

ちば

21世紀に
伝えたい

の魅力

No.16

身も心もリラックス
白子の砂風呂



白子町

立地環境を生かした通年型観光の目玉・人工砂風呂

あったかーい砂風呂の効き目は？



全身を包んだ砂の圧力で温泉効果が
さらに促進されるといわれています

九十九里地方南部、白子町にある白子町アクア健康センターでは天然ガスを利用した人工の砂風呂が体験できます。浅く掘った砂の上に浴衣一枚になって仰向けに横たわり、肩からつま先まですき間なく砂をかけてもらい、静かに温まります。湿った砂の表面温度は約45度で、初心者の場合は約10分、慣れた人でも約20分程度を目安に入れます。スコップを手にしたスタッフが砂に空気を入れて温度を下げたり、もっと熱い砂を加えたりして温度を調節します。

徐々に血液の循環が促進され老廃物の排出、酸素や栄養が供給されて、神経痛や肩こり、冷え性、慢性婦人病等に効果があります。

入浴後、その場に5分ほど座っていることが大切です。すぐに立つと、

寝ている時に脳内に送り込まれた血液が一気に下がり酸欠状態になって倒れる場合もあります。その後は十分に水分をとり、休憩します。

ヨウ素イオン濃度が高い泉質の温泉が掘られて町営温泉センターができたのは今から35年前のこと。海岸近くの立地条件と豊富に採れる天然ガスの有効利用を考え、1973年にセンター内に日本初の人工

砂風呂が開設されました。町が夏期型観光地から通年型観光地へと変わっていく中で、観光客や地元住民の保養と健康づくりの場を目指して、1990年、多種類のあ風呂や温水プール、トレーニング室なども兼ね



上／お湯の熱に加え、水圧で温熱効果が高まる渓浴
(手前)と温水プール

下／リゾートマンションが立ち並ぶ白子町の海岸付近。

手前右が同センター、隣は国民宿舎白子荘



備えた「アクア健康センター」となってリニューアルオープンしました。10年間で入場者数は80万人を突破し、専門家による健康相談室の開設など、憩いと健康の拠点となっています。



同センターの目の前は広々とした白子海岸。海水浴シーズンはもちろん、風を求めてスカイスポーツを楽しむ人たちが年間を通じて集います

使用されている砂は施設のすぐ北側を流れる南白亜川河口から運んできます。砂風呂の仕組みは、約80cmの厚さの砂の層の下に約20~30cm幅の砂利の層があり、その下には天然ガスを利用したスチームパイプが張りめぐらされています。砂風呂の利用時間が終わると、一面に水をまき下から温めて毎日3~4時間は砂を蒸して殺菌します。また年3回程度全ての砂を入れ替えます。



●白子町アクア健康センター●

営業時間 10:00~20:00(水曜定休)

利用料金 大人1,700円 中学生1,350円

3歳以上~小学生800円

※毎週木曜日特別割引料金(それぞれ1,000円、800円、500円)※砂風呂は1日3回、別途均一料金300円 詳しくは ☎ 0475-33-6211

ホームページ <http://www.maap.com/aqua>

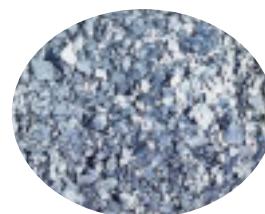
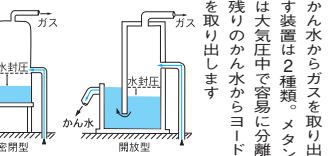
天然ガスはどうやってできた?

平成11年、千葉県の天然ガス生産量は4億5千万m³で全国の20%を占め新潟に次いで2位です。開発地域は山武・長生地域を中心に21市町村にのぼり、推定埋蔵量は7千億m³と言われています。「南関東水溶性天然ガス田」の一部で、ガスは上総層群と呼ばれる地層に含まれる地下水(かん水)に溶けています。主に地下70~数百mにわたって分布していますが、茂原や白子付近では比較的浅い所からの産出が可能なため、開発が進んでいます。天然ガスの成分は約99%がメタンで、その成因は房総半島がまだ海底にあった頃にさかのぼります。海底に堆積した微生物の遺骸から発生したメタンガスを含む海水(化石海水)が移動して集まり、特定の地層に閉じこめられたまま現在まで保存されたと考えられています。

天然ガスは都市ガスや化学工業用原料・燃料に使われてきましたが、大気汚染や地球温暖化への影響が少ないため自動車燃料や燃料電池の原料として期待されています。

ヨードってなんだろう?

地下資源が乏しい日本が輸出している貴重な資源がヨード(ヨウ素)です。生産量は全世界の約3分の1。その90%が千葉県で生産されています。九十九里地方の天然ガスのかん水には多くのヨード分が含まれているのが特徴で、海水の1800~2400倍。ヨードは殺菌消毒剤や写真フィルムの感光剤などの原料として幅広く使われています。昨年、放



射線医学総合研究所は、茂原市周辺で産出されるヨウ素の年代は約5千万年前という研究結果を発表しました。

製品化され、フレーク状になつたヨード

温泉はなぜ体にいいの?

温泉の基準は「温泉法」で定められています。地下水の湧き出る温度が25度以上である場合は無条件に、また25度未満であっても指定された19種類のガスやイオンなどの物質のうち、いずれか1つ以上で基準値以上の量を含んでいれば「温泉」といえま



す。

千葉県内の源泉は約85%が25度未満のもので、使用さ

れているものは119本。そのほとんどが南部にあり、温泉を利用している施設は115カ所あります。泉質は全部で16種類、大きく分けると塩化物泉、炭酸水素塩泉、硫黄泉の3つで、そのほか単純温泉(含有成分が少ないもの)があります。例えばアクア健康センター内の温泉は「含ヨウ素一ナトリウム一塩化物・炭酸水素塩泉」で、浴用の適応症は一般的適応症のほかにきりきず、やけど、慢性皮膚病、虚弱児童、慢性婦人病。このように泉質ごとに適応症や禁忌症があり、また浴用と飲用の場合とがあるので利用には注意が必要です。

温泉の効果を分類してみると、お湯に入った時の温度・浮力・水圧といった物理的効果、含有成分が吸収されて起こる化学的効果、刺激による神経系統や内分泌機能の調整効果があります。また、温泉地の環境の中でリラックスしたり、食事や運動が適切に組み合わさることで総合的な効果もあると考えられます。



●タマネギワイン●

地元商工会が企画した特産タマネギの絞り汁入りの赤ワイン。タマネギの風味を生かし、コクがあってまろやかな口あたり。飲む量は1日50~100ccが目安。アルコール分12%。



●テニスコート集積率No.1●

全国的に有名なテニスの町で、大学生や中・高校生たちの合宿がさかん。460面のコート数は1市町村としては日本一。2005年のインターハイ、2010年の国体ソフトテニス会場の予定地。



全日本学生ソフトテニス大会

冬でもポカポカ 温泉のある公営の宿

飯岡温泉 国民宿舎 飯岡荘



萩園海水
浴場の目の
前にあり、
褐色のラジ
ウム温泉が
名物。九
十九里浜の最
東端・刑部

岬からの夕景が美しく、昨年展望館とアニメ
「あしたのジョー」の石像が完成して話題に。

泉 質■ナトリウム一炭酸水素塩泉

適応症■一般的適応症、きりきず、やけど、
慢性皮膚病 ★日帰り入浴可(年末年始・夏休
み・土曜を除く15:00~20:00) 施設■客
室39室、大プール、ゲートボールコートなど
交 通■JR旭駅からバス約12分、または飯岡
駅からバス約10分 ☎ 0479-57-2661

H.P. <http://www4.ocn.ne.jp/~in0510/index.html>
現地情報■いいおか夕陽キャンペーン～写真コン
テスト、俳句大賞の作品募集。詳しくは夕陽
キャンペーン実行委員会へ ☎ 0479-57-5769

旭九十九里温泉 かんぽの宿 旭

平成11年にオープンした簡易保険加入者福
祉施設。太平洋を見下ろす10階の展望風呂(宿
泊客のみ、14種類のお風呂が楽しめるクアハ
ウスなどで年間を通じて人気。

泉 質■ナトリウム一塩化物強塩泉

適応症■一般的適応症、きりきず、やけど、慢

慢性皮膚病、虚弱児童、慢性婦人病 ★日帰り
入浴可(9:30~21:00) 施設■客室61室、
展望室、コテージなど 交 通■JR旭駅から
バス約15分、徒歩2分。またはタクシー約10分
☎ 0479-63-2161 H.P. <http://www.kampo.kfj.go.jp/sisetsu/yado/2132/index.html> 現地情報■2/3
真福寺節分会 3月下旬鎌数の神楽(伊勢大神宮)



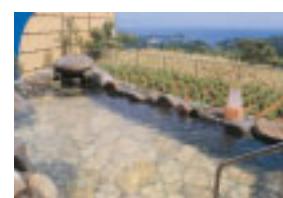
勝浦うばら温泉 かんぽの宿 勝浦

鵜原海岸近くの高台にあり眺めのよい露天風
呂が魅力。勝浦海中公園や鵜の浦など外房を代
表する観光地に近い。簡易保険加入者福祉施設
泉 質■ナトリウム一塩化物強

適応症■一般的適応症、きりきず、やけど、慢



性皮膚病、虚弱児童、慢性婦人病 ★日帰り
入浴可(10:00~20:00) 施設■客室50室、
カラオケルームなど 交 通■JR勝浦駅から
バス約20分。または上総興津駅からタクシー
約10分 所在地■勝浦市鵜原2183-5 ☎ 0470-
76-3011 H.P. <http://www.kampo.kfj.go.jp/sisetsu/yado/2134/index.html> 現地情報■2/23~3/3
かつうらビッグひな祭り～市民会館や市内全
域に約1万体を展示



※宿泊料金は
季節、客室、
料理等によっ
て異なります
ので、各施設
にお問合せく
ださい。

※一般的適応症(浴用) 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、
運動麻痺、関節のこわばり、うつみ、くじき、慢性消化器病、
痔疾、冷え性、病後回復、疲労回復、健康増進

※一般的の禁忌症(浴用) 急性疾患、活動性の結核、悪性腫瘍、
重い心臓病、呼吸不全、腎不全、出血性疾患、高度の貧血、
その他一般に病勢進行中の疾患、妊娠中(特に初期と末期)

◆温泉のある民宿やホテルが立ち並ぶ白子
町中里地区では2月下旬頃から約200本のカ
ワヅザクラが咲き始め、早めのお花見。ま
た7月のイカダのぼり競争で知られる南白
亀川の遊歩道にもサクラの並木があり、中
央公民館から白子神社にかけてカワヅザク
ラが見られます。ほかにもソメイヨシノと
オオシマザクラが植えられています。

◆白子町観光協会 ☎ 0475-33-2111