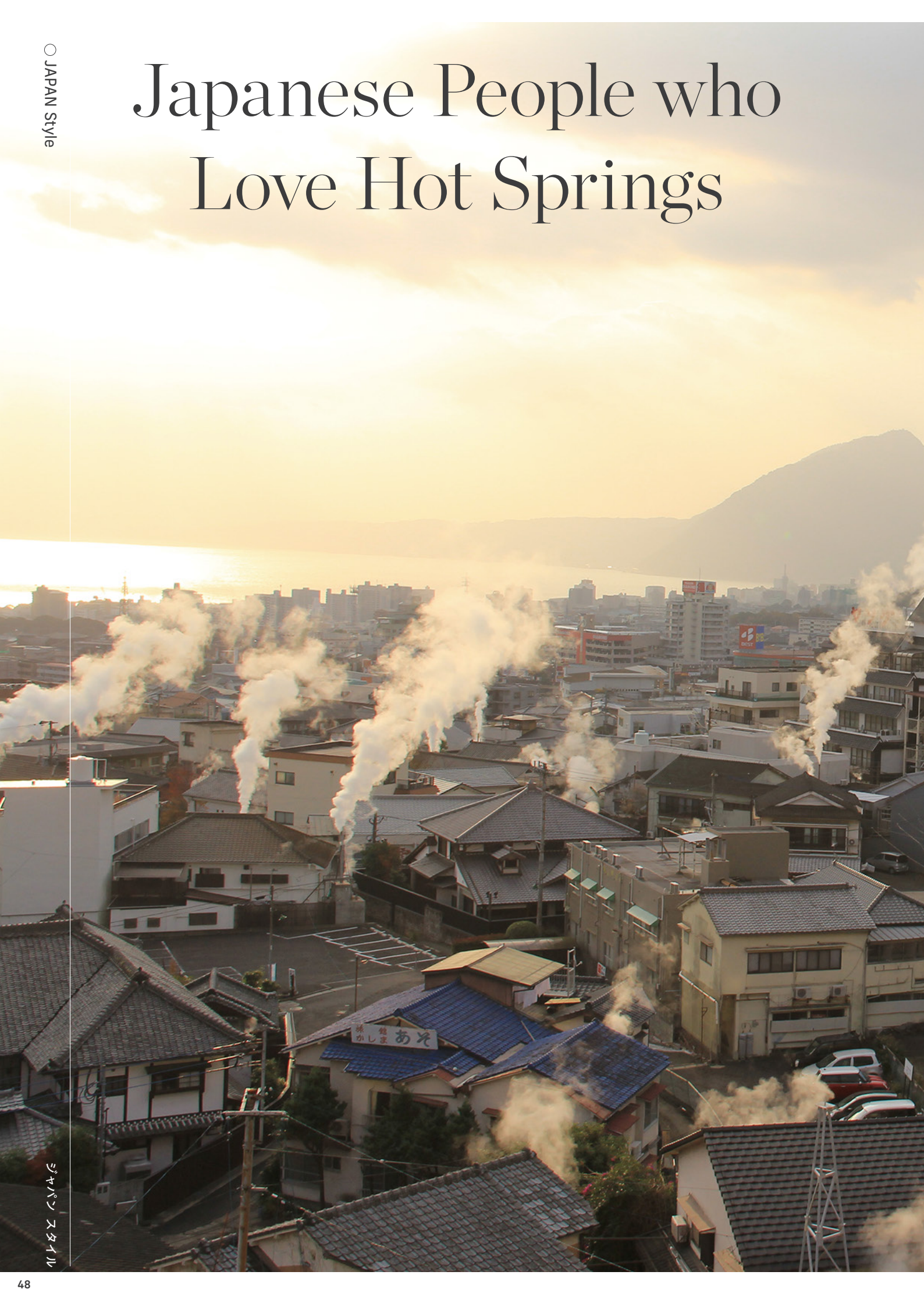


Japanese People who Love Hot Springs



The hardest part of the Corona Pandemic for me was not being able to go to the hot springs. When I soak in the hot water, the steam that fills the spacious bath warms my whole body, relieves my fatigue, and frees my body and mind. I have tried adding bath salts to my bath at home, but nothing can compare to the real thing.

私がコロナ禍で一番つらかったのは温泉
わたし Corona か いちばん おんせん
に行けなかったこと。広々とした浴槽か
い ひろひろ よくそう
ら立ちのぼる大浴場いっばいの湯気、
た だいよくじょう ゆげ
満々とたえられた湯につかると全身が
まんまん ゆ ぜんしん
温まり、疲れがどんととれ、身も心も
あたた つか み こころ
解放されていきます。家のお風呂に入浴
かいほう いえ お風呂 にゆうよく

剤を入れて温泉気分を味わいましたが、
ざい い おんせん きぶん あじ
本物に勝るものはありません。
ほんもの まさ

For Japanese people, the hot springs are a place where they can feel at home. When they are tired, when they have worked hard, when they are sad, when they want to talk slowly with friends, when they want to get together with family, when they want to make noise with friends, or when they want to spend a wonderful time with their loved ones, they invite people to go to onsen. It is like a remedy that restores the body and mind.

日本人にとっての温泉は、心のよりどころ
にほんじん おんせん こころ
と言ってもよいでしょう。疲れたとき、
つか
一生懸命に働いたあと、悲しいことが
いっしょうけんめい はたら かな

あったとき、友とゆっくり話をしたいと
とも はなし
き、家族で集うとき、仲間と騒ぎたいと
かぞく づと なかま さわ
き、恋人としっぼりしたいとき、そんなとき
こいびと
「温泉に行こう」と誘います。まるで、心
おんせん い さそ
と身体を回復させる万能薬のようです。
からだ かいふく ばんのうやく

“Going to a hot spring” includes not only soaking in the hot spring water, but also traveling to a hot spring resort, staying at a hot spring hotel, bathing several times in open-air baths and large baths, eating delicious food unique to the area, and enjoying the travel atmosphere.

「温泉に行く」というのは、温泉のお湯
おんせん い おんせん お湯
につかるということもそうなのですが、温
おん
泉地に旅行して温泉宿に泊まり、露天風
せん ち りょこう おんせんやど と 露天風
ろてんぶ





城崎温泉
きのさきおんせん



Kinosaki Hot Spring

温泉を愛してやまない日本人

おん せん

あい

に ほん じん

呂や大浴場に何度か入り、その土地ならではの美味しいものを食べ、旅情を味わうというすべてが含まれます。

When I arrive at the destination and drop off my luggage, the first thing I often do is put on the inn's geta (wooden clogs) and stroll around the hot spring resort. When I return, I take a bath in the hot spring before dinner. While naked in the large public bath, my body feels warm, and it feels good. After getting out of the bath, I change into a yukata, which is provided at the inn, and go to the dining area. The waitress brings out a succession of dishes and I can sip on cold beer and local sake.

旅先に到着し荷物を置いたら、まず、宿の下駄を履いて温泉街をそぞろ歩く。戻ったら、夕食前に温泉に入ります。裸になって大浴場の湯船につかると身体がポカポカになり、なんともいい気分。お風呂から上がったら宿に用意してある浴衣に着替えて食卓につきます。すると、仲間さんが次から次へとご馳走を運んでくれて、冷たいビールや地酒をクイツと飲んで舌鼓をうちます。

If I am sober enough by the time I go to bed, I may take another bath, but the best feeling is the next morning bath. When you take an open-air bath in the still cold air, only your face is exposed to the fresh morning air, which is cool and comfortable. If I can see Mt. Fuji beyond the steam, I will be very satisfied.

もし寝るまでにお酒が抜けていれば、もう1回入ることもあります。気持ちがいいのは翌日の朝風呂です。まだ冷たい空気の中で露天風呂に入ると、顔だけが朝の新鮮な空気に触れ、冷たくて心地がよい

ものです。これで、湯けむりの向こうに富士山でも見えれば、大満足です。

Since ancient times, Japanese people have loved hot springs. The first mention of hot springs appeared in the “Izumo no Kuni Fudoki” compiled in the Nara Period (8th century), some 1,300 years ago. The book describes Tamatsukuri hot springs in Shimane Prefecture, saying, “Once you bathe in the hot spring, your appearance will be beautiful, and if you bathe again, you will be cured of all your illnesses. People call it the hot water of the gods because it has never failed to cure anything since ancient times.” Japanese people have long revered the warm springs that gush forth from the ground, believing them to be the spiritual inspiration of the gods.

古くから、日本人は温泉を愛してきました。温泉という記述が初めて出てくるのは1300年ほど前、奈良時代(8世紀)に編纂された「出雲国風土記」です。この書物には、島根県・玉造温泉について記述があり、「ひとたび湯を浴びれば容貌美しく、再び湯に入れば万病がことごとく癒える。昔から今まで効かないことがないので、人々は神の湯とよぶ」ということが書かれています。日本人は、地中から湧き出る効能豊かな温かい泉を神様の靈験と考え、崇めてきました。

In the past, there was a custom called “tou-ji,” where people stayed in hot spring resorts for a long time to recover and improve their health. This therapy was intended to draw out the body’s natural healing power by allowing time to flow slowly in the rich natural environment. At the therapeutic baths, there were hot spring monuments inscribed with information on the origin and efficacy of the therapy, as well as small

shrines dedicated to the deity of the hot spring. Nowadays, most people go to hot spring resorts for rest and recuperation rather than for medical treatment.

かつては、温泉地で健康を回復・増進させるために長逗留する、「湯治」という習慣がありました。豊かな自然の中でゆっくり流れる時間に身をゆだねることで、身体が本来持っている自然治癒力を引き出そうという療法です。湯治場には由来や効能などが刻まれた温泉碑が立ち、湯の神をまつる小さな祠などもありました。今は、療養というよりも休養や保養のために温泉地に向かう人が大半です。

There are a number of hot springs I would like to recommend, starting with Hakone Onsen in Kanagawa Prefecture, near Tokyo. You can easily make a day trip to Hakone Onsen. Arima Onsen in Hyogo Prefecture is one of the three oldest hot springs in Japan, with “gold springs” that turn reddish brown when exposed to air due to their high iron content and “silver springs” that are colorless and transparent. It was mentioned in the “Nihon Shoki (Chronicles of Japan)” and enjoyed by TOYOTOMI Hideyoshi and SEN no Rikyu. The hot water of Kusatsu Onsen in Gunma Prefecture is one of the most acidic in Japan and has a strong sterilizing effect. The yubatake (hot spring fields) in the center of the hot spring resort area (where Kusatsu hot spring water gushes out) is also a famous sightseeing spot.

私がお勧めしたい温泉は数々ありますが、まずは東京から近い神奈川県箱根温泉。気軽に日帰りもできます。兵庫県の有馬温泉は、鉄分を多く含むため空気に触れると赤褐色になる「金泉」と、無色透明の「銀泉」が湧く日本三古湯の



鉄輪むし湯の夜景



Night view of Kannawa Hot Spring



From left, Kannawa Ideyu Slope, Footbath at Kannawa and Beppu Hot Spring (Oita Prefecture)

左から、鉄輪いでゆ坂、鉄輪の足湯、別府温泉（大分県）
ひだり かんなわ さか かんなわ あしゆ べっふ おんせん おおいたけん

ひとつ。「日本書紀」にも登場し、豊臣秀吉や千利休も楽しみました。群馬県の草津温泉の湯は日本有数の酸性度を誇り、強い殺菌効果があります。また、温泉街の中心にある湯畑（草津温泉の湯が湧き出る場所）は観光地としても有名です。

Kinosaki Onsen in Hyogo Prefecture is well known due to SHIGA Naoya's novel "At Cape, Kinosaki." You can stay at a riverside inn lined with weeping willows and visit seven public bathhouses. There are about 170 public bathhouses with water of various types of qualities and baths of different sizes, so the more you know about Beppu Onsen, the deeper your knowledge becomes. Beppu's Kannawa Onsen is of such a high quality that it was used as medical treatment for atomic bombing victims.

兵庫県・城崎温泉は、志賀直哉の小説「城の崎にて」で知られています。しだれ柳の立ち並ぶ川沿いの宿に泊まって、7つの外湯（共同浴場）を巡ります。そして大分県・別府温泉には、大きさも入り方も違うさまざまな泉質の共同浴場が約170もありますので、知れば知るほど奥が深い。別府の鉄輪温泉は、原爆症の療養に使われていたほどの泉質です。

Onsen have appeared in so many literary works that there is a term called "onsen literature." NATSUME Soseki, a literary master, set his novel "Botchan" in Dogo Onsen, Ehime Prefecture, and Nobel Prize-winning author KAWABATA Yasunari wrote an impressive scene of the onsen in "The Izu Dancer."

また、温泉文学という言い方があるほど温泉は文学にもたくさん登場します。文豪・夏目漱石は愛媛県・道後温泉を「坊ちゃん」の舞台にし、ノーベル賞作家の川端康成は「伊豆の踊子」で、印象的な温泉の場面を書いています。

With 27,000 hot spring sources, Japan has built a unique culture as one of the world's leading hot spring countries. There are hot springs in 47 prefectures, each with different qualities, colors, temperatures, and smells, with some being cloudy, sulfur-scented, and some with a salty, or bitter taste. The composition of each spring is different, so you can enjoy yourself no matter where you visit. In addition to bathing in the hot springs, there are also various bathing methods, such as a cascading bath, steaming, and bathing in the sand, it is also possible to drink the hot springs water or use it for cooking.

2万7,000本もの源泉（温泉が湧き出してくる場所）がある日本は、世界屈指

の温泉大国として独自の文化を築いてきました。47都道府県すべてに温泉が湧き、それぞれ白濁していたり、硫黄の香りがしたり、塩味や苦みがあるものもあり、成分や色、温度、においなどが異なりますので、どこを訪れても楽しめます。しかも、つかるだけではなく、打たせ湯、蒸し湯、砂湯など入浴の仕方にバリエーションもあるほか、そのまま飲んだり、調理に使ったりもします。

The new all-weather baseball stadium to open in Hokkaido in March 2023 will be the first in the world to have an in-stadium hot spring where you can watch games while soaking in a hot spring. It will be a luxurious experience to enjoy baseball and hot springs at the same time. I look forward to the day when we can enjoy true peace of mind while appreciating the blessings of nature's hot springs.

2023年3月に新しく北海道に誕生する全天候型野球場には、温泉に入りながら観戦できる球場内温泉が世界で初めてできるのだとか。野球と温泉を同時に楽しむ贅沢な体験ができそうです。自然からの恵みである温泉に感謝しつつ、心おきなく真の安らぎを得られる日を待ち望んでいます。