

50↑

50代からの暮らし応援マガジン

コレカラ

心筋梗塞、狭心症、脳卒中の原因は
静かに進む血管の老化です
健康血管をつくる5つの習慣
天板をリニューアル、
カウンター下に収納を付けるetc.
予算20万円から実現
快適キッチンリフォーム術

2010.6月号

☕ 快適度、設備、食事も納得料金でこんなに進化しています

日帰り温泉&スパで 安近短の極楽ホリデー

- 箱根、鬼怒川、伊香保、那須etc.
泊まらずともゆったりできる
0泊2食プランが狙い目です
- お湯も食事もエンタメも。
街なか温泉が進化した

快適度、設備、食事も納得料金でこんなに進化しています

日帰り温泉&スパで 安近短の

極楽ホリデー

いよいよゴールデンウィーク目前です。お出かけの計画はお済みですか？
海外や温泉旅行に行きたいけど、長期の休みは取れない、既に予約がいっぱい……と
旅行を諦めている方も多いのではないのでしょうか。そんな方々におすすめしたいのが日帰り温泉。
ふらりと出かけて、思い切りリフレッシュできる“街なか温泉”から
最近話題の温泉旅館の0泊2食プランまで、日帰り温泉施設をずらりご紹介！

撮影/海老名進 イラスト/マタキサキコ

読者特典の受け方

読者の皆さまに特典サービスをご提供いただいた宿・施設には、読者特典マークが付いています。宿の場合は予約時に、日帰り温泉施設の場合は受付時に「コレカラの読者特典を利用したい」という旨を必ず伝えてください。

泊まった気分を満喫できる 温泉旅館の0泊2食プランが話題です

忙しい人々や節約志向の方から再び注目を集めている日帰りの温泉施設。天然温泉で極楽気分が味わえるのはもちろんですが、休憩所や食事、サービス、設備などのレベルも格段にアップして、満足度の高いスポットが増えています。日帰りの温泉施設といっても、仕事帰りに利用しやすい「都市型スパ・銭湯」や、郊外などにある「クアハウス」、憧れの宿の雰囲

気や温泉をほんのひと時楽しめる「立ち寄り入浴」などさまざまです。なかでも今最も話題なのが、温泉旅館の0泊2食プランです。これは、通常平日の昼前からその日の夜まで滞在できる、いわゆる日帰りプランですが、旅館のおもてなしはそのままに、温泉につかり、客室でくつろぎ、宿ご自慢の食事を昼食と夕食で堪能できるという充実の内容です。詳細は次頁

でご説明しますが、夕方にチェックインして翌日あわただしく宿を後にする宿泊プランよりも、温泉と宿をより満喫できると評判です。しかも料金は宿泊の半額程度ですから、これは利用しない手はありません。お目当ての宿のお試しに、まずは0泊2食プランで訪れ、気に入ったら次は時間に余裕があるときにゆっくり宿泊する、そんな使い方もおすすめです。

栃木県日光市にある『鬼怒川金谷ホテル』の総古代檜風呂。清涼感たっぷりの檜の香りに癒されます。



主人やベットの心配だから日帰りはうれしいわ

混雑してないからゆつくりできていいわね

みなみらんぼうさんオススメ!

軽登山帰りにぜひ寄りたい 関東近郊の日帰り温泉

山の帰りに必ず温泉に寄る、という
みなみらんぼうさん。東京から日帰りで行ける、
オススメの山と温泉を教えてくださいました。

取材・文／大塚真(DECO)



みなみらんぼうさん

1944年宮城県生まれ。シンガーソングライター。作家。中学時代に始めた登山を40代で再開、60歳のときにモンブランにも登頂した。各紙誌に山のエッセイを寄稿するほか、山の著書も多い。『花の50名山』（メディアファクトリー刊）が発売中。

下山後に温泉に入ると、手足も
気持ちもリラックスできます

茶臼岳(1898m)。ロープウェイ
山頂駅から徒歩40分で山頂。

山歩きのための温泉は私の定番コースです。温泉があるのとないのとは山歩きの満足感が全然違う。下山後の食事にビールがあるかないかと同じです(笑)。
山から下りてきて、温泉に入って手足を伸ばすと、気持ちも伸びる。「生きてて良かった」という幸せ感がありますよね。身も心も伸ばすと、モヤモヤした悩みがあっても、吹き飛んでしまいます。

茶臼岳下山後は、那須湯本温泉『鹿の湯』へ。秘湯の面影がある共同湯で、湯壺がいくつあつて、みな湯の温度が違うのが面白い。山梨の『道志の湯』は、昔からある立ち寄り湯で、アットホームな雰囲気魅力です。周りは山ばかりなので、体力に合わせて、好きな山に登れば良いでしょう。
東京の奥多摩にある『もえぎの湯』は、駅から近く、鉄道利用の登山の帰りに寄るのに最適です。山の温泉は、山道をくねくね行き、心細い思いをして「あつた!」というのが醍醐味。日本は山の国でもあるけど、温泉の国でもあると思います。地下から湧く温かい湯という自然の恵みを簡単に享受できるのは幸せなこと。温泉目当てで山登りをする。そんな楽しみ方もあるかもしれませんね。



茶臼岳

名峰・茶臼岳の麓の共同湯 栃木県・那須湯本温泉 元湯 鹿の湯 しかのゆ

湯は熱く、薬分も強いので、入浴前にかぶり湯をし、入浴は2、3分入っては休むを繰り返すと良い。
●栃木県那須郡那須町大字湯本181 ☎0287-76-3098 営8:00~19:00(12~2月は~18:00) 無休 料400円 電車・JR宇都宮線黒磯駅からバスで那須温泉下車徒歩1分 車・東北自動車道那須ICから15分 泉質●硫酸塩泉 効能●神経痛、疲労回復ほか



1湯壺が並ぶ浴室。硫黄を含む酸性の湯。2建物も風情がある。

駅からの
送迎付き!

温泉満喫0泊2食!!
イン12時アウト21時!日帰り昼夕食

滞在時間10時間(個室利用10時間)・9950円

1200平米の大浴場と
多彩なアクティビティ

栃木県・那須湯本温泉 ホテルエピナル那須

東京から東北新幹線でわずか1時間15分でアクセスできる那須高原。駅からホテルまでは送迎付き。高原の真ん中に立つホテルは山の絶景が魅力です。ホテル展望台やフレンチレストランから那須岳を

一望できます。

昼はフレンチ、夜は和食。どちらも那須産の野菜をはじめ近隣の食材を豊富に使った味わい深いもの。併設の温水プールは無料で利用できるほか、ホテル内にはバタ1ゴルフやレンタサイクルなどもあり、充実の一日を過ごせます。



Data

●栃木県那須郡那須町大字高久丙1 ☎0287-78-6000 那須湯本温泉駅より無料送迎バス1日6便。帰りは別途3日前までに要相談 0泊2食プラン●9950円~ ※平日限定 客室利用時間/11:00~21:00 ※月・祝日・祝日明けは12:00~21:00 タオル、バスタオル、浴衣、布巾付き 宿泊料金●1万3750円~ 泉質●単純泉 効能●関節炎ほか カード●可 客室●307室 主要施設●内湯10、露天風呂4ほか

