

＊アクセス＊



※無料周回バス、送迎バスについては各施設にお問い合わせください。

喜連川温泉のいわれ

喜連川温泉は、昭和56年11月8日、当時の喜連川町により開発された温泉です。

泉質は、ナトリウム・塩化物温泉で、弱アルカリ性低張性高温泉です。微黄色澄明で、身体が温まる、肌がすべすべになるといった特徴があります。

泉質が似ている島根県「斐乃上温泉」、佐賀県「嬉野温泉」と共に、「日本三大美肌の湯」と称されています。

それぞれに趣の違う入浴施設7か所の「喜連川温泉」をお楽しみください。



喜連川温泉 泉質・効能

ナトリウム塩化物泉（弱アルカリ性高温泉）
神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじき、慢性消化器病、冷え症、病後回復期、疲労回復、健康増進、きりぎり、慢性皮膚病、慢性婦人病、糖尿病、やけど、虚弱児童、高血圧、動脈硬化

＊入浴五か条＊

その一「入浴前後にコップ1杯の水分補給を！」

入浴すると発汗により血液粘度が高まり、血液がドロドロの状態となります。

入浴後だけでなく、入浴前にもミネラルウォーターや麦茶等で水分補給を忘れずに！



その二「入浴前には十分なかけ湯を！」



「かけ湯」は体の汚れを落とすためのマナーだけでなく、温泉の泉質や温度に体を慣らす役割があります。手足などの心臓の遠くから順に十分な「かけ湯」を行うことで、入浴中の脳卒中や心臓発作防止に繋がります。

その三「頭に濡れたタオルを乗せて、ゆっくり入浴！」

のぼせやすい「内湯」や「夏の露天風呂」には、「冷たいタオル」を、立ち眩みが起きやすい「冬の露天風呂」には「温かいタオル」を頭に掛けて入浴をしましょう。

「足浴→半身浴→全身浴」の順にゆっくり入浴することで、のぼせ防止、入浴とは逆の順でゆっくりと立ち上がることで立ち眩み防止となります。



その四「一度に長湯せず、分割浴を！」



短い入浴と浴槽から出て休憩することを繰り返すのが「分割浴」です。

例えば、「3分入浴して休憩、また入浴」を3回繰り返すと9分間入浴したことになり、一度に10分間入浴するよりも9分間の「分割浴」の方が湯冷めしにくくなります。

その五「疲労回復には膝下の温冷交互浴が有効！」

膝下にお湯を3分、水を1分かける動作を3～5回繰り返すと、末梢血管が広がり、乳酸などの疲労物質が排出されやすくなります。

※心臓に負担をかけないために「膝下」としていますが、「水かけは膝下、お湯は通常の入浴」であっても同様の効果は得られます。



好評発売中！



喜連川温泉 美肌シリーズ

お問い合わせは①②③④⑤の各温泉施設、街の情報館「和い語り広場」で！



記念品付

1枚(3,000円)で
全7施設の温泉が楽しめる
温泉手形

販売施設
・もとゆ温泉（第1温泉浴場）
・道の駅きつれがわ
・露天風呂（第2温泉浴場）
・電の井ホテル喜連川

◎お問い合わせ

さくら市商工観光課
さくら市観光施設管理協会
道の駅 きつれがわ(温泉直通)

TEL.028-686-6627
TEL.028-686-3284
TEL.028-686-8181

<http://www.city.tochigi-sakura.lg.jp/>



さくら、湯の町、城下町
栃木県さくら市

きつれがわ

喜連川温泉

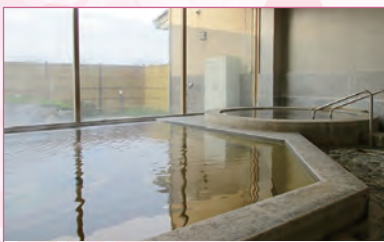
日本三大
美肌の湯



※この情報は、2023年4月1日時点のものです。
ご利用時には、各施設にご確認ください。

日本三大美肌の湯 喜連川温泉

喜連川温泉は、島根の斐乃上温泉・佐賀の嬉野温泉と並んで「日本三大美肌の湯」と言われています。



1 もとゆ温泉 (第1温泉浴場)

清潔感あふれる室内の内湯と、露天風呂の両方が楽しめます。内湯には高温槽と源泉槽の二つの浴槽があります。



さくら市喜連川6620-1 TEL 028-686-3284
営業時間 7:00~21:00 定休日 第1月曜日

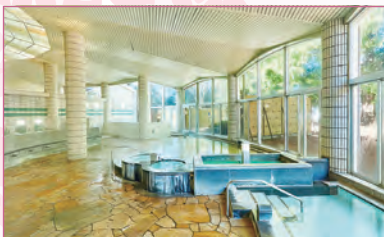


2 お丸山ホテル

静寂に包まれた露天風呂、木の香り漂うサウナ、至高の癒しとなる時間をゆっくりお楽しみください。昼食夕食もご利用いただけます。



さくら市喜連川5445-1 TEL 028-686-6688
営業時間 10:00~21:00 定休日 年中無休



3 亀の井ホテル 喜連川

開放感いっぱいの大浴場、野趣溢れる露天風呂でゆっくり温泉をお楽しみください。



さくら市喜連川5296-1 TEL 028-686-2822
営業時間 10:30~15:00 (受付14:00終了)
休憩室はございません。

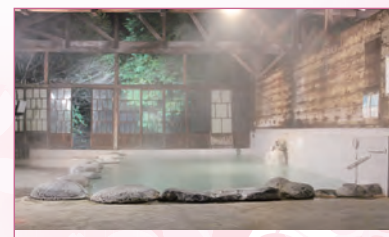


4 露天風呂 (第2温泉浴場)

一度に50人が入浴できる源泉かけ流しの大露天風呂。湯船は大きな石を組んだ岩風呂になっております。



さくら市喜連川871-1 TEL 028-686-5047
営業時間 9:00~21:00 定休日 第3月曜日



5 早乙女温泉

駐車場から漂う硫黄のにおい。田舎の湯治場のような半露天風呂で循環せずかけ流し。身体に成分が染みこむような感覚があり、雰囲気を楽しみ、ゆっくりお湯を楽しめます。



さくら市早乙女2114 TEL 028-686-4126
営業時間 10:00~20:00 (受付19:00終了)
定休日 毎週木曜・金曜日



7 道の駅 きたつがわ

広々とした内湯と源泉かけ流しの露天風呂。人気のサウナがあります。1階と2階にモダンな休憩室があり、湯上がり後もゆっくりお過ごしいただけます。



さくら市喜連川4145-10 TEL 028-686-8181
温泉 10:00~21:30 足湯 11:00~17:00
定休日 第2・4月曜日、1月1日(足湯は毎週月曜日)



6 ハートピア さくらの郷

小高い丘に建つ施設で、展望台大浴場から日光連山や那須の山々を眺めながら入浴できます。露天風呂も楽しめます。



さくら市喜連川5633 TEL 028-686-7091
営業時間 10:00~20:00 定休日 毎週水曜日

各種料金は各施設にお問い合わせ下さい。