

02

日本で初めて本格導入された ビオファンゴで内からデトックス

「三楽園では本格的なビオファンゴセラピーが受けられます。これを目的に訪れてほしい！」(石井さん) ビオファンゴとは、温泉で熟成された泥のこと。ファンゴセラピー本場のイタリアから専門家を招き、泥の配合や温度、保存状態などを検証、世界的に有名な温泉保養地、イタリア北部・アパノ地方と同様の良質な温泉泥であることも実証済みだ。「イタリアと提携し、温泉泥の製造、施術のノウハウを得て、日本で初めて本格導入したとか。カラダにビオファンゴをたっぷり塗ると、全身の毛穴から汗が噴き出るような感覚で、デトックスが期待できます。細胞から生まれ変わるよう！海の幸が豊富なお料理も美味しいので、カラダが丸ごと喜ぶこと間違いナシです」と石井さんも絶賛。

富山県・庄川温泉郷 鳥越の宿 三楽園



1924年に料理旅館として創業したのが始まりという由緒ある旅館。古くから温泉療法が発達しているイタリアと提携して日本で初めて導入した本格ファンゴセラピーは、新陳代謝を高めて体内の滞りをごっそり解消。施術60分がセットになった宿泊プランも山吹亭客室を選べばひとり¥30000以内で宿泊可能。【ゆったりファンゴプラン】山吹亭客室 ¥28000～(1室2名利用時の1名料金)

DATA
富山県砺波市庄川町金屋839 ☎0120-371260 <http://www.sanrakuen.com/>

01

アミューズメントパークに 来たように楽しさ連続!

「エンターテインメント性が高く、宿泊客を楽しませようという企画力の高いお宿。到着してすぐに振る舞い酒をいただけるなどのおもてなしが嬉しい」と石井さん。その気分を最高潮にしてくれるのが、露天風呂、大浴場の目の前に広がる自然の滝。お湯に浸かりながら滝を眺めるという、贅沢な時間を堪能できる。「貸し切り露天風呂に日本酒の麴釜を使った釜風呂があったり、宿の対岸にある能舞台で地元のおかさんが語り部としてお話をしてくれたり、お宿全体に趣向が凝らされています。カラダを温泉で癒したあと、心までほっこりリラックスできる感じ」泉質は硫酸塩・塩化物泉で、透きとおったお湯がカラダをしっかりと温めてくれる。「乾燥が気になるこれからの季節にピッタリです」

福島県・東山温泉 庄助の宿 瀧の湯



「庄助の宿 瀧の湯」の温泉は開湯から1300年、東山温泉発祥の湯と言われる歴史ある湯を引いた宿。眼下に美しい自然の滝を有する全国でも珍しい宿で、多くの専門家や温泉愛好者に絶大な人気を誇る。会津若松の中心市街地から車でわずか10分という立地も嬉しい。【カップル・ご夫婦DE22種のお料理を仲良くシェアするプラン】一般和室タイプ 朝夕食付き ¥11550～(1名料金)

DATA
福島県会津若松市東山温泉108 ☎0242-29-1000 <http://shousuke.com/>



温泉ビューティ
研究家
石井宏子さん
監修

女ふたりで「温泉ビューティ」

心もカラダも、ほっこりキレイになろう!

紅葉が見ごろになった季節、温泉こそがベスト・デスティネーション。宿泊とエステを合わせても予算3万円で泊まれる温泉地を、温泉ビューティ研究家の石井宏子さんが厳選!

取材・文/前田美保 デザイン/堀 康太郎 (horitz)

でキレイ
になる

アスの湯と
湯!

か訪れれば、各湯の肌あたりつくはず。「クレンジング、保湿化粧品が目的別につくられても泉質によって美容作用がとつ温泉宿で複数の源泉を多量に、もしてきようで炭酸水素塩泉などクレンジング泉質の温泉に入浴を。そのあや塩化物泉といった保湿作用お湯に入ると、より温泉の恵るはずだ(石井さん)

キレイのパワー

る成分の特徴により「どんなか」が異なる。「単純泉は優し肌あたり。塩化物泉は薄いグに肌を包むので、保温&保湿きます。炭酸水素塩泉は肌のレンジング作用が期待でき、アルカリ性でナトリウム-炭酸ヌルヌルと美容液みたいなお肌。硫酸塩泉は美肌力を活性化作用や鎮静作用実にさまざま(石井さん)

と海温泉。違いは?

なると心拍数上がるので血なり、デトックス効果が期待泉成分もカラダに巡りやすい効果も。一方、海温泉は期待でき、リラックスしたいを含んだ温泉は温まり系の泉もアップします(石井さん)

活用術

人の湯と呼ばれる温泉は各地、顔に温泉水をつける人は少「源泉かけ流し限定ですが、る湯口から桶でフレッシュなそこにタオルや市販のお手入を浸して、それを顔にのせまみを顔にも与えてください」

温泉専用
。どんな
使えるよ
で、コッ
済み。温
フェイス
ブ ¥630



つた方
研究家 石井宏子さん

温泉入浴指導員や温泉ソムリエなどドイツにて日本人初の気候療法士とするなど、温泉を独自に研究。「温泉に入れる」という切り口の「温泉ビューティ」として、各種メディアで活躍中。