

信州高山温泉郷 8 つの温泉地 泉質と効能



温泉地名	特徴	源泉℃	泉質	効能
奥山田温泉 1979年開湯	温泉：白濁 北信五岳や北アルプスを一望する山田牧場にある湯けむりの郷。爽やかな自然織りなす四季の彩りとヨーロッパムード漂う山岳風景はまさに「信州のチロル」標高 1,500m の温泉地	五色上 72.9℃ (自噴)蒸気間欠 100ℓ/分	単純硫黄温泉 (pH 6.8)	慢性関節リュウマチ（神経痛）、にきび、皮膚病、痔、便秘、高血圧症、肩こり、腰痛、火傷、呼吸器疾患、糖尿病、不妊症、更年期障害、卵巣機能不全
七味温泉 1889年開湯	温泉：白濁 信州高山温泉郷の最奥部、松川溪谷の上流に湧く七つの源泉をもった閑静な温泉地。七つの源泉から引かれた乳白色の湯は、身体を心から温めてくれます。	七味 1~7号 48.7℃ (自噴)17ℓ/分	含硫黄 - ナトリウム・カルシウム - 硫酸塩・塩化物泉 (pH 3.1)	慢性関節リュウマチ（神経痛）、にきび、皮膚病、痔、便秘、高血圧症、肩こり、腰痛、火傷、呼吸器疾患、糖尿病、不妊症、更年期障害、卵巣機能不全
		8号井 95.5℃ (自噴)200ℓ/分	含硫黄 - ナトリウム・カルシウム - 硫酸塩・塩化物泉 (pH 7.8)	
		新七味 75.2℃ (動力)50ℓ/分	含ヒ素・硫黄 - ナトリウム・カルシウム - 硫酸塩泉 (pH 7.6)	
		牧新七味 47.8℃ (動力)67ℓ/分	単純硫黄泉 (pH 7.0)	
五色温泉 1886年開湯	温泉：白濁 その日の天候で湯の色が五色に変わる不思議泉。古くから「ランプの宿」として親しまれた山間の一軒宿で、素朴な湯船がそのまま残っています。	五色 60.9℃ (自噴) 40ℓ/分	含硫黄 - ナトリウム・カルシウム - 硫酸塩・塩化物温泉 (pH 6.9)	慢性関節リュウマチ（神経痛）、にきび、皮膚病、痔、便秘、高血圧症、肩こり、腰痛、火傷、呼吸器疾患、糖尿病、不妊症、更年期障害、卵巣機能不全
松川溪谷温泉 1965年開湯	温泉：無色透明 豪快に落下する雷滝のすぐ近く溪谷の自然大岩を利用して造られた大野天風呂。深緑・紅葉・雪景と移りゆく松川溪谷の絶景を望みながらの入浴シーンは最高。	1号 65℃ (動力)55ℓ/分 2号 74℃ (動力)135ℓ/分	カルシウム・ナトリウム - 硫酸塩・塩化物温泉 (pH 7.7)	神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、打ち身、くじき、慢性消化器病、痔疾、冷え性、病後回復期、疲労回復、健康増進、切り傷、火傷、慢性皮膚病、慢性婦人病、動脈硬化症
山田温泉 1798年開湯	温泉：無色透明 森鷗外をはじめ多くの文人墨客が愛した、開湯 200年の歴史を持つ古湯。桃山風建築の大湯を中心に並ぶ温泉街は、山間の湯の宿情緒を十分に堪能させてくれます。	元湯 61℃ (動力)170ℓ/分 わなば 81.5℃ (自噴)170ℓ/分 混合使用位置 66.5℃	含硫黄 - ナトリウム・カルシウム - 塩化物温泉 (pH 6.9)	神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、打ち身、くじき、慢性消化器病、痔疾、冷え性、病後回復期、疲労回復、健康増進、切り傷、火傷、慢性皮膚病、虚弱児童、慢性婦人病
蕨温泉 1988年開湯	温泉：無色透明 蕨平の牧歌的な田園風景の中にある心安らぐのどかないで湯。開放感あふれる展望風呂からは、雄大な北アルプスの大パノラマと善光寺平が満喫できます。	蕨温泉 46℃ (動力) 100ℓ/分	含硫黄 - ナトリウム・カルシウム - 塩化物・硫酸塩温泉 (pH 7.9)	神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、打ち身、くじき、消化器病、痔疾、冷え性、切り傷、火傷、皮膚病、婦人病、動脈硬化症
子安温泉 1991年開湯	温泉：微黄白濁 子安神社の近くにある黄白濁の湯が特徴。神経痛・皮膚病など効能豊かなので、リピーターが多く、共同浴場として地元の人にも親しまれている。	子安温泉 35.4℃ (動力) 82ℓ/分	ナトリウム・カルシウム - 塩化物温泉 (pH 6.5)	神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、打ち身、くじき、慢性消化器病、痔疾、冷え性、病後回復期、疲労回復、健康増進、切り傷、火傷、慢性皮膚病、虚弱児童、慢性婦人病
YOU游ランド 1993年開湯	温泉：無色透明 温泉を含むさまざまな施設を持つ、一大プレイランド。水遊びができる溪流広場やターゲットゴルフ場、マレットゴルフ場、または室内温泉プールや展望風呂など一日中楽しめます。	森林スポーツ公園 51℃ (動力) 600ℓ/分	カルシウム・ナトリウム - 塩化物・硫酸塩温泉 (pH 8.1)	神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、打ち身、くじき、消化器病、痔疾、冷え性、切り傷、火傷、皮膚病、婦人病、動脈硬化症

pH 小さい

酸性

pH : 7.0 中性

アルカリ性

pH 大きい