヶ所に分かれて鎮座しているのが特徴。ご本殿を持たない神社としても知られ、ご神木を御神体として祀り、下社秋宮は 1 位の木。訪ねた時も多くの参拝客で賑わっていた。信心深くないためそそくさと引き上げた。



諏訪大社説明板



二礼二拍手一礼

⑥ 海野宿

鹿教湯温泉から小諸に行く途中にある。北国街道の宿場だったところで今なお、江戸時代の旅籠や茅葺屋根、独特の格子やうだつをつけた民家が重要伝統的建物群保存地区に指定されている。住民がそのまま住み続けている様子だったが観光客もまばらで妙に静まり返っていた。

小さな土産物屋に若くはない店員が暇そうにしている、「どちらから？」と声をかけきた。「美人だね」と心にもないお愛想を言ってみたがニコリともされなかった。



海野宿



うだつ

⑦ マンズワイン小諸ワイナリー

時間があつたので寄ってみた。高級ワインを醸造する小さなワイナリー。最初に6～7分のビデオを見て、工場を案内してくれる。敷地の中に葡萄畑がありこれから実をつける大切な時期で工場の方は休止状態。かわりに梅酒の仕込みをしていた。案内も10分かからない。高級ワインの有料を除き無料で試飲させてもらえる。ガイド嬢が緊張のあまり時々言葉に詰るのが初々しかった。新入社員には見えなかったが。



ワイナリー葡萄畑



工場内

⑧ 池の平湿原

高峰温泉から車で砂利道を約20分。噴火により誕生した高層湿原。宿のガイドに案内してもらった。参加は我々二人のみ。あいにくの天候で、時折霧雨、うすら寒く合羽を着てのトレッキングだった。さまざまな高山植物といってもやっと見つける小さなものばかりで、可愛らしいがガイドがいなければ見過ごす。約90分の散策で楽しかった。



倒れた幹から枝が垂直に



イワカガミ

《余談》

- ・最近は列車で目的地近くまで行き、レンタカーを借りることが多い。今回楽天経由で割引キャンペーンを探したが、適切なものがなく、初めてトヨタレンタカーを利用した。車はヴィッツの新型。走行15,000キロメートルの新車に近いものだった。6月9日(日)14:30 松本駅前借り6月15日(土)10:00 長野駅前に乗り捨て返却。基本料金35,700円と免責保証制度6,300円、計42,000円であった。

レンタカーはやはり自動車メーカーがやっているところが良い。もちろんニッポンレンタカーのような大手も安心できる。特別に安いところは走行距離や装備に不満が残る。16万キロも走ったレンタカーを与えられたこともある。最近多くなった100円レンタカーは中古車でカーナビも付いていないことを最初から謳っている。

- これまであちこちの温泉宿に泊まったが、実に様々である。

昔団体客が押し掛けて、ドンチャン騒ぎで賑わった温泉街は大きく様変わりしている。小グループや個人旅行が増え客のニーズを的確に捉えている宿は生き残っているが、昔のままの宿は経営者の高齢化とも相まって落ちぶれ、廃業のところも多い。個人的には、お湯が良ければすべてよし、宿代15,000円まで、部屋数10以下、家族経営でこじんまり、もちろん清潔で料理も並み以上が望ましい。

一般的に温泉街の宿は給湯なので湯質が良いとは言えないし湯量も少ない。逆に山の中の一軒宿で自家源泉であれば文句は言えない。

大きな宿の大浴場は加温、循環ろ過、塩素注入のところが多く「いい湯だなあ！」とはとても言えない。

- 列車の都合で行きは名古屋で、帰りは長野で駅弁を買った。

久しぶりだったが、最近の駅弁は包装や名前にこだわったものが多く、見た目ほど美味しくない。値段も千円は並み。

味付けも濃く、食材も安っぽい。車窓の風景を眺めながらお茶で流し込むありさま。完食ごちそうさま。(完)