

# 会場で体験できる「湯」

## 秋川渓谷 瀬音の湯

あきる野市

地下1,500mから湧出し、アルカリ度がとても高いお湯は、美肌の湯としてもきっとご満足いただけることでしょう。豊かな自然に囲まれ、四季折々の景色を楽しみながら思い思いのひと時をお過ごし下さいませ。夜の露天風呂は星空が広がり、星明りと湯気に包まれてお湯を楽しんでみては。木々に目を向けてみると、夜行性の動物たちが私たちの眼を楽しませてくれるかもしれません。

春は新緑、夏の深緑、秋は紅葉、冬の雪景色を楽しめる！

### 周辺おすすめスポット 宿泊コテージ



温泉でリラックスしたあとは...

### 式根島

## 地鉦温泉

長い長い階段を下りていった先にある「秘湯」地鉦温泉。お湯の色は茶褐色で、泉質は硫化鉄泉。島では俗に「内科の湯」と呼ばれ、胃腸病や神経痛、リウマチ、冷え性、婦人病などに効能があります。海沿いの天然の岩場がそのまま温泉になっているので、潮の干満によって温度が変わります。何か所かある湯船の中からちょうど良いところを見つけて入ってみるのも面白いです。

### 周辺おすすめスポット サンバレー



温泉の後に、島グルメで満たされる！

地鉦温泉から徒歩17分。ラーメンと定食ものを堪能できる食堂。名物のネギトリラーメンは絶品！お土産に式根島の銘菓牛乳せんべいはいかが？



抜群の透明度を誇る海と、夜には空一面に広がる星の海。時には忙しい日常を忘れて自然に身を任せてみては？

イベント当日お楽しみいただける湯はこちら！

入浴剤「地鉦の湯」



### 多摩

- ① 狛江湯
- ② もえぎの湯
- ③ ガレーラ・サウナ立川
- ④ 昭島富士見湯
- ⑤ よみうりランド眺望温泉 花景の湯
- ⑥ TAKAO 36 SAUNA
- ⑦ 深大寺天然温泉湯守の里
- ⑧ 秋川渓谷 瀬音の湯

### 23区

- ⑨ 改良湯
- ⑩ 改正湯
- ⑪ 両国湯屋江戸遊
- ⑫ えごた湯
- ⑬ 天然温泉 久松湯
- ⑭ 東京浴場
- ⑮ 薬師湯

### 島しょ

- ⑯ 神津島温泉保養センター
- ⑰ 大島温泉ホテル
- ⑱ 地鉦温泉



### 墨田区

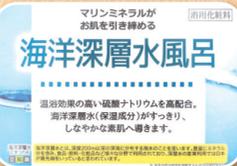
## 薬師湯

2025年4月リニューアル！とうきょうスカイツリー駅から徒歩126秒（イーフロ）！名物のタワー風呂をはじめ、スパークリングワイン風呂など、毎日変わる100種類以上のバラエティ豊かな薬湯が人気です。ギリシャとプロレスをコンセプトにした、ユニークで楽しい銭湯。サウナは男女とも完備、男湯ではオートロウリュを楽しめます。



ストレス解消や抵抗力アップ・疲労回復に効果的なサウナもあります！

イベント当日お楽しみいただける日替わり湯はこちら！



海洋深層水風呂 薬師湯で人気の入浴剤。マリンミネラルがしなやかな素肌へ導きます。



### 周辺おすすめスポット すみだ水族館



薬師湯から徒歩5分。東京スカイツリー（R）に隣接する屋内型水族館。開放型のペンギンプールなどいきもののおつかいを身近に感じられる展示が特徴です。

TCVB

公益財団法人 東京観光財団

# TOKYO しょう湯~ MAP

まわって、つかって、ほっこり。

大都会も自然も海もある 東京を旅しよう！

# TOKYO 周獲祭 2025



# 今どき銭湯は、映えも癒しも、よりみちも! 湯るっと東京湯特集

近年、サウナやバーを併設した施設や、アートが彩る空間など、今どきの温泉・銭湯が増えています。このパンフレットでは、東京ならではの多彩なスタイルを楽しめるスポットを湯るっとご紹介します。気の向くままに、東京の湯めぐりを楽しんでみませんか?



狛江市

## 狛江湯

1955年創業の老舗銭湯が、現代の癒し空間としてリニューアル。多摩川の伏流水を沸かした湯は、肌によさしく、心までほぐれる天然水。湯上がりには、全国から厳選したクラフトビールが楽しめるカフェバーへ。銭湯の枠を超えた、五感で楽しめる新しいリラクゼーションスポットです。



### TRUFFLE DONUT

季節限定を含めたオリジナル生ドーナツが10種類前後そろい、行列が絶えない注目店!



昭島市

## 昭島富士見湯

井戸水100%の良質な湯、浴槽は7種類以上、露天風呂やサウナ(別料金)も完備で“ととのい”体験も充実。22時間営業で、昼も夜も気ままに立ち寄れる昭島の名物銭湯です。



### 多摩動物公園

多摩丘陵の豊かな自然が多く残った園内で、約260種の動物を飼育しています。



神津島

## 神津島温泉保養センター

自然の岩場を利用した日本でも有数の大露天風呂! 広さ275平方メートル。頭上を遮るものは皆無。この開放感はストレス解消に最適です。また、夜には満天の星を見上げ、自然のプラネタリウムをぜひご体験ください。



### 赤崎遊歩道潮風の道

富士山や伊豆諸島を望む絶景スポット。夏には飛び込み台で子どもや観光客が海遊びを楽しむ人気場所です。  
※2025年10月末から12月末まで工事のため、立ち入り禁止となりますのでご注意ください。



渋谷区

## 改良湯

美容と健康、人同士のコミュニケーションと銭湯本来の魅力を充分に楽しんでいただけの銭湯。人との待ち合わせの時間までの間やちょっとした隙間時間に、カフェや本屋で時間を潰すのではなく、銭湯で心も身体も整えてみては。



### コスモプラネタリウム渋谷

渋谷駅から徒歩5分の当館では豊富な投影プログラムをご用意しています。オススメは個性溢れる解説員による星座解説を楽しめる「今夜の星めぐり」!



中野区

## えごた湯

えごた湯はリニューアル工事を行い、洞窟の中の神秘的な泉のような空間へと新たに生まれ変わりました。炭酸泉、サウナ、水風呂が導入された、地球を感じる地下のオアシスで、のんびりゆったりお過ごしください。



### 哲学堂公園

哲学者で東洋大学の創立者、故・井上円了博士によって精神修養の場として創設された哲学世界を視覚的に表現し、哲学や社会教育の場として整備された全国に例を見ない個性的な公園です。



奥多摩

## もえぎの湯

もえぎの湯は奥多摩の地下深く、日本最古の地層といわれる古生層より湧き出る奥多摩温泉の源泉100%の温泉です。周辺には氷川国際ます釣場や氷川キャンプ場も。登山や行楽の帰り道に是非お立ち寄りください。



### 氷川国際ます釣場

奥多摩駅から徒歩5分という好立地にある釣り場です。「近くて、広くて、安全」という点が特徴なので、お子様からお年寄りの方まで安心して釣りを楽しめます。



稲城市

## よみうりランド眺望温泉 花景の湯

標高約100mの緑のパノラマと、都心ビル群の眺望が広がる絶景露天風呂。韓国式サウナ「プル窯」をイメージした大空間では、マイナスイオンに満ちた岩盤浴が楽しめます。花景の湯ならではの、極上の癒やし空間をぜひご体験ください。



### BBQ&DINER! JU-JU

にぎやかな遊園地の片隅にある、木々に囲まれた落ち着いた雰囲気のパークビュー。



大島

## 大島温泉ホテル

露天風呂からは、何一つ遮るものもない原生林越しに雄大な三原山の絶景をお楽しみください。入浴後は、名産の「アスタバ」などの野菜や魚介類に衣をつけ、こだわりの「椿油」で揚げた名物料理「椿フォンデュ」をお楽しみください。



### 大島動物園

過去の噴火で生じた岩場でできた山や、自生林など自然そのままの景観を活かした展示を有する動物園です。



大田区

## 改正湯

魚を眺めながら温泉入浴。富士山の背景画の下には水槽が! 泳ぐ金魚と鯉を眺めながら黒湯に浸かることができます。



### 屋上かまたえん

「東急プラザ蒲田」の屋上にある小さな遊園地です。特に観覧車は「幸せの観覧車」として親しまれています。



練馬区

## 天然温泉 久松湯

敷地内地下1,500mから湧き出る温泉は、ここ桜台で心身共にほっこりと、癒しの時間を提供してくれます。またプロジェクションマッピングによる光の演出もご用意していますので、ぜひ団らの時間をお過ごし下さい。



### 日比焼き芋

「全国やきいもグランプリ」で1位を獲得した焼き芋専門店



立川市

## ガレーラ・サウナ立川

街なかにならながら、自然と調和した空間で「ととのい」を体験できる本格的なフィンランド式サウナです。施設は水着着用で、男女別エリアのほか、貸切の「プレミアムエリア」では、ご家族やご友人と男女一緒にサウナをお楽しみいただけます。



### 国営昭和記念公園

東京都の立川市・昭島市に跨る国営公園。11/30(日)まで「黄葉・紅葉まつり&秋の夜散歩2025」を開催中。ライトアップは16:30~20:30まで(閉園21:00)。イベント終了後も、紅葉は12月上旬頃まで園内各所でお楽しみいただけます。



八王子市

## TAKAO 36 SAUNA

私たちはブルワリーとサウナを通して、お越しくださる皆さまの行楽後のひとときを醸成しています。ミシュラン三つ星の高尾山麓で、移ろいゆく季節の匂いや空のグラデーションを感じながら、クラフトビールとサウナを楽しみにぜひお越しください。



### 高尾すみれ庵

高尾すみれ庵は、高尾山のみもと、ケーブルカーが発着する清滝駅前にある和喫茶。創作おいなりさんや焼き餅の桑都焼、地元の牛乳を使用したソフトクリームなどを販売しています。



調布市

## 深大寺天然温泉湯守の里

湯守の里は湧き出された源泉を一切加水せず、温泉の塩分濃度が身体の塩分濃度とほぼ同じため、身体への負担が少なく湯治に適しています。プロジェクションマッピングを用いた浴槽などもご用意。ゆっくりとお寛ぎください。



### 深大寺

豊かな緑と湧水に恵まれた関東屈指の古刹・深大寺。国宝の釈迦如来像など貴重な文化財が安置されています。



墨田区

## 両国湯屋江戸遊

白銀のひととき大きな暖簾が、新しい江戸遊の入口です。地元ゆかりの北斎の浮世絵が壁一面を彩る大浴場や岩盤浴、サウナで体をあたためるもよし。お休み処やエステでうたた寝するもよし。身も心も、ほろほろと。ほぐれるようなひと時をお過ごしください。



### ちゃんこ霧島

陸奥部屋直伝の本格ちゃんこ鍋は、豚骨と鳥ガラで充分ダシをとったスープで、研究を重ねて、さっぱりとした味加減に仕上げました。



品川区

## 東京浴場

「壁面いっぱいの書棚が圧巻」で、ロビーにロフト付きの巨大本棚をご用意。雑誌からマンガ、絵本まで7,000冊の蔵書に、週替わりのクラフトビールと共に没頭してみてください。



### 一汁おにぎり 一粒万福

「私たちの一粒から、世界中に福が届きますように」そんな願いを込めて、一つ一つ丁寧に握ります。