

【観光・ニュートレンド】

「温泉」と「人間ドック」の「ドッキング」
—〈湯けむり・ドック〉—



新・旧の綾が
織りなす温泉街

真庭市国民健康保険湯原温泉病院

<http://www.net626.co.jp/hospital/>

湯原町旅館協働組合

<http://www.yubara.com/>

□ 温泉観光の目玉
「湯けむり・ドック」

「メタボリック症候群」。
厄介な病名である。気が滅
入ってくる。その対策とし
て今春から腹回りにも目を
配る新しい健診が始まった。
男性なら八十五才、女性で
九十才以上あれば要注意と
いう。自業自得とはいえし
まりのない吾が腹を見ては
ため息が出る。たつぷりと
膨らんだ腹、年齢相応の貫
禄、人生を積み重ねてきた
証し、とみるのもう古い
らしい。「メタボリック症候群」と診断さ
れれば「フォローアップ」としてうつと
うしいエキサイズが待っている。息を
一息吹きかければ自由に伸びる魔法の巻
き尺はどこかにないものか、……。
が、その療法が「温泉とヘルシーな山・
海の珍珠」となればどうだろう。無精者
にはピツタリ、話は半分違って来る。決
して夢物語ではなさそうだ。現実になり

名所「砂湯」



寝ころんで
蝶と手らせる
外湯かな
一茶



湯原温泉の位置図



川上俊爾院長
(真庭市国民健康保険湯原温泉病院)

「日本人は温泉の心身への癒し効能を上手く利用してきた」と熱く語るのは、温泉療法の普及に情熱を注ぐ、川上俊爾院長(真庭市国民健康保険湯原温泉病院)。

つつあるのだ。称して「ヘルス・ツアー」。大手旅行会社によれば、現在、全国で二百三十種類の「ヘルス・ツアー」が生まれ、その市場規模は四兆千億円に達するという(国内旅行の市場規模：約二十四兆円)。二年ほど前からとみに増えてきた。こうした「ヘルス・ツアー」の先駆けになったのが「湯原温泉」、「温泉」と「人間ドック」がドッキングした「湯けむり・ドック」。「湯原温泉」は「温泉町」としての原点に立ち返り、「癒し」をテーマに町の活性化、「温泉町」のイメージチェンジに取り組んでいる。

に残る下腹部の不快感。「ペプシノーゲン法」ならこうしたことはない。血液を数cc採取するだけの簡便さ。しかも朝食は十時までなら可能、という。

とはいえ、わざわざ温泉町にまで来て、「人間ドック」に入ろうなどと誰が思い立とう。明日の「ドック入り」を控え夜八時以降は絶食。検査当日ともなれば朝食はもとより、水、煙草、一切厳禁。「癒し」どころか返ってストレスが溜まる。が、医療技術の進歩が「温泉」と「人間ドック」のドッキングを可能にした。「ペプシノーゲン法」、「胃ガン健診」に用いられる。一般的に「胃ガン健診」には「X線法」が用いられている。だが、「X線法」では「絶食」が避けられない。加えて検査後



川上院長による問診

人間ドック検査項目

検査項目	検査内容
診察時	身長、体重、視力、聴力、胸部聴診、腹部触診、直腸検査、乳ガン検査
血圧測定	坐位
尿検査	糖半定量、蛋白半定量、潜血
糞便検査	免疫便潜血反応検査
血液学的検査	抹消血液一般検査、ヘマトリック値、血色素、赤血球数、白血球数
生化学的検査	空腹時血糖、総コレステロール、GOT、GPT、ALP、γ-GTP、中性脂肪、尿酸、クレアチニン、HDL-コレステロール
心電図検査	12誘導
胸部レントゲン検査	直接撮影
胃ガン健診	ペプシノーゲン法

ここに「温泉」と「人間ドック」が融合、「湯けむり・ドック」が誕生した。公立医療機関と温泉宿の協働の成果である。申し込みは泊まりたい宿にドックと合わせて予約すれば済む。後は万事宿が手配。検査当日、朝湯でゆっくり心身を癒し、季節の味覚を賞味。健診は午後一時からスタートする。検査時間はたったの二時間。採血、血圧、視力、身長、体重、…。特に気になることがあれば医師に相談すればよい。念入りにチェックしてくれる。費用は一泊二食の宿代、検査

費用の一切合財を含め約三万円、割安である。一日十人までの限定プラン、平成十六年からスタートし、毎年百名ほどが受診する。団塊の世代や主婦を主な受診客と見込んでいたが、以外にも年齢は二十六〜八十六歳と幅が広い。評判を聞き込み遠くは東京や九州からもやってくる。リピーターも多い。岡山県内の女性グループはグループ旅行として毎年やってくる、とか。そうかと思えば、祖母を車で送ってきた若者が「自分も」ということで、そのまま受診することも珍しくない。

□

「社会にストレスが充満している。『温泉地』はこうしたことにもっと関わっていかないと」、川上さんは強調する。バーデン・バーデン（注：古代ローマ帝国まで遡る温泉保養地、設備の整った医療湯治で世界中から「湯治客」を呼び込んでいる）に代表されるヨーロッパの温泉保養地。温泉専門医が常駐し心休まる療養が受けられる、と聞く。それに負けない「温泉町」を。呑めや歌えのドンちゃん騒ぎはとうの昔今や「隠れ宿に懐石料理」といった謳い文句すら色あせつつあるのだ。



「温泉指南役」の免許証
川上院長は温泉療法医として「指南役」の講師役も務める

□ 町全体が「ひとつの温泉宿」
——「温泉指南役」——

一方、湯原温泉は「温泉指南役」と呼ばれる湯原温泉独自の「温泉インストラクター」制度を持っている。健康状態にあった入浴法を指導する温泉の達人たちである。「温泉を売り物にしておきながら温泉のことはなんにも」。古林伸美理事長（湯原町旅館協同組合）は頭を掻く。PH（水素イオン指数）ひとつをとってみても、温泉の効用とどう関係するのか、

「温泉指南役」おすすめ入浴法

- ①入浴の準備：お化粧は落としてください。
- ②掛け湯：温度に慣れるために足の方から。また、お湯をきれいに保つためにもお尻はよく洗って。
- ③足湯：片足ずつゆっくりと
- ④腰湯：いきなり全身浴せず、3分ほど下半身を温めて。特に冬場の露天風呂では重要です。
- ⑤手湯：入浴中に手のひらのツボをマッサージすると肩こりにも効果的。
- ⑥全身浴1回目：5分以内で
- ⑦休憩：湯船に腰掛けたり、洗い場で休んでください。湯原のお湯には洗浄力があるので石鹸は少なめに。
- ⑧全身浴2回目：5分以内で。
- ⑨上がり湯：シャワーや掛け湯をします。
- ⑩拭く：温泉成分を拭き取ってしまわないよう、バスタオルは軽く使う程度で。
- ⑪水分補給：
- ⑫ゆっくり休む：30分程度休んでください。

自信を持って答えられなかった、という。町の掛け替えのない財産がないがしろになっている。こうした反省から「温泉指南役」は生まれた。平成十五年にスタート、温泉療法医の有資格者が講師を務める。温泉についてのひととおり知識はもとより、正しい入浴法、思わぬ事故に備えての応急手当も指導される。現在、町内で六十五名が活躍。温泉客のなかにも、「指南役」を取得した者が十名もいる、とか。古林さんは「町全体を『指南役』で一杯にしたい」と意気込む。町の将来を担う小学生たちも「指南役」の免許皆

伝に挑戦している、という。

「湯けむり・ドック」に「温泉指南役」、「温泉」の原点に立ち返つての町活性化の取り組み。努力が実り、「人に優しい宿づくり賞(平成十六年度)」で「厚生労働大臣賞」・最優秀賞に輝いた。

□ ■ □

「湯原温泉」は山陰と山陽を結ぶ「大山道」沿いに湧く。江戸時代には既に三十軒あまりの湯屋が並び、行き交う旅人に「癒し」を提供していた。湯量は一分当たり六千リットル、自噴泉では日本一の規模である。狭い谷間にあることから大規模な宿泊施設の建設はままならず、今でも往時の「湯治場」の面影を色濃く残している。川沿いに軒を連ねる二十数軒の宿、ほとんどが宿泊客二十〜四十名ほどのこじんまりした宿である。こうしたことか



古林伸美理事長
(湯原町旅館協同組合)

ら観光バスで大挙して乗り込む団体ツアー客からは敬遠され、客筋のほとんどは小人数のグループ旅行客からなる。

全国で温泉町が苦戦しているなか、「湯原温泉」は善戦している方だ、という。それでもピーク時の昭和四十七年(新幹線岡山駅開業、年間約二十七万人)からすれば客数は六割に減った。ここ数年は対前年比で減少が続いている。

「いつまでも変わらずにここにいたければ自ら変わらなければ」、川上さん、古林さん、共に口を揃える。町が健康であるためには、町にも「新陳代謝」が欠かせない。時代のニーズを先取りした取り組み、それが人々を呼び込み、新しい交流の機会を創

る。女将(おかみ)のな

り手、後継ぎの引き受け手が引く手あまた、こうした「温泉町」に向けて湯原温泉の挑戦は止むことはない。湯原温泉の取り組みにこ

こしばらくは目は離せない。

古林さん愛用のロンドンタクシーで町自慢の「エコツアー」に。宿から廃棄される天ぷら油、その再生オイルで走る。山海の珍味のエキスを存分に吸収したオイルだけにエンジンは極めて快調。下校途中の子供たちが寄ってきた。頬っぺが一樣にピンク色だ。温泉の効能が効いているのであろうか。屈託のない明るい笑顔。この子らが大人になったときには、谷間の温泉町はいろんな人々からなる「千の色」にきつと色づいているに違いない。

【湯原温泉】

【泉質】 アルカリ性単純温泉
五十・一度(自噴泉)

【効能】

美肌効果、慢性皮膚疾患、角化症、神経痛、リウマチ、慢性筋肉痛、運動麻痺、痔疾、慢性消化器疾患、冷え性、五十肩、疲労回復、ほか

