



各宿泊施設の**宿泊料金**は、時季により変動が生じる為、  
各施設のHPよりご確認ください。

きっと満足できる！  
温泉選びのお手伝い♪



# 温泉風呂～ チャート



START!

1

旅行の細かい計画は  
誰かに立ててもらいたい

NO

2

大自然に囲まれて  
過ごすのが好き!



温泉に行きたい!と思っても、沢山あって迷ってしまいますよね。  
そこで、あなたにピッタリの温泉が診断できるかもしれないフロー  
チャートをご用意しました!温泉選びの参考に、ぜひご活用ください!

3

せっかく旅行に行くなら  
「プチ贅沢」したい

NO

4

一人旅はイヤ  
友達やカレと一緒にがいい

NO

5

休暇中に職場から  
電話が来たりすると、  
ちょっと腹立たしい

6

自分磨き大好き!  
サロンやエステへ  
よく行っている

7

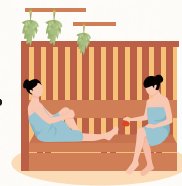
カワイイもの、  
素敵なものは  
SNSで  
シェアしたい!

8

スポーツなど、  
身体を動かすことが  
好き!

9

食品添加物とか  
人工甘味料とか、  
結構気になるほうだ



美容への関心が強いあなたには、美肌効果がある温泉や、エステ等のサービスがある温泉がおススメ!  
秋田の温泉では是非美人に磨きをかけてください!

美意識が高いあなたには…

美肌効果バツグン♪**キレイの湯**

がおススメ!

キレイの湯



仲間と特別な時間を過ごしたいあなたには、美味しいゴハンや素敵な露天風呂が充実した温泉がおススメ!  
秋田の温泉でトクベツな思い出つくり!

仲間と楽しく過ごしたいあなたには…

素敵な思い出つくり♪**トクベツの湯**

がおススメ!

トクベツの湯



身体を動かすことが好きなあなたには、いろいろ遊べる温泉がおススメ!  
スキー・スノボ、川下り…秋田の自然には新しい発見がいっぱいです!

アクティブなあなたには…

遊び方いろいろ♪**ワクワクの湯**

がおススメ!

ワクワクの湯



のんびり癒やされたいあなたには、静かにくつろげる温泉がおススメ!  
豊かな自然に囲まれた秋田の温泉と新鮮な食事で心身共に癒やしてください!

自然派のあなたには…

癒しとくつろぎ♪**リラックスの湯**

がおススメ!

リラックスの湯



# 泉質・効能早見表

どの泉質にもある効果

## 一般的適応症

※詳細は次ページ下部を参照

切傷	火傷	慢性皮膚病	慢性弱酸性病	慢性婦人病	慢性便秘	糖尿病	痛風	肝臓病	動脈硬化症	慢性胆のう炎	胆石症	肥満症	高血圧	月経障害	貧血
----	----	-------	--------	-------	------	-----	----	-----	-------	--------	-----	-----	-----	------	----

### 単純温泉

・溶存成分 1000mg/kg未満  
・25℃以上



効能は穏やか、そのかわりに低刺激です

**特徴** アルカリ性単純温泉はpH8.5以上。刺激が弱く、家族みんなで楽しめる温泉。

### 塩化物泉

・溶存成分 1000mg/kg以上  
・陰イオンの主成分が塩化物イオン



**特徴** 皮膚に付着する塩分で、保温・循環効果が期待できる温まりの湯。傷を癒やす効果も。

### 炭酸水素塩泉

・溶存成分 1000mg/kg以上  
・陰イオンの主成分が炭酸水素イオン



**特徴** 皮膚の角質を軟化し、なめらかな肌してくれます。浴後は保湿すると更に効果的。

### 硫酸塩泉

・溶存成分 1000mg/kg以上  
・陰イオンの主成分が硫酸イオン



**特徴** 血行をよくし、飲むことでも胆のうや腸に効く温泉です。お肌の乾燥にも。

### 二酸化炭素泉

・温泉水中に二酸化炭素が1000mg/kg以上含まれる



**特徴** 炭酸ガスの効果で、保温・循環効果が期待できます。冷え性にもおススメ。

### 含鉄泉

・温泉水中に総鉄イオン（鉄Ⅱまたは鉄Ⅲ）が20mg/kg以上含まれる



**特徴** 空気に触れると金色になる鉄分の多い温泉です。貧血や消化器に効果アリ。

### 酸性泉

・温泉水中に水素イオンが1mg/kg以上含まれる



**特徴** 殺菌力が強く、皮膚の細菌やアトピーの原因物質を取り除いてくれます。

### 含よう素泉

・温泉水1kg中による化合物イオンが10mg以上含有するもの



**特徴** 非火山性の温泉に多く、時間がたつと黄色く変色します。

### 硫黄泉

・温泉水中に総硫黄が2mg/kg以上含まれる



**特徴** 殺菌力が強く、お肌のトラブルに効く温泉。金属は変色するので外して入浴しましょう。

### 放射能泉

・温泉水中にラドンが30×10<sup>-10</sup>Ci/kg（8.25マッヘ単位）以上含まれる



**特徴** 微量の放射能が含まれていて、炎症に効果的です。薬効が高く珍しい温泉です。

## 各温泉紹介ページの見かた

### 索引

1、2ページの診断結果ごとに、4つのカテゴリにわかれて掲載しています。自分好みの施設を是非見つけてください

### 泉質・効能・サービスアイコン

それぞれの泉質や代表的な効果・効能、施設やサービス等をアイコンで標示しています。アイコンで標示している以外にも、殆どの温泉に下で紹介している「一般的適応症」と呼ばれる効果があります。

### 通し番号

気になる温泉が見つかったら、P42・P44の秋田県マップでこの番号をチェック！大体の所在地がわかります。

### 施設名

四季彩り 湯瀬ホテル  
「美人の湯」と称される豊かな源泉に身をゆだね、溪流のせせらぎと大自然に包まれる至福の時を

●時間 日帰り 15:00~21:00 (最終受付20:00)  
宿泊 in 15:00~ out 10:00  
●交通 JR花輪線湯瀬温泉駅下車徒歩5分  
東北自動車道湯瀬PAから徒歩10分  
〒018-5141 秋田県鹿角市八幡平湯瀬温泉43  
☎ 0186-33-2311  
HP ▶ <https://www.yuzenote.jp/>

●度グラフ

料金はホームページをご確認ください

## 「○○度グラフ」の見方

- 1 グラフ グラフが六角形の外側に広がるほど、「○○度」が高い温泉施設です。「○○度」が高いと...
- 2 オススメ度 もちろんどこの施設もおススメです！
- 3 お土産度 素敵なお土産や特産品に出会えるかも！
- 4 ソロ旅度 女性の一人旅でも気軽に楽しめるぞう
- 5 女子旅度 女性の旅に嬉しいサービスがあるかも！
- 6 仲間旅度 家族連れや多人数でも楽しめます
- 7 タイプ別○○度

- ★美肌度 泉質やサービス等、美肌に高い効果アリ!?
- ★シェアしたい度 景色やコハン等、誰かに教えたい魅力満載!
- ★遊べる度 遊べる所アリ! 秋田を全力で楽しもう!
- ★リフレッシュ度 日々の疲れに効く「癒し」要素たっぷり!

この他にも、温泉や美容に関するコラムを掲載した「秋田美人コラム」や、各紹介ページ下の、秋田のおススメのお土産や特産品を紹介しているニコーナー「秋田のちょこっと豆知識」も是非チェックしてみてください!

※それぞれの内容は、各施設へのアンケート取材をもとに編集し掲載しております。

神経痛・筋肉痛・関節痛・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・痔疾・冷え性・胃腸機能低下・軽症高血圧・耐糖能異常(糖尿病)・軽いコレステロール血症・軽い喘息又は肺気腫・自律神経不安定症・ストレスによる諸症状(睡眠障害、うつ状態など)・病後回復期・疲労回復・健康増進

一般的な適応症とは、療養泉なら泉質を問わずどの温泉にも共通している効果・効能のことです。以下の効果があります。

## 「一般的適応症」って?

3ページの...



# 秋田県 温泉の日 //

## なあと？

### ●秋田県温泉の日っていつなの？



### ●秋田県温泉の日の由来は？

1974年(昭和49年)10月2日、現在の天皇陛下が学習院中等科の修学旅行で、ご学友とともに秋田県の玉川温泉を訪問され、北投石の説明を熱心にお聞きになられました。

令和元年5月1日に即位され、新しい元号「令和」の時代を迎えたことを機に、秋田県温泉協会が、本県の温泉の発展と温泉利用者の健康増進を祈念して10月2日を「秋田県温泉の日」と決めました。

ちなみに、10月2日は、語呂合わせで「トウ(10)ジ(2)」と読むことができます。

### ●秋田県の温泉の特徴ってなに？

秋田県は、那須火山帯と烏海火山帯に属する火山の影響などで、豊富な温泉資源に恵まれ、山間部には秘湯系や湯治系といわれる温泉が数多く存在します。

海岸部には塩化物泉が多く、中には、石油試掘中に発見された温泉もあり、見た目も無色透明、茶色、白色など、その泉質、効能も多種多様です。

また、秋田県の温泉地数は120カ所、自噴源泉数は200カ所と、いずれも全国6番目でトップクラスです。

### ●秋田県にはどんな温泉があるの？

本県には、一カ所の源泉湧出量が日本一(毎分9,000ℓ)の仙北市の玉川温泉をはじめ、全国的にも有名な秘湯感溢れる仙北市の乳頭温泉郷、鹿角市の大湯川沿いに自然湧出した大湯温泉郷、海水に似た塩分を含み湯冷めしにくい男鹿市の男鹿温泉郷、奈良時代に発見された県内最古の温泉として知られる湯沢市の秋の宮温泉郷などの多様な温泉があります。

このほか、白神山地、森吉山、鳥海山といった山麓にも個性豊かな温泉宿が点在しています。



### ●「今こそ」温泉に浸かって免疫力を高めよう!!

免疫力を高めるには、規則正しい生活や十分な睡眠のほか、適度な運動、ストレス解消などが必要とされますが、これらのほか温泉に浸かることで次のような効果が期待できます。

#### ①リラックス効果Up!

リラックス効果は免疫力と密接に関係していると言えます。

#### ②体温を上げることによる人間のもつ免疫力を最大に高める!

温泉に入ることによってウイルスやがん細胞を攻撃するNK細胞(ナチュラルキラー細胞)の活性が上がるといったデータがあります。

#### ③血流を良くする!

古くから「湯治」は血行を良くして「免疫力(自然治癒力)」を高めることを主な目的としています。



まさに秋田の温泉は  
湯治におススメ!



kireinoyu  
1 四季彩り 湯瀬ホテル

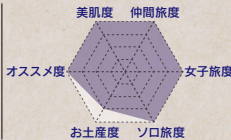
「美人の湯」と称される豊かな源泉に身をゆだね、溪流のせせらぎと大自然に包まれる至福の時を



自然に囲まれる土地、秋田県の鹿角市にある温かみ溢れる湯瀬ホテル。客室からは雄大な「湯瀬渓谷」や「一面に広がる山景」を眺望することができ、日常の生活から離れゆつくりとした時間を過ごすことができます。



●時間 日帰り 15:00～21:00 (最終受付20:00)  
宿泊 in▶15:00～out▶10:00  
●交通 JR花輪線湯瀬温泉駅から徒歩8分  
東北自動車道湯瀬PAから徒歩10分  
〒018-5141 秋田県鹿角市八幡平湯瀬湯端43  
☎ 0186-33-2311  
HP▶<https://www.yuzehotel.jp/>



kireinoyu  
3 乳頭温泉郷 妙乃湯

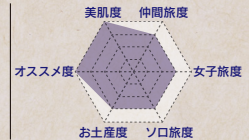
温泉入浴指導員資格取得スタッフが在籍！異なった2つの泉質の温泉でデトックス&つるつる美肌！



金の湯はデトックス効果、銀の湯はクレンジング効果があります。すぐそばを流れる川を眺めながらの混浴露天風呂がおススメ！

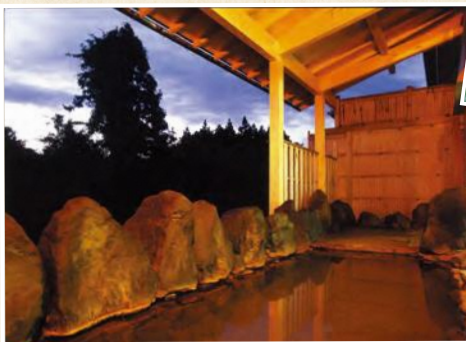


●時間 日帰り 10:30～14:00  
宿泊 in▶15:00～out▶10:00  
●交通 JR田沢湖駅より路線バス47分、東北自動車道盛岡ICから車で80分  
〒014-1201 秋田県仙北市田沢湖生保内字駒ヶ岳2-1  
☎ 0187-46-2740  
HP▶<http://www.taenoyu.com/>



kireinoyu  
2 セイコーランドホテル

心癒される大自然と美味しい海の幸、そして「美人の湯」でぼっかぼか！



浴場はサウナ併設の女性にうれしい別名「美肌の湯」。海水に似た塩分が保湿効果にバツグンです。段差の少ない人に優しい施設、障害者用トイレありでバリアフリーにもしっかり配慮しています。



●時間 日帰り 15:00～20:00  
宿泊 in▶15:00～out▶10:00  
●交通 秋田自動車道 昭和男鹿半島ICから車で約40分  
JR男鹿駅から車で約25分、予約制で送迎車有り  
〒010-0687 秋田県男鹿市北浦湯本字草木原50-1  
☎ 0185-33-2131  
HP▶<http://www.oga-seiko.com/>



kireinoyu  
4 CeruleanResort AONI セルリアンリゾートアオニ

秋田駒ヶ岳や田沢湖、満天の星空を望める空に近い宿。地元の食材に拘った食事は格別！



美容成分として注目されるメタケイ酸を豊富に含む源泉掛け流しの湯で、四季折々の美しさをご堪能ください。



●時間 日帰り 11:00～21:00  
宿泊 in▶15:00 out▶10:00  
●交通 JR田沢湖駅から車で15分  
〒014-1201 秋田県仙北市田沢湖生保内字下高野73-13  
☎ 0187-46-2006  
HP▶<https://cerulean-aoni.com>



ちこつと 豆知識

十和田湖高原ボーク 桃豚は臭みがなくやわらかい、小坂町で飼育されたブランド豚。その精肉で作られるハム・ソーセージはドイツの権威あるコンテストで高い評価を得た逸品です！



ちこつと 豆知識

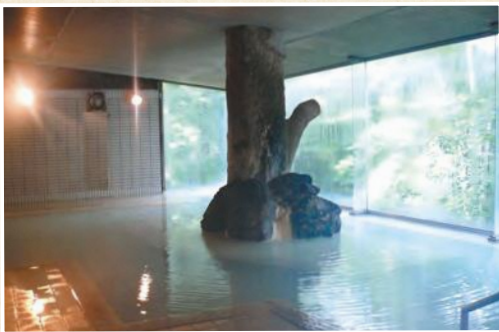
みちのくの小京都と呼ばれる仙北市角館を観光するならば是非チェックしたいお土産、角館の榎細工。小物や雑貨など様々なものがあります。山桜を使っており縁起が良いので、記念品や贈り物にも。





## 5 プラザホテル山麓荘

天然保湿美肌成分「メタケイ酸」たっぷりの天然温泉です



秋田駒ヶ岳の中腹、標高650mに位置し、大自然に囲まれた野趣あふれる露天風呂が自慢です。



- 時間 日帰り 12:00～16:00  
(設備点検により変更の場合がございます)  
宿泊 in▶15:00～out▶10:00
- 交通 JR田沢湖駅より乳頭温泉行バスで約35分  
杉谷地バス停下車、徒歩1分

〒014-1201 秋田県仙北市田沢湖生保内字駒ヶ岳2-32  
☎ 0187-46-2131 HP▶http://sanrokusou.com/



## 6 心が和む宿 青荷山荘

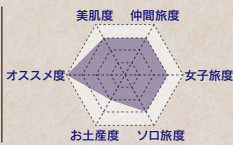
貸切の天然温泉でゆっくりくつろげる「ホッ」とする宿  
女将こだわりの和風だしでおもてなし!



心から温まる100%天然温泉の宿。こだわりの和風だしには、アミノ酸がたっぷり! アミノ酸の保湿を高める効果、たっぷり含まれるビタミンやミネラルの働きで、コラーゲン生成を促し、ハリと弾力のあるお肌を作るためのサポートをしてくれます!



- 時間 宿泊 in▶15:00～18:00  
out▶10:00
  - 交通 JR田沢湖駅から車で15分
- 〒014-1201 秋田県仙北市田沢湖生保内下字高野73-14  
☎ 0187-46-2256  
HP▶http://aonisansou.com/



## 秋田の豆知識

仙北市にある深さ日本一の湖、**田沢湖**。日本百景にも選ばれている景勝地です。その湖畔は歴史的な名所やレジャースポット等が充実! ドライブにサイクリング、遊覧船といろいろ遊べるエリアです。



## 7 西木温泉 ふれあいプラザ クリオン

お肌がしっとりすべすべになる麗女の湯♥  
田沢湖や角館など周辺観光にも  
便利な立地です!



当館名物「かたくり石鹸」。  
当館の温泉の泉質はpH9.4のアルカリ性温泉でお肌がうるうるになる「麗女の湯」です。この温泉水にグルチルリチン酸ジカリウム、ヒアルロン酸、かたくりの花の香りを配合し、乾燥しがちなお肌に潤いをあたえ、しっとり洗い上げる石鹸です。



- 時間 日帰り 6:00～21:00 (最終受付20:00)  
宿泊 in▶15:00～out▶10:00
  - 交通 東北自動車道 盛岡ICから車で約80分
- 〒014-0515 秋田県仙北市西木町門屋字屋敷田83-2  
☎ 0187-47-2010  
HP▶http://www.kurion.co.jp/



## 8 夏瀬温泉 都わすれ

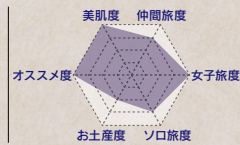
抱返り溪谷の一軒宿、全室、  
源泉かけ流し温泉露天風呂付です



マクロビオティック、ベジタリアン対応可能です。  
旅館の周囲6キロには一軒の民家もありません。隔絶された大自然の中で、快適にお過ごし頂ける空間をご用意しています。客室の温泉はお好みの温度に調整できます。森の小動物や珍しい野鳥も時々顔を出すかもしれません。都わすれの花言葉「ひと時のやすらぎ、また逢う日まで」



- 時間 日帰り 11:30～13:00 (水曜日定休)  
宿泊 in▶14:00～out▶11:00
  - 交通 角館駅から送迎車、タクシーで30分
- 〒014-1113 秋田県仙北市田沢湖卒田字夏瀬4  
☎ 0187-44-2220  
HP▶https://taenoyu.com/miyakowasure/



## 秋田の豆知識

県南で採れる**西明寺栗**は見てビックリの大きな栗で重さは大きい物で60～70g! なんと**赤ちゃんの握りこぶし**くらいの大きさ! ぷっくら美味しく、渋皮煮や和菓子、栗焼酎等で楽しめます。





## 9 ホテルプラザアネックス横手

横手駅から徒歩1分で高級リゾート気分満喫！源泉掛け流し露天風呂付き客室で横手の街と天然温泉を独り占め♪



横手駅前という至便の地にありながら、その喧噪から離れ、ひとときの高級リゾート気分を満喫して頂けます。お肌がスベスベになるお湯は大変人気です。



- 時間 宿泊 in▶16:00 out▶11:00
- 交通 JR横手駅から徒歩1分！  
秋田自動車道 横手ICから車で5分  
秋田空港・花巻空港から車で60分  
横手駅バスターミナルから徒歩1分

〒013-0036 秋田県横手市駅前町7-7  
☎ 0182-32-7777 HP▶http://www.yokote.co.jp/



酸性泉 慢性皮膚病 糖尿病 日帰り入浴  
動脈硬化症 大浴場 岩盤浴

## 11 奥小安峡 大湯温泉 阿部旅館

体の芯まで温まる露天風呂は、お肌もツルツル。地元の山の幸で体の中からきれいに！



ぬぐだまりの湯つこなので、いつまでも体がポカポカします。秘湯の露天風呂で、ゆっくりと癒されてください。夏には天然川風呂もお楽しみいただけます。籠盛御膳は、地元産の野菜やキノコが並びます。社長手作りの野菜のメニューも好評です。



- 時間 日帰り 8:30~16:00 (15:00受付終了)  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00
- 交通 秋田自動車道 湯沢ICから約1時間

〒018-0711 秋田県湯沢市皆瀬字小安奥山園有林34  
☎ 0183-47-5102  
HP▶http://www.abe-ryokan.jp



単純硫黄泉 切り傷 慢性皮膚病 慢性婦人病 日帰り入浴  
糖尿病 大浴場 露天風呂 蒸し風呂 川風呂(7月-9月) 温泉かけ流し

## 10 南郷(夢)温泉 共林荘

平成元年に湧出した奥羽山麓の1件宿湯量豊富な源泉かけながしの温泉を2本持っておりどちらもツルツル美肌の湯として有名



施設周りでは薬草(行者ニンニクやカンゾウ、マコモ)などを栽培しており夕食では薬膳風料理として提供しております。体の表面と内側から癒しの時間を過ごして頂きたいと思います。1つの温泉は珍しいアルカリ性の硫黄泉で日によって色変わり(緑・乳白色・透明)する温泉です。又、岩盤浴場も別途料金で利用できます。



- 時間 日帰り 6:00~21:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00
- 交通 秋田自動車道 横手ICより車で35分 湯田ICから25分  
JR相野々駅からバスで15分

〒019-1105 秋田県横手市山内南郷字大弘川139-1  
☎ 0182-53-2800  
HP▶https://kyorinso.com



単純温泉 硫黄泉 切り傷 火傷 日帰り入浴  
慢性皮膚病 慢性婦人病 慢性便秘 糖尿病 痛風  
大浴場 露天風呂 ジャグジー 岩盤浴 温泉かけ流し

秋田美人  
コラム

## 泉質と効果を楽しもう！

一口に温泉といっても、湯に含まれる成分によって、湯の色や匂いや効果は実にさまざまです。大きく分類すると、単純温泉、塩化物泉、炭酸水素塩泉、硫酸塩泉、二酸化炭素泉、含鉄泉、酸性泉、含よう素泉、硫黄泉、放射能泉の10種類。

それらがさらに含有成分ごとに細かく分類されるので、ざっと100種類近い泉質別の分類になります。

そして、筋肉痛や疲労回復などへの効果は多くの泉質に共通してありますが、泉質別の効果というものもあり、たとえば美肌効果が期待できるのは硫黄泉や炭酸水素塩泉、また、塩化物泉であれば冷え症や肩こりの緩和に効果が期待できます。3ページの早見表にも詳しく書いてあるので、是非温泉選びの参考にしてみてください。



## 秋田の豆知識

横手市十字地域の十字中華そばは、煮干しや鰹節出汁の和風スープにかんすいを用いない独特の食感の細い縮れ麺を合わせたラーメン。あっさりした味の軽食系ラーメンです♪



## 秋田の豆知識

東成瀬村だけで育つ伝統的な野菜、平良カブ。この地域だけで収穫できる珍しいカブで、他の土地では同じようには育たないのだとか。ピリッとした辛み引き立つ「麴漬け」がおススメ！





## 12 とわだこ遊月

国立公園十和田湖を樹海越しに  
展望できる露天風呂と大浴場



美容や疲労回復に効果的な十和田湖畔温泉。木立越しに十和田湖が望める展望風呂や、露天風呂からも山や十和田湖を眺めることができます。食事は、地元の旬の食材をつかった和食膳をお楽しみください。



●時間 日帰り 電話予約制15:00~18:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 JR十和田湖徒歩4分、小坂インターから車で25分  
〒018-5511 秋田県鹿角郡小坂町十和田湖休平36  
☎ 0176-75-2501  
HP▶<http://www.towadako-yugetsu.com/>



## 13 大館矢立ハイツ

サウナでいっぱい汗をかいて露天風呂で  
日頃のストレスを発散しませんか？



お風呂上がりには大館産エグマメを使ったソフトクリームをオススメします!!



●時間 日帰り 7:00~21:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 JR大館駅から車で25分  
〒017-0001 秋田県大館市長走字陣場311  
☎ 0186-51-2311  
HP▶<http://www.ohdate-yatate.com/>



## 秋田の豆知識

大館曲げわっぱはただの工芸品ではありません。天然木の調湿作用と殺菌作用で食材が傷みにくく、ご飯が冷めてもホクホク！お弁当箱やおひつとして最高の働きをしてくれる実用品です。



## 14 八森 いさりび温泉 ハタハタ館

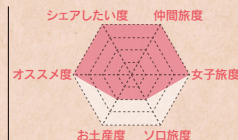
地元食材を使用した美味しい料理と日本海を眺めながら  
浸かる上質の温泉でゆったりした癒しの一時を  
お楽しみください。サウナ、岩盤浴もご利用いただけます♪



白神山地、五能線、十二湖青池観光に最適の場所に位置しています。大浴場は木を基調にした浴槽と岩を基調にした浴槽があり、日替わりで男湯、女湯が入れ替わります。



●時間 日帰り 9:00~21:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 あきた白神駅から徒歩3分  
〒018-2617 秋田県山本郡八峰町八森字御所の台51  
☎ 0185-77-2770  
HP▶<http://www.hatahatakan.jp/>



## 15 男鹿温泉 別邸つばき

内湯、露天、別々の源泉かけ流し、  
じっくり入ることで湯冷めしにくい  
よく温まる温泉です



客室、館内ロビーから季節の男鹿の海を眺望。天気の良い日には対岸に白神山地や、翌朝にご来光が見られます。食事は男鹿近海で獲れる新鮮な魚介を中心に、季節の山の恵みを取り入れた秋田、男鹿ならではの郷土料理でおもてなしをしております。



●時間 宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 昭和男鹿半島ICよりお車で約50分  
〒010-0687 秋田県男鹿市北浦湯本字中里81  
☎ 0185-33-2151  
HP▶<https://ogaonsen.jp>



## 秋田の豆知識

三種町で生産されるじゅんさいは水面に葉を浮かべる水草の一種。清らかな水の中でしか育たない、秋田の夏の風物詩です。つつるの喉越しとぷりぷりの食感が楽しめます。





## 16 秋田温泉 さとみ

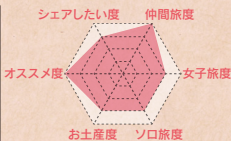
百余年の歴史ある天然温泉と  
四季折々の食材を使った会席膳が自慢の宿です



泉質はとろとろの感触で美人の湯・美肌の湯として知られています。  
駅や高速のICからのアクセスもよく交通至便な場所にあります。



●時間 日帰り 11:00~18:00 (最終受付17:00・不定休)  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 秋田駅より車で約10分  
〒010-0822 秋田県秋田市添川字境内川原142-1  
☎ 018-833-7171  
HP▶<https://satomi-e.com>



塩化物泉 切り傷 慢性皮膚病 日帰り入浴  
大浴場 露天風呂 サウナ

## 18 露天風呂 水沢温泉

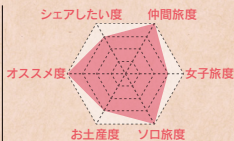
お肌の弱い方でも入れる温泉  
湯冷めしにくく血行も良くなります



深さが1mある露天風呂。天気が良ければ田沢湖が一望できます。  
自炊・素泊まり宿泊も人気です。



●時間 日帰り 10:00~20:00 (21:00閉館)  
宿泊 in▶16:00~out▶10:00  
●交通 JR田沢湖駅からバスで25分  
東北自動車道盛岡ICから車で60分  
〒014-1201 秋田県仙北市田沢湖生保内字下高野73-15  
☎ 0187-46-2111  
HP▶<http://www.tsukamoto-sogyo.co.jp/mizusawa/onsen/index.html>



硫酸塩泉 硫黄泉 切り傷 火傷 慢性皮膚病 日帰り入浴  
糖尿病 動脈硬化症 高血圧 大浴場 露天風呂 温泉かけ流し

## 17 天然温泉 田沢湖レイクリゾート

肌にやさしくツルツルの手ざわりのお湯は  
体の芯から温まります



北東北の観光の拠点として、ぬくもり溢れる温泉  
や豊富なメニューのバイキングなどの心づくし  
お待ちしております。



●時間 宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 東北自動車道盛岡ICから車で60分  
〒014-1201 秋田県仙北市田沢湖生保内字下高野82-117  
☎ 0187-46-2016  
HP▶<https://tazawako-lakeresort.com/>



単純温泉 切り傷 火傷  
慢性皮膚病 虚弱児童 慢性婦人病  
大浴場 サウナ 露天風呂

## 19 象湯夕日の宿 さんねむ温泉

四季折々の海山の幸と鳥海山を望む  
単純硫黄冷鉱泉の天然温泉  
五感で楽しむつろぎの宿



地元の四季折々の海山の幸をご提供。  
日本海と鳥海山を楽しめる2つの温泉  
が楽しめます。  
アトピー性皮膚炎、尋常性乾癬、慢性  
湿疹、表皮化膿症でお悩みの方にも!



●時間 日帰り 6:00~15:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 日本海沿岸東北自動車道 金浦ICから車で約5分  
〒018-0129 秋田県にかほ市象潟町字オノ神31-1  
☎ 0184-43-4960  
HP▶<http://www.sun-nemunoki.jp/>



硫黄泉 慢性皮膚病 大浴場 日帰り入浴 温泉かけ流し

### 秋田の豆知識

秋田市の繁華街で花開いた芸者文化「川反芸者」において「秋田美人」という言葉が生まれたと言われてます。時代の流れとともに衰退した川反芸者ですが、現代に復活したのが「あきた舞妓」。あなたもあきた舞妓に会いにきませんか？



### 秋田の豆知識

山海の幸に恵まれた秋田県。中でも天然岩牡蠣は、秋田の山と海が育んだまさに自然の宝！夏場の沿岸沿いの地域では、新鮮で大きな岩牡蠣が食べられます♡





## 20 須川温泉 栗駒山荘

絶景に心と身体を解き放つ  
雲上のいで湯



栗駒山荘の湯は日本でまれな強酸性のみよばん緑ばん泉です。源泉からの湧出量は毎分6000リットル！これは一カ所の自噴源泉から湧出する量として国内屈指を誇る。(昔からの言い伝えによると国内第2位) その湯量豊富な温泉は源泉から溢れ、湯川となって流れています。露天風呂から晴天時は出羽富士「鳥海山」が眺望でき、夜になると降り注ぐような満天の星空が楽しめる。



●時間 日帰り 9:00～16:30  
宿泊 in▶15:00～out▶10:00

●交通 東北自動車道 一関ICから車で75分

〒019-0803 秋田県雄勝郡東成瀬村榎川字仁郷山国有林

☎ 0182-47-5111

HP▶<http://www.kurikomanso.com/>

※冬季休業有 (11月上旬～4月下旬)

シェアしたい度 仲間旅度



## 21 スパ&amp;リゾート 秋の宮山荘

ホテル

美人で知られる平安の歌人「小野小町」の  
ふるさとの温泉です  
良質の温泉とおいしい食事で秋田美人に！



保温・保湿効果の高いナトリウム塩化物泉のあたまりの湯を7種類のお風呂でお楽しみいただけます。登山トレッキングや溪流釣りなど栗駒国立公園の麓から四季折々の自然をお楽しみいただけます。



●時間 日帰り 10:30～20:00

宿泊 in▶15:00～out▶10:00

●交通 JR横瀬駅から車で20分、湯沢横手道路

雄勝こまちICから車で20分

〒019-0321 秋田県湯沢市秋ノ宮字殿上1-1

☎ 0183-56-2400

HP▶<http://www.akinomiya.co.jp/>

シェアしたい度 仲間旅度



## 秋田の豆知識

日本三大うどんのひとつとして有名な湯沢市の**稲庭うどん**。手延べにより細く引き伸ばされ、なめらかな舌触りと喉越し、コシがありながらも上品な細さが特徴です。**お土産にも最適です！**



## 22 泥湯温泉 奥山旅館

山奥の秘湯3つのごり湯「泥湯」にて、  
ゆっくりと日頃の疲れを癒しませんか？



昔ある乙女が病に苦しみ温泉に浸かりたく思っておりましたが、透明な湯に恥ずかしさのあまり浸かれないでいたところ、天狗が現れ米の磨ぎ汁の様に白く濁してくれたのです。天狗伝説の残る宿、奥山旅館では地元秋田の山の幸と共に3種類の源泉を楽しめます。



●時間 日帰り 10:30～14:30 (～13:30受付)

宿泊 in▶15:00～out▶10:00

●交通 東北自動車道/古川ICから湯子経由・国道108号、国道

13号、県道51号(湯沢栗駒公園線)を経て泥湯へ。

湯沢横手道路/須川ICから県道51号(湯沢栗駒公園線)

を経て、県道310号で泥湯へ。

〒019-0404 秋田県湯沢市高松字泥湯沢25

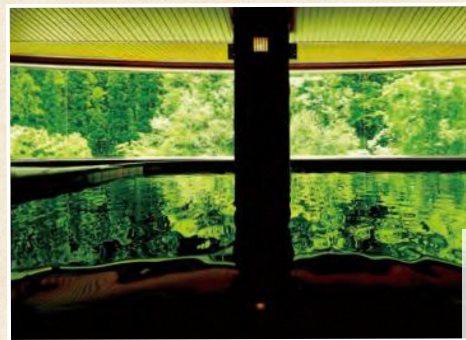
☎ 0183-79-3021 HP▶<https://www.doroyu.com/>

シェアしたい度 仲間旅度



## 23 湯けむりの宿 稲住温泉

泉質、効能が違う源泉を2つ有し、館内に  
いながら「湯巡り」がお楽しみいただけます



秋田県最古の温泉地「秋の宮温泉郷」。多くの文化人、著名人に愛された昭和の名宿が共立リゾートの上質なおもてなしと共に、令和に復活。喧騒を離れ、静寂という賢へ。秘湯に遊ぶ、極上の隠れ宿。



●時間 宿泊 in▶15:00～out▶11:00

※プランによる

●交通 湯沢横手道路「雄勝こまちIC」から車で約20分

〒019-0321 秋田県湯沢市秋ノ宮山屋野11

☎ 0183-58-1900

HP▶<https://www.hotespa.net/resort/hotellist/inazumi/>

シェアしたい度 仲間旅度



## 秋田の豆知識

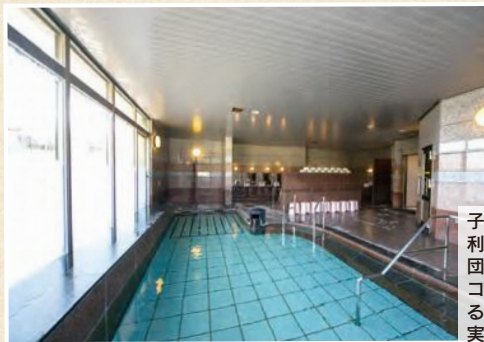
美酒王国・秋田が誇る**地酒**。約40軒もの蔵元が作り上げた数多の**銘酒**を、是非本場でご堪能ください！自分用に、お土産に、好みの一酒を探してみてくださいはいかがでしょうか。





## 24 秋田県北部老人福祉総合エリア

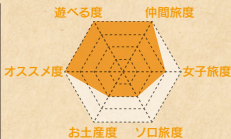
歴史ある大滝温泉使用の大浴場で  
日頃の溜まった疲れをリフレッシュ!



子どもから高齢の方までどなた様でもご利用いただけます。日帰り休憩入浴(個人・団体)や宿泊はもちろん、屋外にはテニスコートや運動広場もあり、無料で利用できる屋内運動広場やキッズコーナー等が充実している【ふれあいタウン】です



●時間 日帰り 9:30~20:00 (最終受付19:30)  
宿泊 in▶16:00~out▶10:00  
●交通 JR花輪線 十二所駅から車で2分  
〒018-5601 秋田県大館市十二所字平内新田237-1  
☎ 0186-47-7070  
HP▶http://www.silverarea.jp/hokubu



## 25 ふるさわおんせん

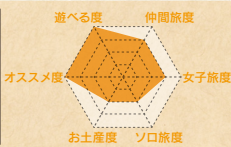
つるつるとした肌触りのやわらかな泉質の  
美肌の湯。上がってから発汗・温もりが  
長く続くのが特徴の温泉です



ナトリウム硫酸塩泉PH8. 8夏季~冬にかけて40℃~42℃前後の熱すぎない温泉。横7.5メートルの大きな湯船でゆっくり足を伸ばし温まっています。看板犬のあきた犬親子が皆さまのおもてなしスタッフとして活躍中! 当館ご宿泊のお客様にはあきた犬を通して体験・食・温泉と大館の魅力を味わっていただけます。あきた犬ふれあいは主に宿泊のお客様メインにて対応してございますが、日帰りでも売店・ご入浴ご利用のお客様にはご希望にて一緒にお写真等のサービスもいたします。  
※おさんぽ・休憩時間等がございますので外來のお客様はお電話にてお問い合わせ、ご予約をお願いいたします。



●時間 日帰り 6:30~21:00  
宿泊 in▶16:00~out▶10:00  
●交通 JR大館駅下車/秋北バス(獅子ヶ森環状乗車12分→樹海ドーム前下車徒歩3分)/タクシー利用7分/車 小坂ICより20分  
〒017-0032 秋田県大館市字新綱27番地  
☎ 0186-48-4295  
HP▶http://furusawaonsen.com



### 秋田の豆知識

三角耳とくると巻かれた尻尾が可愛い秋田犬。秋田犬に会いたいと思うなら、是非発祥の地である大館市へ行ってみたい! 【秋田犬会館】や【秋田犬の里】など、秋田犬を知る・楽しめる企画盛りだくさんです。



## 26 打当温泉 マタギの湯

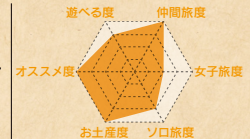
マタギの里 源泉かけ流しの温泉で  
心身ともにリフレッシュ!!



森吉山麓にあり「マタギの里」として知られる温泉宿。マタギの歴史が見られる「マタギ資料館」を併設しております。熊銅や手作りの濁酒は絶品です!



●時間 日帰り 9:00~21:00 (最終受付 20:30)  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 JR角館駅一先にマタギ駅経由(約1時間)  
〒018-4731 秋田県北秋田市阿仁打当字山北瀬道上367  
☎ 0186-84-2612  
HP▶http://www.mataginoyu.com



## 27 元湯 雄山閣

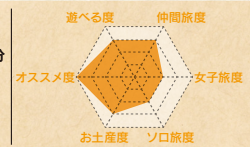
心も体もほっこり♡  
「郷土料理・あんぶらもち」と  
お肌にやさしいとろみのあるお湯が自慢!



なまはげの口から勢い良く吹き出す大浴場「なまはげの湯」はインパクト大! とろりとしたお湯はお肌にもやさしく保温効果抜群です。



●時間 日帰り 11:00~14:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 秋田自動車道 昭和男鹿半島ICから車で約40分  
〒010-0687 秋田県男鹿市北浦湯本字草木原52  
☎ 0185-33-3121  
HP▶http://www.yuuzankaku.co.jp/



### 秋田の豆知識

ぶちぶちした食感で畑のキャビアと称されるとんぶり。ホウキギの実を加工したもので、中国では漢方薬として使われていたそう。納豆、酢の物、サラダ、どんな料理にも合う秋田の珍味です。





## 28 男鹿観光ホテル

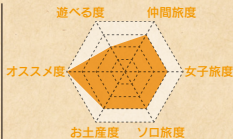
日本海の向こうに白神山地・そして樹海  
二つの景観が魅力の温泉!



8階の「満天の湯」からの日本海の向こうに白神山地を望み、露天風呂併設の「樹海の湯」と二つの浴場が楽しめます。

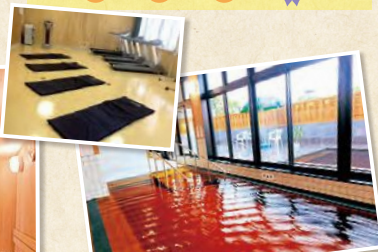


●時間 日帰り 15:00~20:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 秋田自動車道 昭和男鹿半島ICから車で40分  
JR男鹿駅からクルマで約25分  
〒010-0687 秋田県男鹿市北浦湯本字草木原21  
☎ 0185-33-2121  
HP▶http://www.oga-kanko.com



## 29 砂丘温泉ゆめろん

ゆにつかりながめる空に広がるろまん 今日もいい湯で温まってねー!



自慢は海が一望できる露天風呂と大浴場。百余年続く歴史ある温泉です! クアオルト運動室・クアオルト浴室・グランドゴルフ場がございます。運動した後温泉に入って健康になりましょう。



●時間 日帰り 6:00~21:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 車:北上J.c.t-八竜IC~7分位  
電車:秋田駅一森岳駅  
〒018-2406 秋田県山本郡三種町大字上の沢17-4  
☎ 0185-85-4126  
HP▶http://www.yumeron.jp/



### 秋田の豆知識

しよつづる(塩魚汁)は秋田県で作られる魚醤。ハタハタなどの原料魚に塩を加え、一年以上かけて熟成させて作る。秋田県の伝統的な調味料で、江戸時代初期から製造されている。



## 30 協和温泉 四季の湯

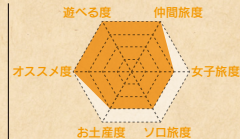
四季折々、旬の味を盛り込んだ山菜料理や郷土料理をご賞味ください



新限定メニュー「熊鍋宿泊プラン」も好評受付中!!



●時間 日帰り 9:00~20:00  
宿泊 in▶16:00~out▶10:00  
●交通 JR奥羽本線 羽後境駅から車で20分  
〒019-2401 秋田県大仙市協和船岡字庄内214  
☎ 018-893-2615  
HP▶http://www.akita-shikinoyu.co.jp



## 31 あきた芸術村 温泉ゆぼぼ

秋田の食に田沢湖ビール、わらび座のミュージカルも楽しめる「心と体のリフレッシュゾーン」です



肌に優しく体を芯から暖める天然温泉、素朴ながらも心を尽くしたおもてなしで皆様をお迎えしております。また敷地内には、東北を代表する劇団わらび座の劇場もあり楽しむことができます。



●時間 日帰り 10:00~21:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 JR角館駅より車で約10分  
東北道盛岡ICから車で60分  
〒014-1192 秋田県仙北市田沢湖卒田字早稲田430  
☎ 0187-44-3333  
HP▶http://www.warabi.or.jp



### 秋田の豆知識

田沢湖の湖畔にあるハートハーブには、ハーブを愛でたりランチ・ショッピングを楽しめるほか、ハーブやお花を使った体験メニューも豊富に用意されていてファミリーやカップルで楽しみましょう!





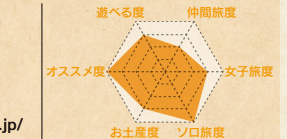
32

にかほ市温泉 保養センター **はまなす**

心も体もホットになるスパリゾート♪  
源泉かけ流しの温泉



体が温まる源泉かけ流しの温泉。  
源泉100%かけ流しの温泉をご堪能下さい。



●時間 日帰り 6:00~21:00  
宿泊 in▶16:00~ out▶9:30  
●交通 日本海沿岸東北自動車道 金浦ICから  
車で2分  
〒018-0311 秋田県にかほ市金浦中谷地20-1  
☎ 0184-38-2246  
HP▶http://www.nikaho-onsen-hamasu.jp/

33

やまゆり温泉 **ホテルブラン**

お肌がスベスベになる美肌の湯！  
スキーやゴルフ、登山にも  
便利な立地です♪



pH9.8強アルカリ性のヌルヌルと滑らかな湯触りの温泉で、入浴後も体が温まり、肌がスベスベになることから「美肌の湯」と言われています。ジュネス栗駒スキー場のゲレンデに直結、ジュネス栗駒パークゴルフ場まで車で10分の好立地！焼石岳登山の基地宿にも便利です。



●時間 日帰り 10:00~20:00 (最終受付19:30)  
宿泊 in▶15:00~ out▶10:00  
●交通 湯沢横手道路 十文字IC~R13~R342~  
R397/車で30分  
〒019-0803 秋田県雄勝郡東成瀬村榎川柳沢39-7  
☎ 0182-47-3104  
HP▶http://yamayuri-onsen.com/

秋田の豆知識

秋田を代表する魚・ハタハタを長時間熟成させ、麴を混ぜた飯、カブやニンジン等の野菜などと漬け込んだものが**ハタハタ寿司**。雪国秋田の伝統食、**ハタハタ料理の最高峰**です！



34

小安峯温泉 湯の宿 **元湯くらぶ**

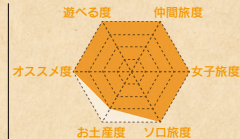
栗駒山麓のいで湯、四季折々  
地元食材の手料理  
静かに過ごせる全12室の温泉宿



通称「子宝の湯」とも知られる小安峯温泉は、ぬぐだまる湯っこ（あたたまる温泉）で冷え性改善にも一役買ってくれます。源泉かけ流しの温泉付き客室や貸切風呂もご用意。女性限定で色浴衣もご用意。



●時間 宿泊 in▶15:00~ out▶10:00  
●交通 JR湯沢駅からバスで60分、須川IC30分、  
栗館IC90分  
〒012-0183 秋田県湯沢市皆瀬湯元100-1  
☎ 0183-47-5151  
HP▶http://www.motoyukurabu.jp



35

旅館 **多郎兵衛**

歴史ある湯宿ならではの  
きめ細やかな心づかいで  
心までほのぼのと温まる



趣きの異なる湯舟を湯めぐり気分が満喫♪女将の手づくり料理は地元の食材を活かした優しい味わいに。胃もたれしないと大好評です。館内には心温まる手づくり小物がたくさん。



●時間 日帰り 10:30~15:00 (最終受付14:30)  
宿泊 in▶14:00~ out▶10:00  
●交通 JR湯沢駅から車で約45分  
〒012-0183 秋田県湯沢市皆瀬湯元121-5  
☎ 0183-47-5016  
HP▶http://www.tarobee.com

秋田の豆知識

羽後町で生産されている**黒毛和牛・羽後牛**。中でも格付けA4以上の高級黒毛和牛が「**うご牛**」です。年間出荷数**わずか120頭**、県外に出回る事はまず無いと言われる**希少肉**です。





### 36 小安峡の宿 こまくさ

単純温泉 慢性婦人病 大浴場 露天風呂 温泉かけ流し 日帰り入浴

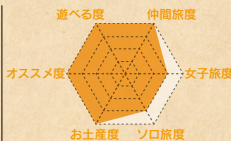
山裾の露天風呂と解放感ある内風呂、地元の山菜・野菜メインと皆瀬牛を盛り込んだお食事をどうぞ！



家族のみでの営業です。家庭的なおもてなしで、お客様へ行き過ぎない配慮を心掛けておりますが、ご要望がありましたらお知らせください。



●時間 日帰り 10:00~15:00 (要予約)  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 湯沢駅から車40分・バス55分(小湯の上バス停0分)  
湯沢インター40分・須川インター35分  
〒012-0183 秋田県湯沢市皆瀬字小湯の上47-1  
☎ 0183-47-5181  
HP▶http://www.onsen-komakusa.jp/



### 37 源泉かけ流しの宿 岡部荘

塩化物泉 切り傷 火傷 慢性皮膚病 慢性婦人病 慢性便秘 大浴場 露天風呂 貸切露天風呂 温泉かけ流し

自家源泉5カ所有・全浴槽かけ流しの趣ある温泉と純和風木造の佇まいが自慢の温泉宿



温泉の湯巡りの後は、一年中お楽しみいただける発祥の地ならではの「きりたんぼ鍋」をはじめ、秋田の幸にこだわったお料理は、鹿角産のお肉や旬の川魚や山菜などふんだんに鹿角の食材を使用した手作り田舎料理です。秋田の地酒も数多くご用意しております。



●時間 日帰り 10:00~15:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 東北自動車道・十和田ICより8キロ  
〒018-5421 秋田県鹿角市十和田大湯字上の湯1-1  
☎ 0186-37-2245  
HP▶www.okabesou.jp



### 秋田美人コラム

## 美人の湯には理由がある！

全国の温泉郷や温泉宿には、「美人の湯」や「美肌の湯」を謳っているところがあります。美人の湯といっても、温泉に入った途端に絶世の美女に生まれ変わるわけではなく、肌にいい効果が期待できる泉質の湯であるということです。

たとえば硫酸塩泉の中でもカルシウム-硫酸塩泉は、乾燥肌をしっとりさせ、さらさらの美肌してくれます。炭酸水素塩泉の中のナトリウム-炭酸水素塩泉は、固くなった角質を柔らかくして洗い流し、肌の表面をすべすべにしてくれます。

酸性泉は、角質を溶かすピーリング効果で皮膚の表層が生まれ変わります。ただし、酸性泉は肌の弱い人は湯負けするおそれもあるので、湯上がり際にはシャワーで洗い流しましょう。



### 秋田の豆知識

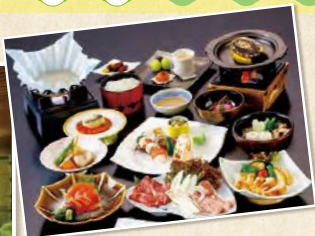
湯沢市川連町の伝統工芸品、川連漆器。完成までおよそ1年！丁寧に時間をかけて作られる珠玉の品です。湯沢市の湯沢市川連漆器伝統工芸館では、沈金や蒔絵の体験教室も行っています。



### 38 縄文のふる里 ホテル鹿角 大湯温泉

塩化物泉 切り傷 火傷 慢性皮膚病 慢性婦人病 慢性便秘 大浴場 露天風呂 サウナ

開湯800年の名湯大湯温泉 無色透明でお肌に優しい弱アルカリ性 四季彩る露天風呂が大好評



大湯温泉は北東北の中心。十和田湖八幡平国立公園や白神山地、世界遺産「大湯環状列石」など近隣の観光地への車でのアクセスが抜群です。鹿角市が発祥とされる郷土料理「きりたんぼ鍋」や地産地消の美味しいメニューを提供いたします。



●時間 日帰り 月~火曜日 15:00~19:00  
水~日曜日 12:30~19:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 東北自動車道 十和田ICから車で10分  
JR花輪線 十和田南駅から車で15分  
高速バスみちのく号 高速けまなひから車で10分  
〒018-5421 秋田県鹿角市十和田大湯字中谷地5-1  
☎ 0186-30-4111  
HP▶http://www.h-kazuno.co.jp/



### 秋田の豆知識

今や全国的に知られるバター餅は北秋田市が元祖！つくたてのお餅にバターや卵などを練り込んで作られた、バター風味のふわふわのお餅です。ふわもち食感を是非お試しください！





### 39 龍門亭 千葉旅館

2つの源泉を掛け流し！  
歴史ある温泉と秋田郷土の旬の味覚を贅沢に楽しめる温泉宿



1つの館内で、香りや肌触りが異なる『2つの源泉』の『4つのお風呂』が楽しめます。自慢の庭園風景を眺めながら、四季折々一期一会の趣を感じてください！「ユキノシタエキス」配合でお肌に優しいオリジナル化粧水も販売中♪当館のお風呂でお試しいただけます！



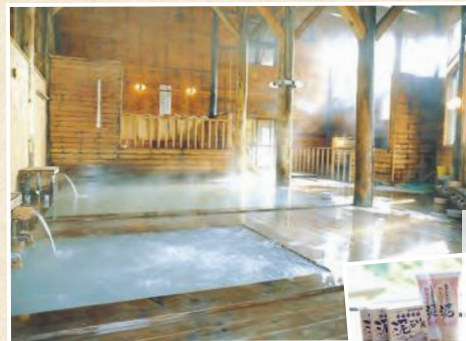
●時間 宿泊 in▶15:00 out▶10:00  
●交通 十和田ICよりR103を十和田湖方面へ12分  
〒018-5421 秋田県鹿角市十和田大湯字上の湯一丁目38番地1  
☎ 0186-37-2211  
HP▶http://www.ryumonte.com/



- 塩化物泉
- 切り傷
- 火傷
- 慢性皮膚病
- 虚弱児童
- 慢性婦人病
- 大浴場
- 露天風呂
- 温泉かけ流し

### 41 八幡平後生掛温泉

美白効果バググンの泥風呂有り！  
オンドルでデトックス効果も♪



十和田八幡平国立公園、標高1,000mに湧く一軒宿。オンドルで温活をした後に、大浴場で汗を流し、おしゃれなカフェでゆっくりランチタイムはいかがでしょう？お肌がツルツルになると好評の泥石けんもバックも好評販売中です。



●時間 日帰り 10:30~15:00 (最終受付14:00)  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 東北自動車道 鹿角八幡平ICから車で40分  
〒018-5141 秋田県鹿角市八幡平字熊沢国育林  
☎ 0186-31-2221  
HP▶http://www.gosyougake.com



- 硫黄泉
- 慢性婦人病
- 神経痛
- 大浴場
- 日帰り入浴
- 露天風呂
- サウナ
- 蒸し風呂
- オンドル
- 泥風呂
- うたせ湯
- 火山風呂
- 温泉かけ流し

### 40 源泉・秘湯の宿 ふけの湯

マイナスイオンたっぷり浴びながらの  
岩場の中の野天風呂  
400年前からの温泉



寛永元年開湯の温泉。源泉は3種類あり、少し白濁した湯、野天風呂の混浴は枡・樽・岩風呂と楽しめる。



●時間 日帰り 10:00~15:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 東北自動車道 鹿角八幡平ICから車で約50分  
〒018-5141 秋田県鹿角市八幡平字熊沢外8国育林内  
3132林班八小班  
☎ 0186-31-2131  
HP▶https://www.fukenoyu.jp/



- 単純温泉
- 酸性泉
- 慢性皮膚病
- 日帰り入浴
- 大浴場
- 露天風呂
- 岩盤浴
- 温泉かけ流し

### 42 山乃御振舞 とわだこ賑山亭

入浴後は湯冷めしにくく、  
肌がすべすべして美肌に良いようです



秋田、青森の名物鍋や旬の食材を取り入れた囲炉裏炉端で味わう、炭火焼き料理が人気の和風温泉旅館です。湖や遊覧船乗り場、バス停にも近く、十和田神社や乙女の像への散策にも便利です。(昼食はグループ、団体のみ。受入期間要確認、要予約)



●時間 日帰り 11:30~20:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 十和田ICから車で40分  
JR八戸駅からバスで140分  
〒018-5511 秋田県鹿角郡小坂町十和田湖字休平35  
☎ 0176-75-2711  
HP▶https://www.shinzantei.co.jp



- 炭酸水素塩泉
- 切り傷
- 火傷
- 日帰り入浴
- 慢性皮膚病
- 動脈硬化症
- 大浴場

#### 秋田の豆知識

秋田県と岩手県を結ぶドライブウェイ、八幡平アスピーテライン。季節ごとに様々な絶景が見られる他、4~5月には5m程にもなる雪の回廊の中を走り抜けることができます。ドライブに是非！



#### 秋田の豆知識

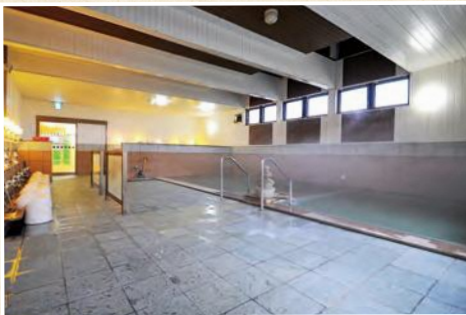
秋田県は枝豆の出荷量がなんと日本一！昼と夜の温度差が激しい秋田で育てられた枝豆は、甘みが強く風味も絶品♪美味しいお米が育つ肥沃な土地が育んだ枝豆、是非ご賞味ください。





relax noyu  
43 伊勢堂岱温泉 縄文の湯

米代川のせせらぎと  
豊かな自然に囲まれ源泉掛け流しの  
豊富な湯が楽しめる



大浴場、露天風呂、サウナのほか、6種の  
鉱石を加熱することで発生した遠赤外線  
線を利用し、身体の奥深くまで熱を伝えて  
発汗を促す岩盤浴も人気（別途料金）。  
食事は地場産の食材を使った旬の料理  
が楽しめる。宿泊施設31ルームありです。



●時間 日帰り 10:00~20:00 (19:30受付終了)  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 JR鷹ノ巣駅より車で5分  
大館能代空港から車で5分  
〒018-3454 秋田県北秋田市脇神字平崎川戸沼86-2  
☎ 0186-63-2626  
HP▶http://www.jomonnoyu.com/



relax noyu  
44 ホテルサンルーラル大湯

全国的にも非常に珍しい「モール温泉」！  
天然保湿成分が多く含まれるため、  
美肌効果が高く婦人病等に効果があります



広大な大湯村の田園風景が見渡せ、天気の良い日には  
世界遺産の白神山地も眺望できます。日本海の幸、大  
湯村産の米や野菜をはじめ秋田県内、全国から選りす  
ぐりの食材を揃えレストランやご宿泊での食事、宴会  
に料理人が腕をふるいます。大宴会場は着席宴会600  
名収容、中小各種会場で会議、各種パーティーを承り  
ます。庭園チャペル会場ではお二人の永遠の誓を誓う  
にふさわしい厳粛でおおらかな挙式が行われます。



●時間 日帰り 11:30~16:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 秋田自動車道 琴丘・森岳ICから12km車で約15分  
JR奥羽本線八郎潟駅から車で20分  
〒010-0441 秋田県南秋田郡大湯村字北1-3  
☎ 0185-45-3332  
HP▶http://www.sunrural-ogata.com



ちこつと 豆知識

大湯環状列石は、秋田県鹿角市十和田大湯字野中堂字万座に所  
在する2つの環状列石（野中堂環状列石、万座環状列石）を主体と  
する縄文時代後期（約4,000年前）の大規模な遺跡です。



relax noyu  
45 大湯モール温泉 ポルダール湯の湯

温泉源は500万年前の海水が  
地下水となったもの



500年前、植物が腐食質となり黄金色の温泉  
となった。  
国内はもとより世界的にも非常に珍しく秋田  
県では初めての「モール温泉」である。「モー  
ル」とはドイツ語で「腐食質」を意味し、泉質  
が植物由来であるため保湿成分が多く美肌  
効果がある。



●時間 日帰り 6:00~22:00  
●交通 JR八郎潟駅から車で20分、  
秋田空港から車で90分  
〒010-0441 秋田県南秋田郡大湯村字北1丁目3  
☎ 0185-45-2641  
HP▶http://www.katanoyu.com



relax noyu  
46 男鹿ホテル

露天岩風呂「石山の湯」と  
ダイニングレストランでの創作料理！



露天風呂併設の「石山の湯」からの広がり  
のある景色が自慢です。  
ダイニングレストラン「旬彩洗心」での創  
作料理が自慢です。



●時間 日帰り 15:00~20:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
※冬期休業あり  
●交通 秋田自動車道 昭和男鹿半島ICから車で約40分  
JR男鹿駅から車で約25分  
〒010-0687 秋田県男鹿市北浦湯本字草木原13-1  
☎ 0185-33-3101  
HP▶http://www.oga-hotel.com



ちこつと 豆知識

だまこ鍋は漬したご飯を直径3cmほどに丸めた「だまこもち」が  
入ったお鍋のこと。南秋田郡など一部の地域ではきりたんぼ鍋より  
メジャーな農家の家庭料理です。体がほっと温まるお鍋ですよ！





## 47 温泉旅館 ゆもと

塩化物泉 慢性婦人病 大浴場 露天風呂 源泉かけ流し 日帰り入浴

源泉かけ流しの大浴場は、毎日温泉を入れ替えております。古くから湯治場として栄えた自慢の温泉です



600年以上の歴史ある旅館です。温泉が有名で古くから湯治場として栄え、子宝の湯としても有名です。インターネット又は、FAXにてご予約いただいた場合、大人2名様につきビール1本(大瓶)サービスいたします。(10,000円以上のプラン対象)



●時間 日帰り 15時以降(要問合せ)  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 昭和男鹿半島ICより車で約50分。  
JR男鹿線羽羽駅よりバスで約50分。  
〒010-0687 秋田県男鹿市北浦湯本字福ノ沢36  
☎0185-33-3151  
HP▶<http://www.namahage.ne.jp/~yumoto/index.html/>



## 48 ユーランドホテル八橋

人工高濃度炭酸泉 大浴場 露天風呂 サウナ 岩盤浴 日帰り入浴

秋田市中心市街地にある大人のオアシス♪癒しのサービスが充実します!



当施設には「美」を追求したい女性に嬉しい岩盤浴、炭酸泉、酸素BOX、リラクゼーション等が充実!! 岩盤浴の中で行うホットヨガは、美容、ダイエットに効果的で大人気です。



●時間 24時間年中無休  
宿泊 in▶15:00~out▶12:00  
●交通 JR秋田駅から車で10分  
〒010-0961 秋田県秋田市八橋イサノ2丁目16-29  
☎018-863-7811  
HP▶<http://www.youland.jp>



### 秋田の豆知識

秋田といえば**ナマハゲ**を思い浮かべる方も多いかもしれませんが、実は県内全域にいるわけではないのです。男鹿市に行けば「**なまはげ館**」等で会うことができますが、とても運が良ければ他の地域でも会えるかもしれません。



## 49 秋田県健康増進交流センター ユフォーレ

硫酸塩泉 切り傷 火傷 慢性皮膚病 日帰り入浴  
動脈硬化症 筋肉痛 関節痛 疲労回復 冷え性  
大浴場 露天風呂 サウナ

温泉は美肌の湯として、疲労回復に最適です



温水プールやトレーニングルーム、体育館、キャンプ場など、家族で日帰り利用、宿泊、アウトドアも楽しめます。



●時間 日帰り 10:00~21:00  
宿泊 in▶14:00~out▶10:00  
●交通 秋田自動車道 秋田中央ICから車で20分  
JR和田駅から車で20分  
〒019-2742 秋田県秋田市河辺三内字丸舞1-1  
☎018-884-2111  
HP▶<http://www.yufore.jp>



## 50 新玉川温泉

酸性泉 切り傷 慢性皮膚病 慢性婦人病 日帰り入浴  
慢性便秘 糖尿病 動脈硬化症 貧血 大浴場 露天風呂  
ジャグジー サウナ 岩盤浴 蒸し風呂 源泉かけ流し

あきたを愉しむ!「カラダに美味しいバイキング」がコンセプトに! 美容と健康を意識した温泉宿



塩酸を主成分とした世界でも珍しい泉質で、その酸性度はレモンの約2.5倍のpH1.2。その泉質のためピーリング効果もあると言われお肌がツルツルになると好評です。また館内には源泉を利用した「屋内岩盤浴」もありデトックス効果も期待できます。(宿泊者無料) 高原の季節の移り変わりが楽しめる露天風呂も好評です。



●時間 日帰り 10:00~14:30最終受付  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00  
●交通 東北自動車道 盛岡ICから車で100分  
〒014-1205 秋田県仙北市市沢湖玉川字浪黒2番地先  
☎0187-58-3100  
HP▶<http://www.shintamagawa.jp/>



### 秋田の豆知識

秋田県立美術館は、公益財団法人平野政吉美術財団の藤田嗣治作品を展示するとともに、県民が身近に芸術を楽しむ文化を育むことにより、秋田の街、人、文化の創造と共生を目指します。





## 51 黒湯温泉

秋田のあめ麴を使用し、  
源泉でじっくり造った甘酒は  
体の内側からも美肌効果バツグン♡



秘湯・乳頭温泉郷の最奥、人里離れた山深きブナの森の中にひっそりと佇む。広大な湯川原からの源泉湧出量は温泉郷随一。茅葺き、杉茅葺きの宿舎や湯小屋が寄り添う、昔ながらの湯治場の風情を今に伝えています。



- 時間 日帰り 9:00~16:00  
宿泊 in▶14:00~out▶9:30  
※冬季休業有(11月中旬~4月中旬)
- 交通 JR田沢湖駅下車、バスで約50分  
東北自動車道盛岡ICから車で約75分
- 〒014-1201 秋田県仙北市田沢湖生保内字黒湯沢2-1  
☎ 0187-46-2214 HP▶http://www.kuroyu.com



## 53 休暇村乳頭温泉郷

爽やかな朝日を浴びながらブナ林を散策♪  
美味しいお料理と天然温泉で  
憩いのひとときを♪



おススメは秋田の新鮮素材、調理法にこだわった郷土料理を多数取り入れた創作バイキング。1品ずつ手をかけたこだわりの会席コースも魅力です。  
休暇村の看板イベント「ふれあいプログラム」では「秋田ならではの」体験イベントをお楽しみいただけます♪



- 時間 日帰り 11:00~17:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00
- 交通 東北自動車道 盛岡ICから車で約52km  
〒014-1201 秋田県仙北市田沢湖生保内駒ヶ岳2-1  
☎ 0187-46-2244  
HP▶http://www.qkamura.or.jp/nyuto/



## 52 鶴の湯温泉

まさに秘境!  
1688年頃から記録が残る、  
古きよき温泉宿



女性専用の露天風呂もあります。  
4種類の源泉の内、白湯は美肌効果がある  
と言われています。



- 時間 日帰り 10:00~15:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00
- 交通 盛岡ICより国道46号線、  
国道341号を經由90分
- 〒014-1204 秋田県仙北市田沢湖田沢字先達沢国宥林50  
☎ 0187-46-2139  
HP▶http://www.tsurunoyu.com/



## 54 元湯 水沢山荘

旬の野菜や山菜を使った食事で  
体の中からキレイになる♪  
深さ1mのゆったり露天風呂!



元湯ならではのこんこんと沸き出る乳白色の湯を、深さ1mの露天風呂でゆったりとお楽しみください♪  
満天の星空を見るもよし、眼下に田沢湖の眺望を見るもよし、素敵な休日の思い出を!



- 時間 宿泊 in▶15:00~out▶10:00
- 交通 JR田沢湖駅から車で20分  
〒014-1201 秋田県仙北市田沢湖生保内下高野73-10  
☎ 0187-46-2341  
HP▶http://www.tsukamoto-sogyo.co.jp/mizusawa/



### ちよつと 秋田の豆知識

仙北市の角館武家屋敷は「みちのくの小京都」とも呼ばれ、**風情ある町並み**が今に残されています。角館といえば**枝垂れ桜**が有名ですが、2月にこの近くで行われる「**火振りかまくら**」祭りも必見。燃え盛る炎を振り回す迫力のある伝統行事です。



### ちよつと 秋田の豆知識

**もろこし(諸越)**は小豆の粉と砂糖から作られる秋田伝統のお菓子。口の中でほろほろとける優しい甘さで、ヘルシーなおやつとしてお楽しみいただけます。最近は柔らかな生タイプも販売されています。





## 55 角館温泉 花葉館

昔より、美人の湯として知られ、地域内外より親しまれている温泉です



無色透明で、入りやすいのも特徴の一つです。皆様のご来館をお待ちしております。



- 時間 日帰り 5:00~7:30  
9:00~22:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00
- 交通 JR角館駅から徒歩で20分
- 〒014-0344 秋田県仙北市角館町西長野古米沢30-19  
☎ 0187-55-5888  
HP▶<http://www.kayoukan.jp>



リフレッシュ度 仲間旅度

オススメ度 女子旅度

お土産度 ソロ旅度

- 硫酸塩泉
- 切り傷
- 日帰り入浴
- 大浴場
- 露天風呂
- 電気風呂
- ミストサウナ

## 57 深い眠りの湯 岩倉温泉

川の流れる音の中にある美肌の宿 皮膚病に効果あり。飲泉の湯



和を基調とした造りと、山里ならではの自然に溶け込んだ癒しの空間です。お食事は、秋田の旬の食材を使った季節のお料理になります。温泉粥などもできますので、ご要望がございましたら柔軟に対応いたします。



- 時間 日帰り 10:00~18:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00
- 交通 羽後交通大曲駅から岩倉温泉行バスで37分  
大曲ICより10分
- 〒019-1944 秋田県大仙市南外字湯元1  
☎ 0187-74-2345  
HP▶<http://www.iwakuraonsen.net/>



リフレッシュ度 仲間旅度

オススメ度 女子旅度

お土産度 ソロ旅度

- 硫酸塩泉
- 切り傷
- 火傷
- 慢性便秘
- 日帰り入浴
- 糖尿痛
- 肥満症
- 大浴場
- 温泉かけ流し

## 56 強首温泉 樅峰苑

うぐいす色の希少な「よう素泉」  
温泉成分が濃いのでミネラルが体内に吸収されます



格式高い庄屋敷敷を宿にした木造の建物は築百余年を数え、国内では数少ない国登録有形文化財の宿です。庭園内にある宿泊専用総ひのき造りの貸切露天風呂では森林浴も楽しめます。当宿の名物「川がに料理」はアンチエイジング効果が期待できます。



- 時間 日帰り 11:00~18:00(最終受付は17:00)  
宿泊 in▶15:00~(18:00 out)▶~10:00
- 交通 秋田空港より車で約16分、JR奥羽本線 峰吉川駅より車で約6分(送迎あり、要予約)。西仙北スマートICより車で約7分
- 〒019-2335 秋田県大仙市強首字強首268  
☎ 0187-77-2116  
HP▶<https://syuhoen.net>



リフレッシュ度 仲間旅度

オススメ度 女子旅度

お土産度 ソロ旅度

- 含よう素泉
- 切り傷
- 末端循環障害
- 冷え性
- 日帰り入浴
- 皮膚乾燥症
- うつ状態
- 大浴場
- 貸切露天風呂
- 温泉かけ流し

## 58 は〜と ぽぽろっこ

懐かしいふるさとの味わいを堪能できるレストランと、広々とした温泉でやすらぎのひと時を—



料理には直売所で仕入れた新鮮な野菜を使用。美味しくヘルシーなとろろご飯を様々なトッピングでお楽しみいただけます！また、季節のフルーツパフェを月替わりでご用意しています！



- 時間 日帰り 9:00~20:00  
宿泊 in▶15:00~out▶10:00
- 交通 JR羽後岩谷駅から徒歩2分、日本海沿岸東北自動車道 大内JCTから車で1分
- 〒018-0711 秋田県由利本荘市岩谷町字西越36  
☎ 0184-62-1126  
HP▶<http://www.popolocco.com/>



リフレッシュ度 仲間旅度

オススメ度 女子旅度

お土産度 ソロ旅度

- 単純硫酸系
- 慢性皮膚病
- 大浴場
- 露天風呂
- 日帰り入浴
- ジャグジー
- サウナ

### ちのこ 豆知識

旅の途中、カラフルなパラソルとおばちゃんの設定を見かけたら、それは通称**ババヘア**と呼ばれる秋田県特有のアイスの路上販売。薄いジェラート風のさっぱりとしたアイスが気軽に楽しめます。



### ちのこ 豆知識

雪国秋田の豊かな水と森に育まれた貴重な山々の恵み、**山菜**。都会ではなかなか出会うことのできない**ナチュラルな味**で、**スローフード**を楽しんでみてはいかがでしょうか。





### 59 横手駅前温泉 ホテルプラザ迎賓/ゆうゆうプラザ

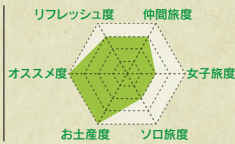
JR横手駅から徒歩1分の好立地！  
極上のくつろぎ空間で  
やすらぎのひと時を♪



横手駅前に広がる癒しの空間。湯巡りできる天然温泉や岩盤浴。畳の薫りてゆったりとくつろげる温泉宿です。四季折々の表情を見せる庭園で、自然を散策しながら心もリフレッシュ！



●時間 日帰り 10:00～22:00  
宿泊 in▶15:00～out▶10:00  
●交通 JR横手駅徒歩1分！ 秋田自動車道 横手ICから車で5分、秋田空港・花巻空港から車で60分、横手駅バスターミナルから徒歩1分  
〒013-0036 秋田県横手市駅前町7-7  
☎ 0182-32-7777  
HP▶<http://www.yokote.co.jp>



- 塩化物泉
- 慢性皮膚病
- 大浴場
- 日帰り入浴
- 露天風呂
- サウナ
- 岩盤浴

### 61 金浦温泉・学校の栖

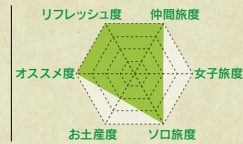
小学校跡地に建てられた温泉宿。  
効能豊かな硫黄温泉と  
ラジウム鉱泉が評判



肌の改善と補修に最高の硫黄泉。食事は四季を感じる煮魚料理を!! 鳥海山麓に湧き出る硫黄泉…名湯です。硫黄水風呂もあります。



●時間 日帰り 6:00～20:00 (受付)  
宿泊 in▶15:00～out▶10:00  
●交通 日本海沿岸東北自動車道 金浦ICから車で5分、JR金浦駅から車で5分  
〒018-0321 秋田県にかほ市前川菱瀬1  
☎ 0184-38-3883  
HP▶<https://onsen-sumika.com>



- 硫黄泉
- 慢性皮膚病
- 慢性婦人病
- 痛風
- 肝臓病
- 日帰り入浴
- 動脈硬化症
- 高血圧
- 月経障害
- 大浴場
- サウナ
- 温泉かけ流し

### 60 黄桜温泉 湯楽里

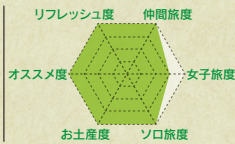
美肌効果の天然温泉で、心も身体もリフレッシュ。ゆったりとした大浴場でくつろぎのひとときを



名水「ボツメキの水」を使用した、ジオパーク認定商品の「ボツメキビール」「純米吟醸 東由利」や「東由利産 フランス鴨」など、メニューもお土産も充実。



●時間 日帰り 10:00～21:00  
●交通 日沿道 本荘ICより車で30分  
〒015-0211 秋田県由利本荘市東由利老方字畑田28  
☎ 0184-69-2611  
HP▶<https://k-yurari.com>



- 塩化物泉
- 硫酸塩泉
- 切り傷
- 火傷
- 日帰り入浴
- 慢性皮膚病
- 動脈硬化症
- 大浴場
- ジャグジー
- サウナ

### 62 たつみ寛洋ホテル

ヒノキの香りと肌にやさしい泉質で、湯上がりはお肌しっとりツツルに♪



石風呂(象湯温泉)と古代檜風呂(光明石温泉)の二種類の温泉で旅行やお仕事の疲れを癒しませんか？肌によくなじむ、優しい泉質です。



●時間 宿泊 in▶15:00～out▶10:00  
●交通 JR羽越線象潟駅から徒歩5分 金浦ICより15分  
〒018-0115 秋田県にかほ市象潟町字後田116-5  
☎ 0184-32-5555  
HP▶<https://tatsumi-kanyo.jp>



- 塩化物泉
- 慢性皮膚病
- 慢性婦人病
- 切り傷
- 火傷
- 慢性皮膚病
- 虚弱児童
- 慢性婦人病
- 桧風呂
- 光明石温泉

#### 秋田の豆知識

いぶりがっちは大根を囲炉裏の上に吊るし燻してから米ぬかで漬け込んだ秋田の伝統的な漬物。ぱりぱりとした食感と燻製の香りが楽しめます。「たくあん」とはまた違った味わいです。



#### 秋田の豆知識

あきたこまちは味が良く、もちもちと粘り気が強いのが特徴。水分含有量が多いため冷めても美味しく、おにぎり等にも最適です。気軽に土産にできる2合(300g)パックもあります♪





relax noyu  
63 道の駅 象湯ねむの丘

日本海を一望できる4階の展望温泉  
とろみのある塩分を含んだ温泉水はツルツルな  
美肌効果が期待されます。毎日通っている  
お客様のお肌を見るとわかります!



夕日の見える日は水平線に沈む瞬間を眺めることができます。レストランからも日本海を見ることができ、ねむの丘でしか味わえない地物を使ったメニューが盛りだくさん。



●時間 日帰り 9:00~21:00  
●交通 金浦ICより7分、象湯IC15分、象湯駅より車で5分  
〒018-0121  
秋田県にかほ市象湯町大塩越73-1  
☎ 0184-32-5588  
HP▶ <http://kisakata.nemunooka.jp/>



- 塩化物泉
- 切り傷
- 火傷
- 慢性皮膚病
- 日帰り入浴
- 虚弱児童
- 慢性婦人病
- 大浴場
- サウナ

relax noyu  
64 ホテル フォレスタ鳥海

全室鳥海山ビュー。由利牛と旬の味覚を堪能。化粧水の様なトトロ美肌の源泉の宿



鳥海山の麓に位置する、美肌源泉の宿。すべての客室から雄大な鳥海山が眺望でき、滑りのある温泉は美人の湯として好評を頂いております。露天風呂からは、四季折々の自然風景が楽しめ、ブナの柱に囲まれた、レストランでは、シェフ自慢の洋食コースと和洋懐石コース(要事前予約)を味わうことができます。高原の開放感の中、美肌の源泉をお楽しみください。



●時間 日帰り 10:00~18:00  
宿泊 in▶15:00~out▶11:00  
●交通 日本海沿岸東北自動車道 本荘ICから車で50分  
〒015-0512  
秋田県由利本荘市鳥海町猿倉奥山前8-45  
☎ 0184-58-2888  
HP▶ <http://foresta-chokai.com/>



- 炭酸水素塩泉
- 切り傷
- 火傷
- 慢性皮膚病
- 日帰り入浴
- 虚弱児童
- 慢性婦人病
- 大浴場
- 露天風呂
- サウナ

秋田へのアクセス

**東京から**

- 羽田空港→秋田空港行 / 約1時間10分(ANA・JAL)
- 羽田空港→大館能代空港行 / 約1時間15分(ANA)
- 東京駅→秋田駅まで / 最速3時間37分(秋田新幹線「こまち」/ 仙台・盛岡経由)
- 大宮駅→秋田駅まで / 最速3時間13分(秋田新幹線「こまち」/ 仙台・盛岡経由)
- フロー号(新宿発→秋田行) / 約8時間30分
  - 秋田中央交通 Tel.018-823-4890
  - 小田急バス予約センター Tel.03-5438-8511
- ジュビター号(池袋発→鹿角・大館経由→能代行) / 約10時間40分
  - 秋北バス Tel.0185-52-4890
  - 国際興業 Tel.0570-048985(ナビダイヤル)
- レイク&ポート号(横浜駅西口→田沢湖駅前) / 約10時間25分
  - 羽後交通 Tel.0182-32-9500
- エクスプレス鳥海号(東京発→本荘行) / 約8時間55分
  - 羽後交通 Tel.0182-32-9500

**東京都市内**  
(東北自動車道・秋田自動車道経由)→秋田中央ICまで / 約7時間30分

**大阪から**

- 伊丹空港→秋田空港行 / 約1時間45分(ANA・JAL)
- 新大阪駅→秋田駅まで / 約7時間(東海道新幹線～秋田新幹線「こまち」)

**愛知から**

- 中部国際空港→秋田空港行 / 約1時間30分(ANA)
- 名古屋駅→秋田駅まで / 約6時間(東海道新幹線～秋田新幹線「こまち」)

**福岡から**

- 福岡空港→羽田空港行 / 約1時間30分
- 羽田空港→秋田空港行 / 約1時間10分(ANA・JAL)
- 羽田空港→大館能代空港行 / 約1時間15分(ANA)

**北海道から**

- 新千歳空港→秋田空港行 / 約1時間10分(ANA・JAL)
- 苫小牧東港→秋田港まで / 約12時間15分
- 新函館北斗駅→秋田駅 / 約3時間30分(東北・北海道新幹線～秋田新幹線「こまち」)

**高城から**

- 仙台駅→秋田駅まで / 最速2時間5分(秋田新幹線「こまち」/ 盛岡経由)
- 仙台宮城IC(東北自動車道・秋田自動車道経由)→秋田中央ICまで / 約2時間58分
- 仙秋号(仙台発→秋田行) / 約3時間35分
  - 秋田中央交通 Tel.018-823-4890
  - 宮城交通 Tel.022-261-5333
  - JRバス東北 Tel.022-256-6646
- 高速バス大館線(仙台発→鹿角経由→大館行) / 約5時間40分
  - 秋北バス Tel.0186-44-5566
  - JRバス東北 Tel.022-256-6646
- グリーンライナー号(仙台発→横手経由→湯沢行) / 約3時間25分
- グリーンライナー号(仙台発→横手経由→大曲行) / 約3時間35分
  - 羽後交通 Tel.0182-32-9500
  - JRバス東北 Tel.022-256-6646
- 高速バス本荘線(仙台発→鶴岡・酒田経由→本荘行) / 約4時間53分
  - 羽後交通 Tel.0182-32-9500
  - 宮城交通 Tel.022-261-5333
  - 庄内交通 Tel.02335-24-7600(予約のみ)

**共通のお問い合わせ**

- ANA(全日空) Tel.0570-029-222
- JAL(日本航空) Tel.0570-025-071
- JR東日本お問い合わせセンター Tel.050-2016-1600
- 日本道路交通情報センター Tel.050-3369-6666
- 新日本海フェリー秋田支店 Tel.018-880-2600

**秋田県総合**

- (一社)秋田県観光連盟 Tel.018-860-2267 《営業時間》9:00~17:00(土日祝日・年末年始定休)
- 秋田県公式観光サイト「アキタファン」 <https://akita-fun.jp>

**十和田八幡平・大館・能代白神・阿仁森吉エリア**

- 十和田八幡平観光物産協会 Tel.0186-23-2019
- 大館市観光案内所(秋田犬の里内) Tel.0186-57-8120
- 北秋田市観光物産協会 Tel.0186-62-1851
- NPO法人 三種町観光協会 Tel.0185-85-4830
- NPO法人 能代観光協会 Tel.0185-88-8802
- NPO法人 ニツ井町観光協会 Tel.0185-73-5075
- NPO法人 八峰町観光協会 Tel.0185-76-4100

**秋田中央・男鹿・鳥海エリア**

- 秋田市観光案内所(JR秋田駅構内) Tel.018-832-7941
- 由利本荘市文化交流館カダーレ内観光情報案内コーナー Tel.0184-22-2660
- (一社)にかほ市観光協会 Tel.0184-43-6608
- 男鹿総合案内所「なまはげ案内所」 Tel.0185-35-5300

**田沢湖・角館・大仙エリア**

- 仙北市田沢湖観光情報センター「フォルレイク」 Tel.0187-43-2111
- 仙北市観光情報センター「角館駅前蔵」 Tel.0187-54-2700
- 大仙市観光情報センター「グランボール」 Tel.0187-86-0888
- 美郷町観光情報センター Tel.0182-37-3980

**横手・湯沢・栗駒エリア**

- (一社)湯沢市観光物産協会 Tel.0183-73-0415
- (一社)横手市観光協会 Tel.0182-33-7111
- 小安峯温泉総合案内所 Tel.0183-47-5080
- 増田観光物産センター「蔵の駅」 Tel.0182-45-5311

秋田の観光お問い合わせ

**秋田の観光お問い合わせ**

**秋田県総合**

- (一社)秋田県観光連盟 Tel.018-860-2267 《営業時間》9:00~17:00(土日祝日・年末年始定休)
- 秋田県公式観光サイト「アキタファン」 <https://akita-fun.jp>

**十和田八幡平・大館・能代白神・阿仁森吉エリア**

- 十和田八幡平観光物産協会 Tel.0186-23-2019
- 大館市観光案内所(秋田犬の里内) Tel.0186-57-8120
- 北秋田市観光物産協会 Tel.0186-62-1851
- NPO法人 三種町観光協会 Tel.0185-85-4830
- NPO法人 能代観光協会 Tel.0185-88-8802
- NPO法人 ニツ井町観光協会 Tel.0185-73-5075
- NPO法人 八峰町観光協会 Tel.0185-76-4100

**秋田中央・男鹿・鳥海エリア**

- 秋田市観光案内所(JR秋田駅構内) Tel.018-832-7941
- 由利本荘市文化交流館カダーレ内観光情報案内コーナー Tel.0184-22-2660
- (一社)にかほ市観光協会 Tel.0184-43-6608
- 男鹿総合案内所「なまはげ案内所」 Tel.0185-35-5300

**田沢湖・角館・大仙エリア**

- 仙北市田沢湖観光情報センター「フォルレイク」 Tel.0187-43-2111
- 仙北市観光情報センター「角館駅前蔵」 Tel.0187-54-2700
- 大仙市観光情報センター「グランボール」 Tel.0187-86-0888
- 美郷町観光情報センター Tel.0182-37-3980

**横手・湯沢・栗駒エリア**

- (一社)湯沢市観光物産協会 Tel.0183-73-0415
- (一社)横手市観光協会 Tel.0182-33-7111
- 小安峯温泉総合案内所 Tel.0183-47-5080
- 増田観光物産センター「蔵の駅」 Tel.0182-45-5311

秋田の豆知識

清らかな空気ときれいな水、豊かな牧草という自給飼料基盤に恵まれた鳥海山麓に広がる高原。この良質な環境で「秋田由利牛」は飼育されています。適度に引き締まった肉質と赤肉の中に、きめ細やかな脂肪を持ち、サシ(脂)までおいしいのが特徴です。





# 掲載施設リスト

## キレイの湯

- 1 四季彩り秋田づくし 湯瀬ホテル(鹿角市) ..... P7
- 2 セイコーランドホテル(男鹿市) ..... P7
- 3 乳頭温泉郷 妙乃湯(仙北市) ..... P8
- 4 セルリアンリゾートアオニ(仙北市) ..... P8
- 5 プラザホテル山麓荘(仙北市) ..... P9
- 6 心が和む宿 青荷山荘(仙北市) ..... P9
- 7 西木温泉ふれあいプラザ クリオン(仙北市)..... P10
- 8 夏瀬温泉 都わすれ(仙北市) ..... P10
- 9 ホテルプラザアネックス横手(横手市) ..... P11
- 10 南郷(夢)温泉 共林荘(横手市) ..... P11
- 11 奥小安峡 大湯温泉 阿部旅館(湯沢市) ..... P12

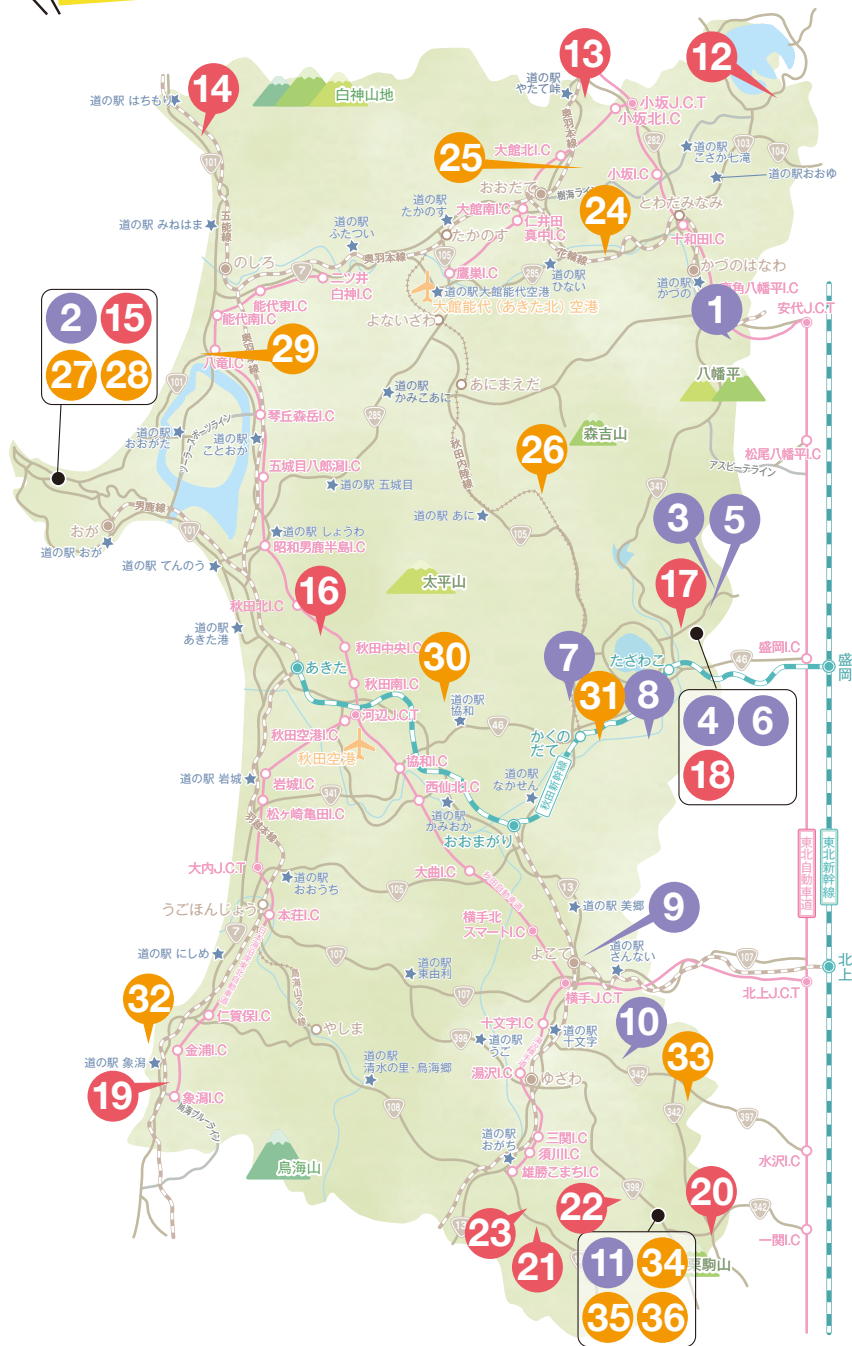
## トクベツの湯

- 12 とわだこ遊月(小坂町) ..... P13
- 13 大館失立ハイツ(大館市) ..... P13
- 14 八森いさりび温泉 ハタハタ館(八峰町) ..... P14
- 15 男鹿温泉結いの宿 別邸つばき(男鹿市) ..... P14
- 16 秋田温泉 さとみ(秋田市)..... P15
- 17 天然温泉 田沢湖レイクリゾート(仙北市) ..... P15
- 18 露天風呂 水沢温泉(仙北市) ..... P16
- 19 象潟夕日の宿 さんねむ温泉(にかほ市) ..... P16
- 20 須川温泉 栗駒山荘(東成瀬村) ..... P17
- 21 スパ&リゾートホテル 秋の宮山荘(湯沢市) ..... P17
- 22 泥湯温泉 奥山旅館(湯沢市) ..... P18
- 23 湯けむりの宿 稲住温泉(湯沢市) ..... P18

## ワクワクの湯

- 24 秋田県北部老人福祉総合エリア(大館市) ..... P19
- 25 ふるざわおんせん(大館市) ..... P19
- 26 打当温泉 マタギの湯(北秋田市) ..... P20
- 27 元湯 雄山閣(男鹿市) ..... P20
- 28 男鹿観光ホテル(男鹿市) ..... P21
- 29 砂丘温泉ゆめろん(三種町) ..... P21
- 30 協和温泉 四季の湯(大仙市) ..... P22
- 31 あきた芸術村 温泉ゆほぼ(仙北市) ..... P22
- 32 にかほ市温泉保養センター はまなす(にかほ市) ..... P23
- 33 やまゆり温泉 ホテルブラン(東成瀬村) ..... P23
- 34 小安峡温泉 湯の宿 元湯くらぶ(湯沢市) ..... P24
- 35 旅館 多郎兵衛(湯沢市) ..... P24
- 36 小安峡の宿 こまくさ(湯沢市) ..... P25

# 紹介施設マップ



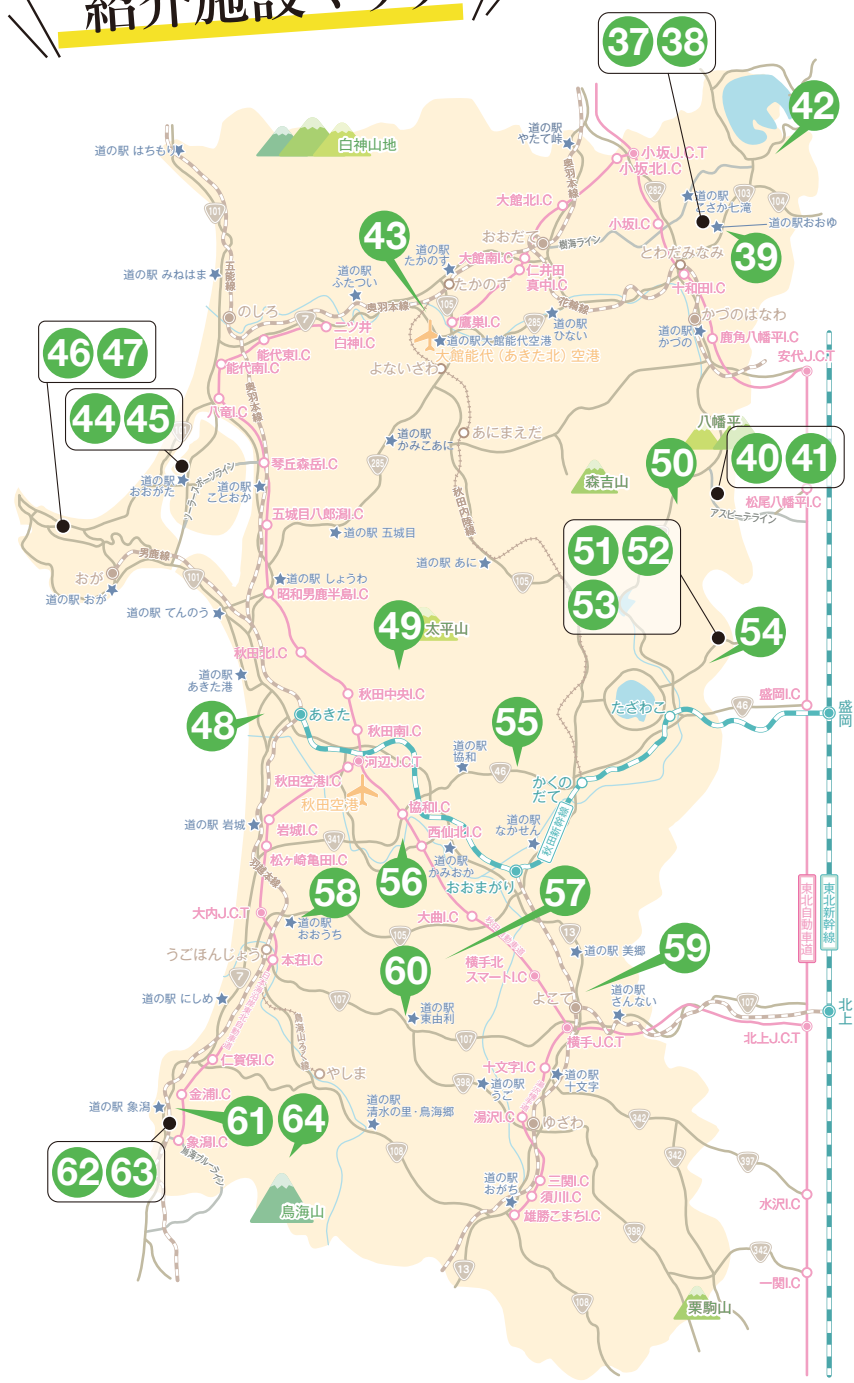


# 掲載施設リスト

## リラックスの湯

- 37 源泉かけ流しの宿 岡部荘(鹿角市) ..... P26
- 38 縄文のふる里大湯温泉 ホテル鹿角(鹿角市) ..... P26
- 39 龍門亭 千葉旅館(鹿角市) ..... P27
- 40 源泉・秘湯の宿 ふけの湯(鹿角市) ..... P27
- 41 八幡平後生掛温泉(鹿角市) ..... P28
- 42 山乃御振舞 とわだこ賑山亭(小坂町) ..... P28
- 43 伊勢堂岱温泉 縄文の湯(北秋田市) ..... P29
- 44 ホテルサンルーラル大湯(大湯村) ..... P29
- 45 大湯モール温泉 ボルダール湯の湯(大湯村) ..... P30
- 46 男鹿ホテル(男鹿市) ..... P30
- 47 温泉旅館 ゆもと(男鹿市) ..... P31
- 48 ユーランドホテル八橋(秋田市) ..... P31
- 49 秋田県健康増進交流センター ユフォーレ(秋田市) ..... P32
- 50 新玉川温泉(仙北市) ..... P32
- 51 黒湯温泉(仙北市) ..... P33
- 52 鶴の湯温泉(仙北市) ..... P33
- 53 休暇村乳頭温泉郷(仙北市) ..... P34
- 54 元湯 水沢山荘(仙北市) ..... P34
- 55 角館温泉 花葉館(仙北市) ..... P35
- 56 強首温泉 桜峰苑(大仙市) ..... P35
- 57 深い眠りの湯 岩倉温泉(大仙市) ..... P36
- 58 は〜とぼ〜と大内 ぼほろっこ(由利本荘市) ..... P36
- 59 横手駅前温泉 ホテルプラザ迎賀/ゆうゆうプラザ(横手市) ..... P37
- 60 黄桜温泉 湯楽里(由利本荘市) ..... P37
- 61 金浦温泉・学校の栖(にかほ市) ..... P38
- 62 たつみ寛洋ホテル(にかほ市) ..... P38
- 63 道の駅 象潟ねむの丘(にかほ市) ..... P39
- 64 ホテル フォレスタ鳥海(由利本荘市) ..... P39

# 紹介施設マップ



## 駅で荷物を預け手ぶらで観光! あきた手ぶら便 サービス

- ① 観光案内所で荷物を預ける
- ② 手ぶらで観光
- ③ 宿泊施設で荷物を受け取る



秋田駅 11:40  
角館駅・田沢湖駅 12:00



1個 秋田駅⇒秋田市内  
田沢湖駅・角館駅⇒仙北市内  
田沢湖駅⇒田沢湖地区宿泊施設 **650円**

※秋田駅からは秋田市内、角館からは仙北市内、田沢湖からは田沢湖地区宿泊施設へのお届けとなります。  
※お荷物の配達にはヤマト運輸が行います。

**秋田県観光 交通案内アプリ アキタノNAVI**  
※下記QRコードからダウンロードしてご利用ください

**主な機能**

- 観光施設情報検索
- イベント・お祭り・行事検索
- 公共交通機関を利用した目的地までのルート検索
- おすすめ観光ルート案内

Android用 iPhone用



お肌ぴかぴか？

秋だん  
だん



秋田の観光のことなら

あきた旅のサポートセンター

検索

<https://www.akita-tourism.com/member>

※記載情報は、令和5年5月現在のものです。

一般社団法人秋田県観光連盟

令和5年5月発行