

## 別府湯治モニターツアーに参加して

2019年10月5日

株式会社ジェイエア 客室乗員部 柴田梨沙

去る、9月17～20日に別府湯治モニターツアーに参加させていただきました。

このような貴重な機会をご提供くださいました別府 ONSEN アカデミア実行委員会の皆様に深く感謝申し上げます。また、4日間大変お世話になりました柳屋様、吉川千明先生はじめ諸先生方には厚くお礼申し上げます。

今回のツアーが私にとって初めての別府（大分）訪問でした。“大分”と聞くとなんとなく温泉が有名なことが頭には浮かびましたが、今回訪れた「鉄輪温泉」は、無知でお恥ずかしいですが、初めて聞く温泉名所でした。それでも1日目の町歩きを通じて、もとは鉄輪のいたるところに地獄（100度の蒸気や熱湯が噴出するところ）があり、それらを鎮めた一人の者によって今の鉄輪温泉が出来上がったこと、そしてここ鉄輪には「湯治」という温泉によって病気の回復を試みる文化があることを知りました。温泉に入るだけで腰痛などが治り、杖をついて温泉まで来た人たちが入浴後には杖を置いて帰ったという言い伝えが特に印象に残っています。



2日目は地獄を利用した「地獄蒸し料理」を朝食に頂き、その美味しさに感動しました。パンまで蒸されていたその斬新さには驚きました。油などを一切使わない蒸し料理なのでおそらく体に良く、女性にとっては嬉しいと思いました。3日間ともこの朝食を頂きたかったのですが、4日目は健康診断のため食べることができず非常に残念でした。



この日はハーブボール作りや巾着作り、個別の施術体験、地獄蒸し料理の自炊体験など盛り沢山な一日でした。ハーブボール作りでは実際に中身となるハーブを取り出し、一つ一つ説明を聞きながら匂いを堪能しました。私はもともとハーブティーが好きでよく飲んでいたので、名前の聞いたことがあるハーブを実際に目にしたり、先生から詳しい話を聞けたり、大変有意義な時間でした。ハーブボールも自宅で簡単に使えるので疲れたときなどはこれで癒されたいと思います。



←ハーブボールの中身となる  
ハーブについて勉強中  
出来上がったハーブボール→



自炊体験は簡単にいえば、“食材を切って地獄釜に入れて待つ”  
といったところでした。野菜から肉、海鮮、おこわまで地獄釜に  
入れたらあっという間に料理が出来上がり、魔法のような釜でした。  
食材の素朴な味が感じられて美味しかったです。旅行へきて自炊を  
するのが億劫に感じられる方もいるかもしれませんが、簡単で何よ  
り地獄釜を身近に体験できるので誰でも楽しめると思いました。

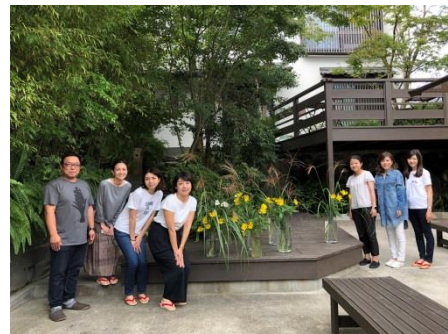


↑地獄釜

←出来上がった地獄蒸し料理たち



3日目は初めて生け花を教わりました。季節の植物で  
あるススキや菊芋などを生けました。初めに先生が生け  
方のポイントを教えてくださったので初めてでも安心して  
参加することができました。普段お花に触れる機会は  
ないのですが、とても楽しく取り組むことができ、今後  
の生活に少しずつお花を取り入れたいと思いました。



またこの日はすじ湯温泉と鉄輪むし湯へも行きました。



すじ湯温泉は建物に入ってみてびっくり。浴槽しかありませんでした。神経痛や筋肉痛などに効くそうで、私の腰痛もよくなるかなという思いで入っていました。鉄輪むし湯は昔、鉄輪の至るところの地獄を鎮めた者でも鎮められないほどの強い地獄があり、その力を活かしてむし湯が作られたそうです。むし湯の部屋には薬草が敷かれており、最大 8 分までしか入れないそうです。8 分と聞くと短く感じられるかもしれませんが、熱気が熱くて 8 分入るのがやっとでした。しかし芯から温まることができたので、これからの冬の季節にはよさそうだと思います。

このモニターツアー期間中、朝からヨガをして体を動かしたり様々なたくさんの体験をしたり、普段ではできないゆったりとした時間を過ごすことができました。このツアーの始まりと終わりで測定したストレスチェックはどちらも“5”と普段感じているストレスは少ないようでした。ツアー後にその値を下げることはできませんでしたが、決められたタイムスケジュールや集団生活の中でもこの結果を維持することができたのは少なからず充実した時間を過ごすことができたからだと思います。



スマートフォン等の普及で何かと便利な世の中になった一方、休日まで仕事に追われたり様々な情報に振り回されたりすることの多い時代となりました。そんな生活に疲れを感じたときはぜひこのようなひと休みをしてほしいと思います。

お世話になった柳屋様はとても綺麗にされており、あちこちに施されているインテリアが素敵でかわいかったです。写真好きな女性には嬉しいお宿だと思います。美味しかった朝食を食べに、また次は地獄めぐりをしに再訪したいと思います。

