

BBLセミナー プレゼンテーション資料

2020年11月19日

「現代湯治とは？ 湯治の今と昔 現代湯治の現場」

栃尾又温泉自在館若旦那

星 宗兵

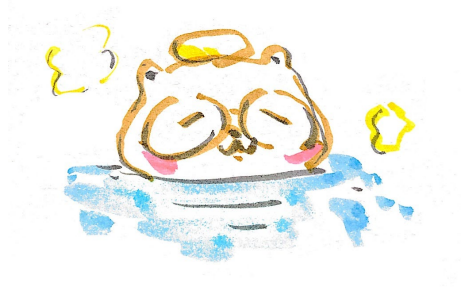
現代湯治とは？

湯治の今と昔 現代湯治の現場

栃尾又温泉 自在館
若旦那 星宗兵

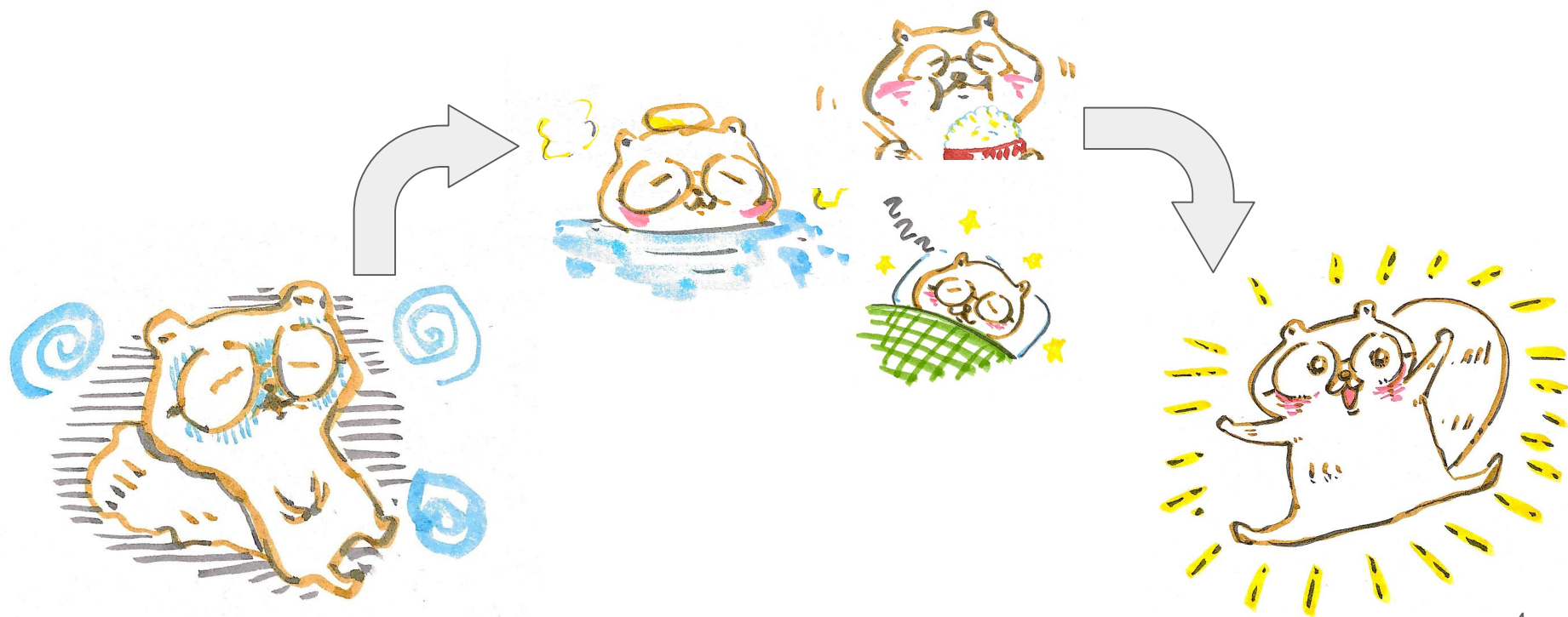


そもそも、湯治とは何か？



温泉を通じて心身のケアをすること

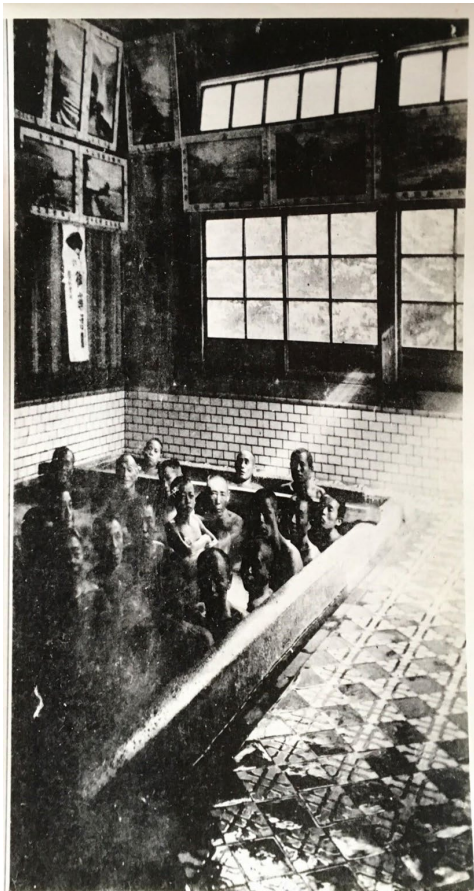
～時代が変われど、変わらない本質～



「湯治」と「現代湯治」 目的の違い



「湯治」と「現代湯治」 過ごし方の違い



- ▲：湯治客同士で、踊りを踊ったり、弓道場などもあったそう
◀②：お風呂では「送り歌」、「返し歌」が歌われた

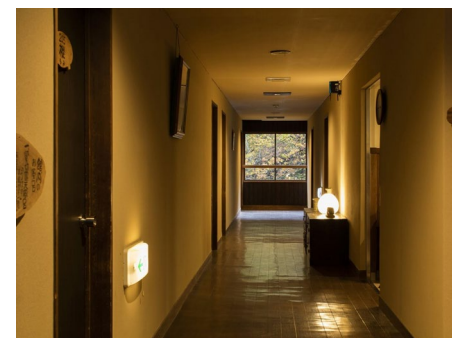
現在



静かに、じっくりと心身を休める（多少のおしゃべりがあります）



神経を刺激しない
素朴な作りと色使い



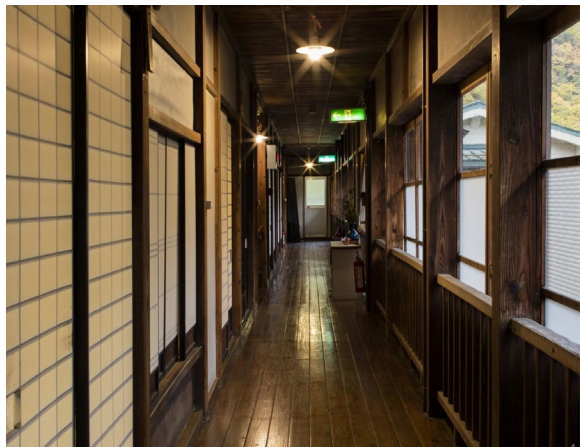


古いものも
しっかりと伝承する

↑ 100年前、大正時代

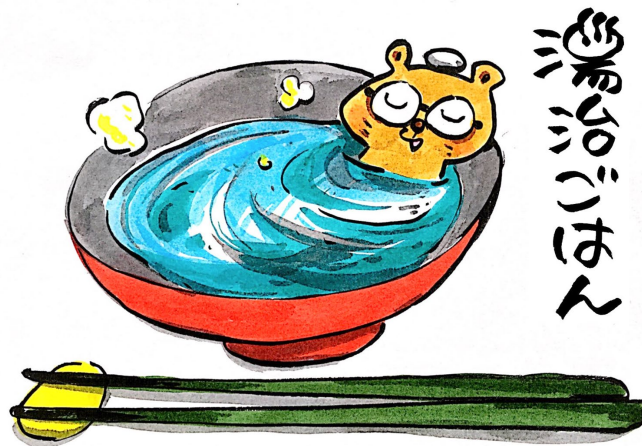
現在 ➡







プライベートな空間と、交互浴



一汁四菜でバランスの取れた和食を基本に毎日、毎日異なるお献立



板前やシェフではなく、全員が地元的一般家庭のお母さん達

現代湯治、って、何するんですか？



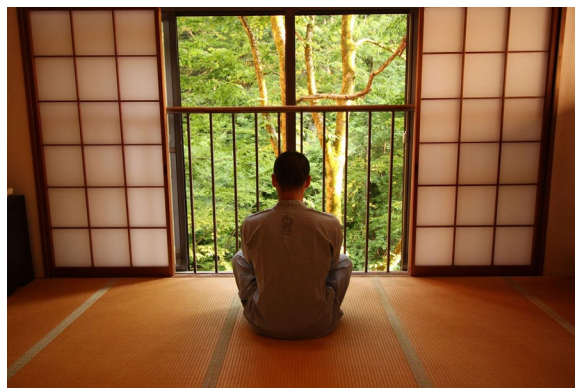
食う・寝る・浸かる

それ以外、努めて

何もしない

何もしないことは

実はとても難しい



現代湯治って、どれくらい滞在するんですか？

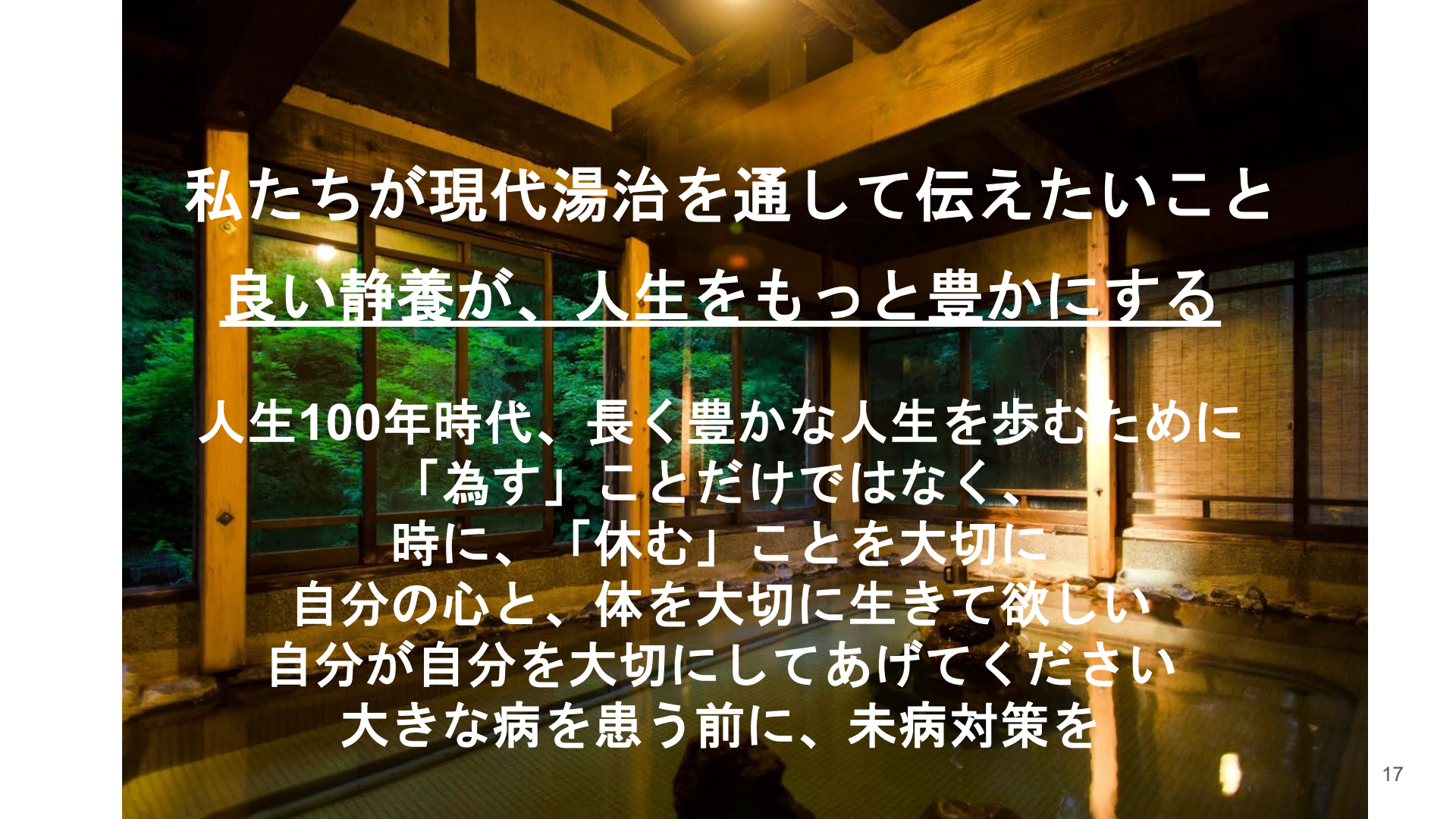


4泊以上： 20%

2～3泊： 50%

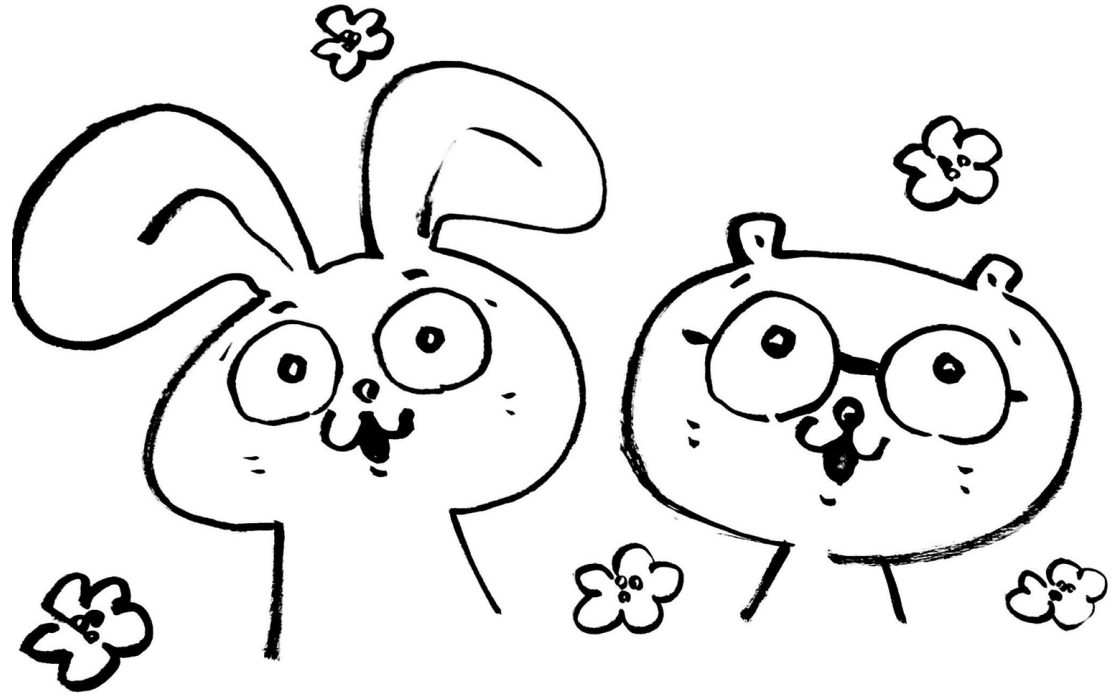
1泊： 30%

好転反応を体感し始める時期の目安が3日目程度の方が多い



私たちが現代湯治を通して伝えたいこと
良い静養が、人生をもっと豊かにする

人生100年時代、長く豊かな人生を歩むために
「為す」ことだけではなく、
時に、「休む」ことを大切に
自分の心と、体を大切に生きて欲しい
自分が自分を大切にしてあげてください
大きな病を患う前に、未病対策を



ご静聴ありがとうございました