GOZUONSEN RYOKAN GUIDE

五頭温泉郷旅館ガイド
－新潟県阿賀野市－

ごずの麓のお宿本

雰囲気も料理も抜群
3つの温泉
12のお宿

出湯（でゆ）温泉

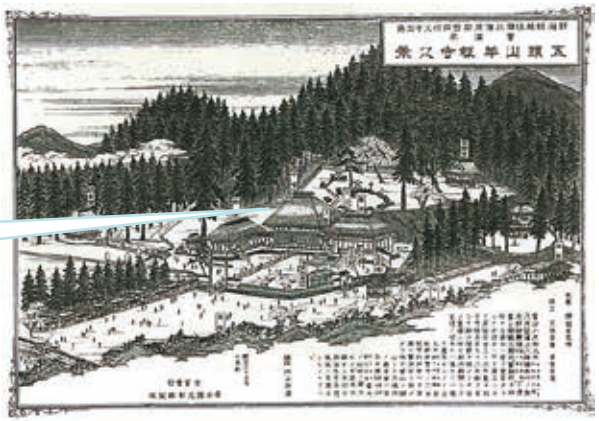
今板（いまいた）温泉

村杉（むらすぎ）温泉

新潟県観光地
満足度調査
2012&2014
総合満足度
No.1
五頭温泉郷

実に1,200年以上の歴史。弘法大師ゆかりの温泉地 五頭温泉郷は、効能高いラジウム温泉なのです。

**大同4年（809年）、空海（弘法大師）が五頭山の五つの峰に
五社大権現として仏像を安置し、五頭の本尊としました。
そしてその麓の地を杖で突き、温泉が湧きだしたのが、五頭温泉郷の始まりと言われているのです。**

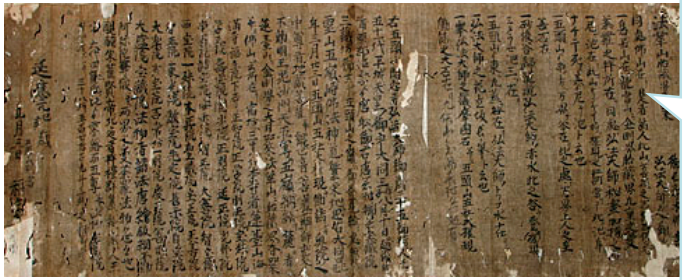


華報寺が描かれている!

現在の華報寺

⬆県内随一の歴史を持つ温泉の源泉は華報寺の境内にある共同浴場に湧き出ています

⬆こちらは、大日本名蹟図誌、第九編（明治35年刊）に記された五頭山華報寺の全景[五頭郷土文化18号より]



弘法大師の五頭山開山を記した最古の文献『五頭山旧記』（延應元年/1239年）、「弘法大師秘密加持之湯」「五頭山五社大權現」という記述がみられる

ラジウム温泉が免疫力を高めます

新潟市から車で40分。五つの峰を持つ五頭山の山懐にある、出湯、今板、村杉の3つの温泉地が五頭温泉郷。湯治場の趣を残した静かな温泉地として、そして美味しい味覚の里として知られています。

そこには個性あふれる12の宿があり、それらのすべてが効能高いラジウム温泉（単純放射能泉・単純放射能冷鉱泉・ラドン温泉）です。

ラドン温泉とも呼ばれるラジウム温泉水には気体のラドンが含まれています。このラドンが体細胞を活性化し、身体の免疫力向上、疲労回復、老化防止、さらに婦人病などにも効果があると考えられているのです。

ぬるめのお湯に時間をかけて浸かることで、皮膚を通して有効成分を吸収。さらに立ち上る湯気を鼻から吸入することでも確かな効能を得られるはずです。

すごいぞ! 五頭温泉郷

1200年の歴史と効能高いラジウム泉。五頭温泉郷の温泉はすごいんです。

ラジウム温泉のベストな浸かり方

ラジウム泉はちょっとぬるめのお湯です。ゆっくり時間をかけて入浴し、皮膚から、そして鼻から吸入し、有効成分を取り入れましょう。

出湯 今板 村杉 3つの温泉地をめぐろう

どこかのんびりムードな3つの温泉地。歩いてるだけなのに癒されちゃうんだな

遊歩道や足湯。お散歩の立ち寄り場所いろいろ

国道290号沿いに点在する3つの温泉地、出湯・今板・村杉。それぞれに趣の異なる3つの温泉地を散策してみるのもオススメなのです。

まずは、新潟県最古の湯、出湯温泉。由緒ある華報寺の門前で5つのお宿が営業しています。弘法の足湯のぬるーいお湯に足を浸して、じっくりゆっくりラジウム温泉の効果を感じてみましょう。今板温泉のお宿は1軒のみ。微妙にポーズの異なる六地蔵は写真撮影にオススメ。そして6軒の宿がある村杉温泉。薬師堂裏の森の中に続く遊歩道を歩いたら、薬師の足湯や村杉露天風呂でのんびりしましょ。

Let's Enjoy

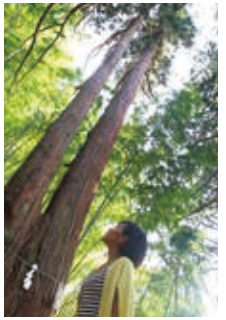
温泉に入ってくつろごう!

村杉温泉

開湯700年を迎えるラジウム温泉。「子宝・安産の湯」とも言われています

村杉露天風呂

杉の巨木に囲まれた露天風呂。春は桜の木の下で、秋は紅葉、冬は雪見風呂と、季節毎に表情を変えるから、何度でも入りに行きたくなるんです



村杉夫婦杉

薬師堂の裏山に続く遊歩道「ねがいの小路」の途中に仲良さそうに立つ杉の木を発見

薬師の足湯

ラドンをたっぷり吸いながらゆっくり浸かろう。源泉を汲むことのできるポンプもあって、遠くから汲みに来る人も多いです

薬師堂

弘法大師が刻んだと言われる薬師如来の尊像を安置している薬師堂。薬師如来のご加護を信じてお祈りしよう。「健康になりますように」

この先に温泉の予感…

六地蔵

今板の地の守り神として愛される六体のお地蔵さん。ポーズも表情もみんな違っていて、見ているだけで心穏やかになっちゃうのです

今板温泉

出湯温泉と村杉温泉の中間に位置する今板温泉は杉木立に囲まれた一軒宿です

良き湯治を…

出湯温泉

弘法大師の開湯と伝えられ、実に1,200年もの歴史があるのです

ボクも入りたいにゃ〜〜〜

弘法の足湯

ラドンを含むぬる湯をかけ流し。浴槽の底には微量の放射能を含む石を敷いている。お隣のパン屋さんで購入した焼き立てパンをほおばりながらくつろぐべし

電気山道

かつてあった変電所に至る小路が遊歩道とし整備された。温泉浴と森林浴のセットで心からリラックス

華報寺

1200年以上の歴史があると言われるお湯は、境内の共同浴場の源泉として湧き出ています

五頭温泉郷
旅館ガイド

出湯温泉

- 大石屋旅館
- 清廣館
- 珍生館
- 中喜屋
- 弓月

温泉データ

泉質名　単純弱放射能冷鉱泉（ラジウム温泉）
（中性低張性冷鉱泉）

【効能】放射能（ラドンRn）を含んだ温泉です。入浴、飲泉で十分効果はありますが、吸入での効率が一番良いとされています。いずれも放射線によるラジウム治療として効能は高く、最近特に注目されています。

静かな寛ぎの宿
おおいしやりょかん
大石屋旅館

客室数7室
IN15時　OUT10時
料金8000円（税別）～
阿賀野市出湯760
TEL 0250-62-3155
FAX 0250-62-1541

まるまる1日過ごせるゆったり宿

弘法大師が開いたと伝わる高効能の温泉に浸かった後は、岩魚や山菜などの里山の恵みをふんだんに使用したお料理を堪能しよう。お部屋は7つ。美しい庭園を見ながらのんびりできる。宿泊は30時間も滞在できる「ゆったりプラン」のほか、湯治や日帰りなど、幅広いプランを用意している。

48畳で60名収容可能の大広間もあり。緑の中に池を配置した心癒される庭園も

宿泊の参考に!!
- 一人旅
- 部屋食（有料）
- 露天付き客室
- 貸切風呂
- 部屋と風呂が近い
- 日帰り入浴可能　日帰り入浴一回500円

国登録有形文化財
せいこうかん
清廣館

部屋数11室
IN15時　OUT10時
料金11000円（税別）～
阿賀野市出湯802
TEL 0250-62-3833
FAX 0250-62-6700

開業三〇〇年余 日本秘湯を守る会の宿

国の有形文化財に指定されている趣のある宿。古き良き日本の建築様式を残す本館には、11室の客室を用意。肌にやさしく、じんわり温めてくれる源泉かけ流し100%の温泉で、「日本秘湯を守る会」の宿でもある。女将率いる女性陣が腕をふるった自慢の料理には、滋味深い大地の味が盛り込まれている。

新潟県最古の湯の伝説が残る、肌に優しい温泉は、源泉100%かけ流し

宿泊の参考に!!
- 一人旅
- 部屋食
- 露天付き客室
- 貸切風呂
- 部屋と風呂が近い
- 日帰り入浴可能　日帰り入浴一回1000円 ※要問合せ

湯治もできる宿
ちんせいかん
珍生館

部屋数6室
IN15時　OUT10時
料金8000円（税別）～
阿賀野市出湯7607
TEL 0250-62-3726
FAX 0250-62-3726

長期の湯治も可能「いなかのごつぉ」も評判

自家源泉かけ流しの温泉は、美肌効果や高い療養効果を持つ単純弱放射線温泉。湯治目的に長期滞在するお客さんが多く、自炊もOK。地元の食材を使った家庭的な接客と「いなかのごつぉ」には定評あり。細かい「おもてなしの心」が光る。個室で気兼ねなく食事ができる。湯治料金はお問い合わせを。

料理は客室か個室で。朝食の後はお好きなカップを選んで温泉コーヒーをどうぞ

宿泊の参考に!!
- 一人旅
- 部屋食
- 露天付き客室
- 貸切風呂
- 部屋と風呂が近い
- 日帰り入浴可能

心に残る素朴な宿

りょかんなかきや

旅館中喜屋

客室数10室
IN15時　OUT10時
料金**10000**円（税別）～
阿賀野市出湯759
TEL 0250-62-2281
FAX 0250-62-0072

おいしさのかけ橋 やすらぎの宿

大正13年、先々代が自ら建築した昔ながらの建物で家族で営む小さな宿。料理には、新潟の港に水揚げされた魚を使用。ご主人が自ら市場で仕入れて調理するから四季折々の一番美味しいものを一番美味しい形で堪能できる。木のぬくもりと昔懐かしい骨董の品々に囲まれて、ゆっくり過ごそう。

木造3階建て。家庭的な温かさを感じられるやすらぎの宿。温泉は24時間入浴可能

宿泊の参考に!!
一人旅
部屋食
露天付き客室
部屋と風呂が近い
貸切風呂
日帰り入浴可能
日帰り入浴一回500円

旅館

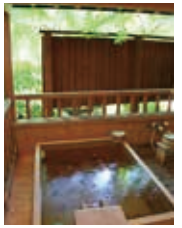
ゆうづき

弓月

客室数3室
IN15時　OUT10時
料金**17600**円（税別）～
阿賀野市出泉761
TEL 0250-62-3665

1日3組だけが味わえる贅沢時間

総檜風呂、全国森林浴100選の自然、絶品の新潟料理。この贅沢至極のおもてなしを受けられるのは1日3組限定。露天風呂付きのお部屋と貸切内湯を用意している。混み合う心配もないので、じっくり温泉に浸かろう。料理は新潟の郷土の味を元にした創作料理。五頭の里山の味覚を堪能できる。



新潟の味が満載の会席料理。お部屋には総檜造りの露天風呂もある

宿泊の参考に!!
一人旅
部屋食
露天付き客室
部屋と風呂が近い
貸切風呂
日帰り入浴可能

五頭温泉郷
旅館ガイド

今板温泉

●湯本館

温泉データ

【泉質名】　単純放射能泉（ラジウム温泉）

【効能】適応症＝神経痛、筋肉痛、関節炎、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじき、慢性消化器病、痔病、冷え性、病後回復期、疲労回復、健康増進

キレイ・美味しい・ごぢんまり
山の馴染みの一軒宿

ゆもとかん

湯本舘

部屋数14室
IN15時　OUT10時
料金**12000**円（税別）～
阿賀野市今板795-2
TEL 0250-66-2321
FAX 0250-66-2230

静かな時間の中で五頭の季節を

国道から細道に入った、今板温泉唯一の一軒宿。四季折々の表情を楽しめる自慢の露天風呂で旅の疲れを癒そう。大浴場と露天風呂は24時間入浴可能だ。月替わりの会席料理にも季節が感じられる。一組一組に用意された個室で存分に堪能しよう。常連客からは「何度訪れても飽きない」と評判だ。

部屋の窓から見える裏山の四季が美しい。こちらは名物の鯉料理

宿泊の参考に!!
一人旅
部屋食（有料）
露天付き客室
部屋と風呂が近い
貸切風呂
日帰り入浴可能
日帰り入浴一回700円

五頭温泉郷
旅館ガイド

村杉温泉

- 石原館
- 角屋旅館
- 川上屋旅館
- 環翠楼
- 長生館
- 室町

温泉データ

【泉質名】 単純放射能温泉（ラジウム温泉）
（弱アルカリ性低張性低温泉）

【効能】放射能（ラドンRn）を含んだ温泉です。入浴、飲泉で十分効果はありますが、吸入での効率が一番良いとされています。いずれも放射線によるラジウム治療として効能は高く、最近特に注目されています。

石原館

静かでのんびりできる宿

いしはらかん

客室数7室
IN15時　OUT10時
料金9000円（税別）～

阿賀野市村杉4523
TEL 0250-66-2121
FAX 0250-66-2552

ふるさとの味でもてなす温泉宿

木の香りが漂う館内には、7室の客室に50名収容の宴会場を用意。日帰りでも、宿泊でも人気の宿だ。五頭山峡の清流で育まれた鯉を使った名物料理をはじめ、地元ならではの味が自慢。ラジウム温泉を存分に堪能できるお風呂は、大浴場のほか、男女交代の露天風呂、檜造りの貸切露天風呂も用意している。

洋室併設の部屋もあり。名物の鯉料理は、五頭ならではの名品だ

宿泊の参考に!!

- 一人旅
- 部屋食
- 露天付き客室
- 部屋と風呂が近い
- 貸切風呂
- 日帰り入浴可能

日帰り入浴一回500円

角屋旅館

ふるさとがしのばれる宿

かどやりょかん

部屋数10室
IN15時　OUT10時
料金18000円（税別）～

阿賀野市村杉4631-1
TEL 0250-66-2221
FAX 0250-66-2223

無料で使える4つの貸切露天風呂が好評

その佇まいは農家の古民家のよう。自家栽培野菜や減農薬コシヒカリ、自家製味噌などを使った、健康志向の料理。体調、年齢に合わせて選べる料理コースを10種類用意している。ラジウム温泉100%の貸切風呂が4つ。ラドンを逃さないよう窓を閉め切って入浴。理想のラジウム温泉浴が可能だ。

新鮮でまっすぐな新潟の素材を生かした料理を提供する

宿泊の参考に!!

- 一人旅
- 部屋食
- 露天付き客室
- 部屋と風呂が近い
- 貸切風呂
- 日帰り入浴可能

川上屋旅館

山懐のくつろぎ宿

かわかみやりょかん

客室数7室
IN16時　OUT10時
料金8500円（税別）～

阿賀野市村杉3946-5
TEL 0250-66-2141
FAX 0250-66-2611

時間がゆっくり流れるやすらぎ宿

静かに流れる時間にゆったり包まれる宿屋は、癒し度満点。和モダンの雰囲気のお部屋や、全国有数のラジウム温泉にトプンと浸かれば、じんわり温めてくれる。そして、海、山、川の旬の幸が彩り鮮やかに盛られた料理の数々は、贅沢気分に拍車をかける。時間に縛られず、存分に羽をのばそう。

旬の食材が奏でる味わいに舌鼓。最大30名様収容可能の宴会場もあり

宿泊の参考に!!

- 一人旅
- 部屋食
- 露天付き客室
- 部屋と風呂が近い
- 貸切風呂
- 日帰り入浴可能

日帰り入浴一回500円

静かな森と
明治・大正　離れの宿

環翠楼（かんすいろう）

部屋数10室
（露天風呂付き客室3、和室7）
IN15時　OUT10時
料金15000円（税別）～
阿賀野市村杉4527
TEL 0250-66-2131
FAX 0250-66-2553

6000坪の庭園にわずか10室の離れ客室

村杉温泉由来の杉木立が今も残る6000坪の庭に、明治大正期の木造建築が離れ形式に佇む閑静な宿。新緑、紅葉、雪景色と季節毎に表情を変える美しい庭をすべての客室から見ることができる。夕食は月毎に変わる会席料理。朝食は田舎の郷土料理。朝夕いずれも部屋出ししている。

館内はすべて畳敷き。モダンな雰囲気も併せ持つ応接室

宿泊の参考に!!

- 一人旅
- 部屋食
- 露天付き客室
- 部屋と風呂が近い
- 貸切風呂
- 日帰り入浴可能

日帰り入浴一回1000円

風雅の宿
（ちょうせいかん）

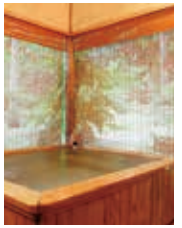
長生館

客室数27室
IN15時　OUT10時
料金16000円（税別）～
阿賀野市村杉46328
TEL 0250-66-2111
FAX 0250-66-2151

新潟県最大級の広さを誇る庭園大露天風呂

越後随一1000坪の庭園大露天風呂や森の中にひっそりと立つ茶室風貸切露天風呂など、お風呂の種類が充実。五頭の自然をいかして作られた4000坪の庭園は、四季折々に表情を変えて心を癒してくれる。地元の食材をふんだんに使用し、旬の味をいかした会席料理は至福の時間に誘ってくれる。

上質の味を程よい量で。右写真は茶室風貸切露天風呂



宿泊の参考に!!

- 一人旅
- 部屋食
- 露天付き客室
- 部屋と風呂が近い
- 貸切風呂
- 日帰り入浴可能

日帰り入浴一回500円

割烹旅館
（むろまち）

室町

部屋数6室
IN15時　OUT10時
料金10973円（税別）～
阿賀野市村杉48062
TEL 0250-66-2134
FAX 0250-66-2135

総ひのき造りの貸切露天風呂

客室6室という、村杉温泉で一番小さな宿。それゆえに行き届く細やかな心遣いと、ほっとする時間が人気の理由。「割烹旅館」だけに、料理には定評があり。板長が新潟の市場で仕入れた旬の素材を用い、ひとつひとつ手作り。心を込めて作る優しい味わいだ。総ひのき造りの貸切露天風呂も大好評だ。

料理人の丁寧な仕事と技は、期待を大いに満たしてくれる

宿泊の参考に!!

- 一人旅
- 部屋食
- 露天付き客室
- 貸切風呂
- 日帰り入浴可能

日帰り入浴一回500円

Ryokan

ラジウム温泉+五頭登山

「健康温泉」で、滞在型の休日はいかが?

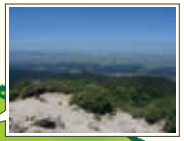
全国トップクラスのラドン含有量を誇る五頭温泉郷。
五頭登山やトレッキングと組み合わせて
滞在型の休日を過ごしてみるのもオススメです!

村杉温泉は昔から「医者いらずの湯」とも言われています。その理由は、全国トップクラスの含有量を誇るラドンの量。同じく「ラドンの湯」として全国的に知られる秋田県玉川温泉の200倍以上も含まれているのです。ラドンとは岩場などに存在するラジウムが分解して温泉水に溶け込んだ放射性物質のこと。放射性といっても、もちろん体に害はない量で、むしろ体にいい事例が多数報告されています。村杉温泉の利用者アンケートをみると「肝臓にあった影がなくなった」「神経痛の痛みが消えて歩けるようになった」などの報告も。

そんなラジウム温泉は、できることなら数日間の滞在でゆっくり堪能するのがオススメ。五頭山の登山や林道のトレッキングなどと組み合わせて、「健康温泉」を存分に楽しんでみてください。

五頭山登山ルート

標高912m
一ノ峰から五ノ峰まで5つの峰があるから五頭山と言われています



五頭温泉郷 MAP

五頭温泉郷にGO!!

魚止めの滝
秋取山遊歩道
五頭少年自然の家
新潟薬科大学 五頭薬用植物園
五頭山麓 いこいの森 キャンプ場
秋取の清水
ぽっぽ五頭
五頭自然学校
木いちご
509
あおぞらソラシード
ギャラリー木り香
電気山道
出湯温泉 でゆ
華報寺共同浴場
珍生館
清廣館
弘法の足湯
華報寺
大多福
旅館弓月
大荒川
大石屋旅館
旅館中喜屋
出湯共同浴場
出湯温泉 パン工房
かわひょう
弘法の坂道
十二宮神社
バス停
川倉石材店 いにしえの道
郵便局
五頭の山茂登
セーブオン
野菜販売
新発田方面
290
賽ノ河原
交番
ギャラリー恵
出湯 うるおいの湯
出湯保育園
五頭の麓のくらし館
出湯自然養生園 （茅葺き屋根の古民家）
バス停
山清水
GS
小林竹籠 作業所
G.H.エリカーノ
五頭焼倉島窯
羽黒歓迎塔
羽黒の清水
優婆尊霊水
高徳寺 羽黒優婆尊
271
バス停
水原・新潟市方面
五頭山出湯登山口
砂郷沢
詩の杜 やまびこ通り
車両一方通行入口
日本海も見渡せます!
やまびこ通り
出湯温泉から村杉温泉に至る約4.2キロ（徒歩1時間）のルートに250余りの歌碑、句碑が並んでいる。途中、新潟平野を見渡せる展望台もあります。
どんぐりの森 キャンプ場
車両一方 通行出口
五頭山 登山口
奥村杉 キャンプ場
536
重平山
安野川
今板温泉 いまいた
薬師堂
湯本舘
共同浴場 薬師の湯
村杉 露天風呂
薬師の 足湯
村杉温泉 むらすぎ
角屋旅館
長生館
村杉 薬師堂
割烹旅館 室町
村杉夫婦杉
須賀神社
薬師の清水
スナック ゆき
森のお菓子屋さん gland
旅館あらせい
村杉ねがいの小路
花時計
石原館
加藤石材店
バス停
野菜直売
ささかみ大豆加工 体験施設
川上とうふ
荒木石材店
和飲み処 比呂
居酒屋けんちゃん
ホタルの里公園
ブルーベリー園
川上屋旅館
環翠楼
470
水原方面
魚岩
磐越道 安田IC

五頭山麓うららの森
［五頭温泉郷旅館協同組合］

休憩も、お買い物も。ご飯も。ご自由にどうぞ。

五頭山麓うららの森

村杉温泉入り口にあるうららの森は、五頭温泉郷観光の起点として利用されています。散策の休憩所としてはもちろん、お食事メニューや阿賀野市のお土産も充実。さらに採れたて新鮮野菜がずらりと並ぶ産直市場や、蕎麦打ち、豆腐作りなどができる体験教室もあり。

五十穀米のご飯や、名物『豚なんこつ丼』など、食事メニューが充実

9:00～17:00　火曜定休

☎0250-61-3511

五頭温泉郷周辺MAP

五頭温泉郷旅館協同組合

〒959-1928 新潟県阿賀野市村杉3946-163 五頭山麓うららの森 情報発信館内

TEL0250-61-3003　FAX0250-61-3006　http://gozu/jp/

待ってるよ～

五頭温泉郷