

こんこんと湧くいで湯の里 野沢温泉村

街なかでは どこからともなく 白い湯けむりがたちのぼる
湯をまもり 人をまもり 村をまもる 薬師如来と12神将
いにしえから伝わる13か所の外湯は
訪れる人の身体とココロをあたためます

～外湯めぐりのすすめ～

1. 野沢温泉のお湯（よ）はアツイです

入浴前のかけ湯は共同浴場に入る前のマナーとしてだけでなく、
熱い温泉に入るコツでもあります。胸から遠いところから順に10
杯程度かけると気持ちよくお入りいただけます。

2. 湯花（ゆばな）はテイバンです

浴そう内に漂う白（または黒）の糸状のものは、湯花（ゆばな）と
いいます。温泉の不溶性成分で、もともと源泉中に含まれています。
豊富な湯量を誇る野沢温泉の定番です。

3. お茶菓子とお湯（よ）は相性バツグンです

実は入浴による消費カロリーは軽いジョギングにも相当すると言わ
れています。入浴前にお茶菓子をいただくと適度なエネルギー補給
になり、立ちくらみも防ぎやすくしてくれます。

所要時間	六軒清水35分 八幡清水55分 ※往復移動時間+旅時間の目安です
天気	晴れ
持ち物	水筒

✓ご宿泊予約は
こちらから

野沢の寄り道 自然にふれる小旅 ちべたい！ 清水コース



（季節 オールシーズン）

All rights reserved

