

①単純温泉（神経痛の湯）（中風の湯）

成分が薄く、刺激が少ないため、即効性はありませんが、肌の弱い人、高齢者、子供にもやさしい温泉。特殊成分を含んでいることも多く、医学的には効果の高い温泉が多い。

【岐阜県】

下呂温泉

上之保温泉（ほほえみの湯）

馬瀬川温泉（美輝の湯 pH9.98）

【代表的な温泉】

〔黒川温泉（熊本県）〕

〔湯布院温泉（大分県）〕

〔道後温泉（愛媛県）〕



②塩化物泉（熱の湯）（子宝の湯）

入浴後、皮膚に塩分が付着して汗の蒸発を防ぐため保温効果がよいので、「熱の湯」などと呼ばれる。体がよく温まるので、「子宝の湯」と呼ばれている温泉もあります。

【岐阜県】

うすずみ温泉

武芸川温泉（ゆとりの湯）

湯の華アイランド

【代表的な温泉】

〔和倉温泉（石川県）〕

〔芦原温泉（福井県）〕

〔城崎温泉（兵庫県）〕

〔渋温泉（長野県）〕



③炭酸水素塩泉（美人の湯）（糖尿の湯）

重曹は皮膚の表面を柔らかくし、皮膚の脂肪や分泌物を乳化するため、古くから「美人の湯」といわれ、皮膚病によい。また胆汁の分泌を促し、肝臓、すい臓の働きが活発になるので、胆石、胆のう炎、糖尿病、痛風、尿酸結石などにもよい。

【岐阜県】

平湯温泉

板取川温泉

白鳥温泉

【代表的な温泉】

〔龍神温泉（和歌山県）〕

〔十津川温泉（奈良県）〕

④硫酸塩泉（脳卒中の湯）（傷の湯）

含有成分により、「石膏泉（カルシウム）」、「芒硝泉（ナトリウム）」、「正苦味泉（マグネシウム）」に分かれます。血圧を下げ、痛みを和らげる鎮静作用があります。高血圧症、動脈硬化症、脳卒中、慢性関節リウマチに効果があり、外傷、皮膚病にも効果があります。

【岐阜県】

濁河温泉

【代表的な温泉】

〔下諏訪温泉（長野県）〕

〔山代温泉 山中温泉（石川県）〕

〔川中温泉（群馬県）〕

〔湯の川温泉（島根県）〕

⑤二酸化炭素泉（心臓の湯）（泡の湯）

炭酸ガスは皮膚や粘膜などの毛細血管や細小動脈を拡張する作用があるので、血液の循環を良くします。脈拍を上げずに血液の循環が良くなるので、心臓に負担をかけず血圧を下げるすることができます。

【岐阜県】

湯谷温泉

下島温泉（ひめしゃがの湯）

【代表的な温泉】

〔吉川温泉（兵庫県）〕

〔長湯温泉（大分県）〕

⑦酸性泉（酢の湯）（皮膚病の湯）

刺激が強いので、病弱な人や高齢者、肌の弱い人は向いていないが、殺菌効果は温泉の中で最もすぐれ、皮膚病や性病に古くから用いられている。水虫に良く効くと言われる。

【岐阜県】

岐阜県には無し

【代表的な温泉】

〔草津温泉（群馬県）〕

〔箱根大涌谷（神奈川県）〕

〔玉川温泉（秋田県）〕

⑧硫黄泉（たんの湯）（傷の湯）

最も温泉らしい温泉。ゆで卵の腐った臭いがする。解毒作用がある。病弱な人、皮膚の弱い人は湯当たりを起こしやすい。硫化水素ガスは、皮膚から吸収され、毛細血管や細動脈を拡張させる。硫化水素泉の湯気を口から吸入すると痰の切れが良くなる効果もある。

【岐阜県】

奥飛騨温泉郷

平瀬温泉

【代表的な温泉】

〔白骨温泉（長野県）〕

〔野沢温泉（長野県）〕

〔湯の峰温泉（和歌山県）〕

⑥含鉄泉（貧血の湯）（婦人の湯）

含アルミニウム泉（眼の湯）

鉄泉に入浴すると鉄分が皮膚から吸収され、造血作用を高めるので貧血症の人によい。また、月経障害、子宮発育不全、更年期障害など女性にみられやすい症状に効く。アルミニウム硫酸塩泉（明礬泉）は別名「眼の湯」と言われる。慢性の皮膚病や粘膜炎症に有効。

【岐阜県】

長良川温泉

【代表的な温泉】

〔有馬温泉（兵庫県）〕

〔鉄輪温泉（大分県）〕

〔明礬温泉（大分県）〕



⑨放射能泉（痛風の湯）

腎機能が改善し鎮静的に作用するので、神経痛、リウマチ、自律神経などによい。また飲用すると尿の出がよくなるので、尿酸値の高い人や痛風に有効で、「痛風の湯」などと呼ばれている。

【岐阜県】

湯之島ラジウム温泉

（ローソク温泉）

恵那ラジウム温泉

【代表的な温泉】

〔三朝温泉（鳥取県）〕

〔増富温泉（山梨県）〕

〔池田ラジウム温泉（鳥取県）〕