

1,200円で3軒の温泉が楽しめます!

期間:平成26年
4月26日(土)~12月14日(日)

妙高高原 温泉郷 湯めぐり チケットのご案内



赤倉温泉

【泉質】
カルシウム・ナトリウム・
マグネシウム・硫酸塩・炭酸水素塩泉
【効能】
切り傷、火傷、慢性皮膚病、
動脈硬化、美肌づくりなど。

新赤倉温泉

【泉質】
カルシウム・ナトリウム・マグネシウム・硫酸塩・
炭酸水素塩泉
【効能】
切り傷、火傷、慢性皮膚病、
動脈硬化、美肌づくりなど。

池の平温泉

【泉質】
弱アルカリ性単純温泉
【効能】
神経痛、筋肉痛、関節痛、運動麻痺、
くじき、うちみ、痔、冷え性など。
弱アルカリ性の特徴として美肌効果あり。

杉野沢温泉

【泉質】
ナトリウム・カルシウム・
マグネシウム・炭酸水素塩・塩化物泉
【効能】
切り傷、火傷、慢性皮膚病、虚弱児童、
慢性婦人病、美肌づくりなど。

湯めぐりの心得

湯めぐりは、弱い泉質から
強い泉質へ移っていくべし

急に強い泉質の温泉に入るとその刺激に肌が負けて
しまうことがあります。まずは肌に優しい温泉から始
めて、徐々に刺激が強い温泉に移っていきましょう。
例)単純温泉→塩化物泉→硫酸塩泉・炭酸水素塩
泉→硫黄泉→酸性泉

刺激の強い温泉に入った後は
優しい温泉で仕上げるべし

刺激が強い温泉成分を肌に付着したままにしておくと、
肌が負けてしまうことがあります。刺激が強い温泉
の後は、「仕上湯」として刺激が弱い温泉か、自分の
肌が負けない程度の温泉に入るとよいでしょう。

妙高温泉

【泉質】
弱アルカリ性単純温泉
【効能】
神経痛、筋肉痛、関節痛、運動麻痺、
くじき、うちみ、痔、冷え性など。
弱アルカリ性の特徴として美肌効果あり。

関温泉

【泉質】
ナトリウム・塩化物・
炭酸水素塩泉
【効能】
切り傷、火傷、慢性皮膚病、虚弱児童、
慢性婦人病、美肌づくりなど。

燕温泉

【泉質】
含硫黄・カルシウム・ナトリウム・
マグネシウム・炭酸水素塩・硫酸塩・塩化物泉
【効能】
肝臓病、高血圧症、切り傷、火傷、慢性皮膚病、
動脈硬化、糖尿病、美肌づくりなど。

アパリゾート上越妙高

(旧:アパリゾート妙高ハイソバレー)

金泉の湯

【泉質】
低張性・アルカリ性・単純硫黄冷鉱泉
【効能】
疲労回復、冷え性、五十肩、慢性消化器病、
慢性皮膚病、慢性婦人病、美肌効果など

8つの温泉を巡る。妙高高原を周遊するコースをお楽しみいただけます。1日乗り放題! 乗り降り自由!!

妙高高原 ぶらっと妙高号

運行期間 4月26日(土)~11月9日(日)

¥ 1日乗り放題 乗り降り自由 大人500円 小人300円

- 各地区の観光協会窓口・観光案内所または
宿泊施設のフロントでお買い求めください。
- バス内でもお買い求めいただけます。
- 11/10~12/14は運行しませんので
ご注意ください。



お問合せ先 頸南バス株式会社 TEL0255-72-3139

平成26年版 ぶらっと妙高号時刻表

上り路線(苗名滝行き)

| 停留所 | 第1便 | 第3便 | 第5便 |
|------------------|------|-------|-------|
| アパリゾート上越妙高 | 8:25 | - | - |
| 関山駅 | 8:45 | 11:35 | 14:35 |
| とまと前 | 8:50 | 11:40 | 14:40 |
| 大洞原 | 8:53 | 11:43 | 14:43 |
| 休暇村妙高前 | 9:00 | 11:50 | 14:50 |
| 関温泉 | 9:02 | 11:52 | 14:52 |
| 燕温泉 | 9:08 | 11:58 | 14:58 |
| 赤倉本通り | 9:20 | 12:10 | 15:10 |
| 銀座十字路 | 9:22 | 12:12 | 15:12 |
| スカイケーブル 妙高高原駅 | 9:24 | 12:14 | 15:14 |
| 妙高温泉 | - | - | 15:24 |
| ランドマーク | - | - | 15:26 |
| 池の平もり池入口 | 9:30 | 12:20 | 15:35 |
| 杉野沢温泉 | 9:35 | 12:25 | 15:40 |
| 苗名滝 | 9:40 | 12:30 | 15:45 |

下り路線(関山駅、アパリゾート上越妙高行き)

| 停留所 | 第2便 | 第4便 | 第6便 |
|------------|-------|-------|-------|
| 苗名滝 | 10:30 | 13:30 | 16:35 |
| 杉野沢温泉 | 10:35 | 13:35 | 16:40 |
| 池の平もり池入口 | 10:40 | 13:40 | 16:45 |
| ランドマーク | 10:41 | 13:41 | 16:46 |
| スカイケーブル | 10:46 | 13:46 | 16:51 |
| 銀座十字路 | 10:48 | 13:48 | 16:53 |
| 赤倉本通り | 10:50 | 13:50 | 16:55 |
| 燕温泉 | 11:02 | 14:02 | 17:07 |
| 関温泉 | 11:08 | 14:08 | 17:13 |
| 休暇村妙高 | 11:10 | 14:10 | 17:15 |
| 大洞原 | 11:17 | 14:17 | 17:22 |
| とまと前 | 11:20 | 14:20 | 17:25 |
| 関山駅 | 11:25 | 14:25 | 17:30 |
| アパリゾート上越妙高 | - | - | 17:50 |

〈乗り継ぎのご案内〉 笹ヶ峰直行バスは池の平もり池入口、杉野沢温泉でお乗換ください。

ご購入お問い合わせは

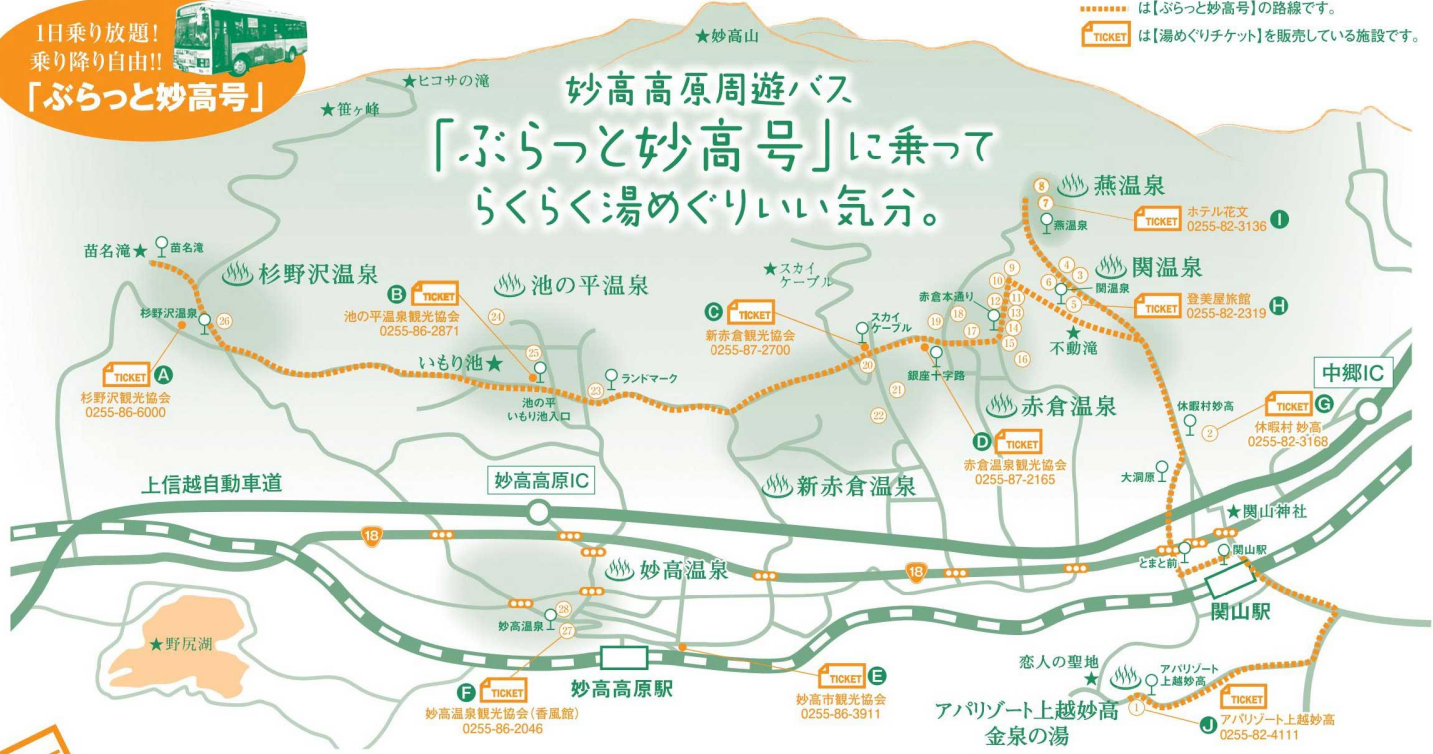
妙高市観光協会
〒949-2106 新潟県妙高市大字田口291番地1

Tel. 0255-86-3911

裏面に購入可能施設
案内があります。

1日乗り放題！
乗り降り自由!!
「ぶらっと妙高号」

は【ぶらっと妙高号】の路線です。
TICKET は【湯めぐりチケット】を販売している施設です。



TICKET
湯めぐりチケット
購入可能10施設

- A 杉野沢観光協会: 0255-86-6000
 - B 池の平温泉観光協会: 0255-86-2871
 - C 新赤倉観光協会: 0255-87-2700
 - D 赤倉温泉観光協会: 0255-87-2165
 - E 妙高市観光協会: 0255-86-3911
 - F 妙高温泉観光協会(香風館): 0255-86-2046
 - G 休暇村妙高: 0255-82-3168
 - H 登美屋旅館(関温泉): 0255-82-2319
 - I ホテル花文(燕温泉): 0255-82-3136
 - J アパリゾート上越妙高: 0255-82-4111
- ※チケットは【頸南バス: 0255-72-3139】【あらい道の駅くびきの情報館: 0255-70-1021】でも購入可能です。

湯めぐり加盟施設一覧

| No. | 旅館名 | ご入浴可能な時間・留意点 | 事前予約 | 電話番号 | No. | 旅館名 | ご入浴可能な時間・留意点 | 事前予約 | 電話番号 |
|----------------|--------------------|--|---------------------------------------|--------------|---------------|---|--|--------------|--------------|
| アパリゾート 上越妙高 | ① アパリゾート上越妙高(金泉の湯) | 12:00~18:00 ※11/15まで 受付はホテル本館フロント (8/9~8/17は除外) | 不要 | 0255-82-4111 | 赤倉 | ⑮ スターホテル赤倉 | 13:00~21:00 男湯6人、女湯4人まで | 要 | 0255-87-2011 |
| | 休暇村 | ② 休暇村 妙高 | 13:00~18:00 7/21~7/23はご利用不可 | 不要 | | 0255-82-3168 | ⑯ 清風荘 | 11:00~20:00 | 不要 |
| 関 | | ③ 癒しの湯宿 朝日屋 | 10:00~15:00 事前に入浴可能かをお問合わせ ください | 不要 | 0255-82-3139 | ⑰ お宿ふるや | 15:00~18:00 混雑時はお断りする場合がございます GW お盆は利用不可 | 不要 | 0255-87-2102 |
| | | ④ やすらぎの宿 小松屋 | 10:00~20:00 | 不要 | 0255-82-3100 | ⑱ 赤倉セントラルホテル | 10:00~20:00 混雑時間帯はお断りするか、 お待ちいただく事もあります | 不要 | 0255-87-3311 |
| | ⑤ 登美屋旅館 | 8:00~20:00 | 不要 | 0255-82-2319 | ⑲ ホテル秀山 七つの扉 | 12:00~20:00 週末、GW、お盆等混雑が予想される 日につきましては当日、電話確認ください | 不要 | 0255-87-2000 | |
| | ⑥ 中村屋旅館 | 9:00~19:00 野天風呂「薬師の湯」は4月下旬より 11月上旬までのご利用となります | 不要 | 0255-82-2308 | ⑳ 新赤倉館 | 13:00~18:00 | 要 | 0255-87-3111 | |
| 燕 | ⑦ ホテル花文 | 11:00~17:00 | 不要 | 0255-82-3136 | 新赤倉 | ㉑ 岡山館 | 14:00~21:00 | 不要 | 0255-87-2056 |
| | ⑧ ホテル岩戸屋 | 12:00~21:00 午前中入浴希望の場合 お問合わせください | 不要 | 0255-82-3133 | | ㉒ 赤倉ユアーズイン | 9:00~23:00 事前に予約をお願いします | 要 | 0255-87-2427 |
| 赤倉 | ⑨ 大野天風呂 滝の湯 | 9:00~17:00 毎週木曜日は清掃のため16時まで | 不要 | 0255-87-2958 | 池の平 | ㉓ ランドマーク 妙高高原 | 9:00~24:00 湯めぐりチケットでの 館内利用は1時間まで。 他のパック料金への変更は不可。11月 にメンテナンスの為、1週間利用不可日あり | 不要 | 0255-86-5130 |
| | ⑩ 春秋の宿 大丸 | 12:00~20:00 | 不要 | 0255-87-3000 | | ㉔ ホテル アルペンブリック | 15:00~19:00 休館貸切日があるので事前に ご確認ください | 不要 | 0255-86-3180 |
| | ⑪ 赤倉ワクイホテル | 15:00~20:00 混雑時はお断りする場合がございます 予約は不要ですが、事前に入浴可能か どうかお問い合わせください | 不要 | 0255-87-3100 | ㉕ KKR妙高高原 白樺荘 | 14:00~18:00 18:00以降はお問い合わせください | 不要 | 0255-86-2113 | |
| | ⑫ まつや旅館 | 13:00~17:00 団体様はご利用いただけません (少人数向けの施設です) | 要 | 0255-87-2045 | 杉野沢 | ㉖ 杉野沢温泉センター 苗名の湯 | 10:00~20:00 毎週水曜日定休(8月は除く) 夏季・冬季は21:00まで | 不要 | 0255-86-6565 |
| | ⑬ 赤倉荘 | 13:00~15:00 貸切日 掃除日除く | 不要 | 0255-87-2043 | | 妙高 | ㉗ 妙高・山里の湯宿 香風館 | 12:00~17:00 | 不要 |
| | ⑭ 癒し温泉の宿 遠岡旅館 | 15:30~20:30 週末及びGW お盆は利用不可 | 要 | 0255-87-2028 | ㉘ 高橋旅館 ゆきつばき | | 16:00~20:00 混雑時はお断りする場合がございます | 不要 | 0255-86-2014 |

※混雑時はお断りする場合がございます。※メンテナンス、休業日、貸切団体が入っている場合はご遠慮いただくことがあります。※繁忙期は予めお電話で確認することをおすすめいたします。