

エイミック消費カロリー表示付 熱海温泉ウォーキングコース

特定非営利活動法人 エイミック
TEL: 0478-241111

- 1 温泉コースの正確な距離を測定し、歩数・ウォーキングをした場合の消費カロリー・消費量の計算、表示を行いました。
- 2 カロリー消費量表示を分かりやすいように「おやすび(1個100kcal)」に表示して表示しました。
- 3 各コース上に設置する熱海の名所・旧跡、見所などを簡単に表示してあり、市民にも観光客の皆さまにも楽しめるコースになっています。
- 4 コースの長さや所要時間・所要歩数を観光のための距離、健康づくりのためのウォーキングにもご利用できるように表示してあります。
- 5 出来るだけ市内全域をカバーするように作成してあります。

Aコース
所要時間 ●お散歩・1時間50分 (休憩20分)
●ウォーキング・1時間
消費カロリー ●お散歩・おにぎり1/2個 (おにぎり180kcalで換算)
●ウォーキング・3/4個 (おにぎり180kcalで換算)

熱海駅 → 旧熱海小学校跡 → 紅葉山人像塚 → 人車鉄道 → 大湯間歌泉 → 清左衛門の湯 → 湯の地蔵堂 → サンビーチ → サンビーチ → 親水公園

Dコース
所要時間 ●お散歩・30分 (休憩5分)
●ウォーキング・25分
消費カロリー ●お散歩・おにぎり1/4個 (おにぎり180kcalで換算)
●ウォーキング・1/4個 (おにぎり180kcalで換算)

大湯 → 小沢の湯 → 野中の湯 → 清左衛門の湯 → 酒原の湯 → 佐治の湯 → 風の湯

Bコース
所要時間 ●お散歩・1時間 (休憩20分)
●ウォーキング・45分
消費カロリー ●お散歩・おにぎり1/4個 (おにぎり180kcalで換算)
●ウォーキング・1/2個 (おにぎり180kcalで換算)

熱海商工会議所 → 活小公園 → 海浜公園 → サンレモ公園 → 親水公園 → サンビーチ → サンビーチ → お宮地蔵堂

Cコース
所要時間 ●お散歩・2時間30分 (休憩30分)
●ウォーキング・1時間50分
消費カロリー ●お散歩・おにぎり3/4個 (おにぎり180kcalで換算)
●ウォーキング・1個 (おにぎり180kcalで換算)

来宮駅 → 来宮神社 → 丹那神社 → 海園 → 旧西熱海ホテル → 来宮駅 → 高坂 → 大湯間歌泉 → 湯前神社



GURUtto ATAMI TACHIYORI ONSEN MAP

熱海温泉の歩き方

熱海温泉の歩き方



熱海温泉郷の紹介

熱海温泉……国際観光温泉文化都市。源泉総数は平成19年度現在345井。塩化物温泉が主ですが、JR線より山側には硫酸塩温泉も点在します。(観光案内/TEL0557-85-2222)

伊豆山温泉……日本三大古湯にも数えられる「走り湯」を中心として発展。源泉総数は106井。多くは弱アルカリ性・塩化物温泉で、成分総量も多いです。(観光案内/TEL0557-81-2631)

南熱海温泉……上多賀温泉、下多賀温泉、網代温泉を総称してこう呼ばれます。源泉総数は60井。上多賀はPHのアルカリ度が高く、下多賀、網代は湧出量、湯温、成分総量とも熱海温泉郷でトップクラスを誇ります。(観光案内/TEL0557-68-0136(網代)・TEL0557-67-0017(多賀))

伊豆湯河原温泉……神奈川県境を流れる千歳川沿いに発達した落ち着いた温泉郷。泉地区とも呼ばれます。源泉総数は34井。単純温泉が多いですが、湯あたりがマイルドなのが特徴。現在当マップに掲載施設はありませんが、立ち寄り温泉を楽しめる施設があります。(観光案内/TEL0465-62-5135)

熱海温泉 立ち寄り温泉 施設のご案内 泉質・適応症

気軽に熱海の温泉をお楽しみ頂ける熱海立ち寄り温泉の施設一覧表です(右記)。施設の所在地は表とマップの数字を合わせてご確認ください。

泉質や料金、口コミを参考にまずは施設にお電話を!! 將軍家廟も楽しめた熱海の良質温泉を満喫してください。



この大招待が「立ち寄り温泉」施設の見印です。

※掲載施設に行かれる方は「おやすび」を1個お持ちください。おやすびは「立ち寄り温泉」施設の見印です。おやすびは「立ち寄り温泉」施設の見印です。おやすびは「立ち寄り温泉」施設の見印です。

1 熱海 山田湯 ☎81-9635 8:00~11:00, 15:00~21:00 250円 Na, Ca-塩化物温泉 静かでのんびり入れます	11 熱海 しろき旅館 ☎81-9271 13:00~22:00 1,000円(タオル小100円) Na, Ca-塩化物温泉 伊豆石と松の男女別浴場	21 伊豆山 伊豆山浜浴場 ☎80-0210 14:30~21:00 250円 Na, Ca-塩化物温泉 熱めの湯が気持ちいい 走り湯の源泉を使用した天然温泉です。
2 熱海 湯浴場 ☎82-2922 15:00~21:00 350円 Na, Ca-塩化物温泉 夏場も観光客で賑わう	12 熱海 ホテル池田 ☎81-9161 12:00~15:00 1,500円 Na, Ca-塩化物温泉 磯の香がある露天風呂と大浴場	22 伊豆山 うみのホテル中田屋 ☎80-5111 13:00~18:00 1,200円 Na, Ca-塩化物温泉 走り湯下の大浴場・展望露天(女性)・足湯
3 熱海 上新宿共同湯 ☎81-5773 15:00~18:00 400円 Na, Ca-塩化物温泉 都の味わいの共同湯	13 熱海 熱海南明ホテル ☎81-6195 13:00~21:00 1,050円 Ca, Na-塩化物温泉 清潔感あふれる森林露天風呂	23 伊豆山 熱海借案園 ☎80-2111 14:00~20:00 1,050円 Na, Ca-硫酸塩・塩化物温泉 二つの源泉が楽しめます
4 熱海 大月ホテル和風館 ☎81-6111 13:00~18:00 1,500円(小学生並800円) Na, Ca-塩化物温泉 高野嶺の露天風呂につかる贅沢	14 熱海 熱海後楽園ホテル(みさき館) ☎82-0121 11:00~15:30 1,600円 Ca, Na-塩化物温泉 湯量豊富	24 網代 大成館 ☎68-2221 14:00~20:00 1,000円 Na, Ca-塩化物温泉 屋敷セットプランもあり
5 熱海 福島屋旅館 ☎81-2105 10:00~19:00 350円 Na, Ca-塩化物温泉 湯治場風情の残る掛け流し温泉	15 熱海 月の栖 熱海繁楽ホテル ☎81-5181 14:00~24:00 2,000円 Ca, Na-塩化物温泉 市街地一望の絶景ロケーション	25 網代 味と湯の宿ニューとよよし ☎67-0017 11:00~22:00 1,000円 Ca, Na-塩化物温泉 亭主意欲作の湯船を堪能
6 熱海 日航亭・大湯 ☎83-6021 8:00~21:00 1,000円 Na, Ca-塩化物温泉 源泉2本を贅沢に使用	16 熱海 秀花園 湯の花膳 ☎83-5151 14:00~16:00 2,250円 Ca, Na-塩化物温泉 TVでも馴染みの展望風呂	26 網代 磯料理・海辺の湯の宿 平鶴 ☎67-2221 11:30~16:00, 18:00~20:00 1,050円 Ca, Na-塩化物温泉 海が目の前。お食事処あり
7 熱海 熱海ビレッジ ☎81-8295 15:00~22:30 1,000円 Ca, Na-硫酸塩・塩化物温泉 庭園風露天風呂	17 熱海 湯宿 みかんの木 ☎81-1533 13:00~21:00 1,200円 Na, Ca-塩化物温泉 掛け流し温泉をお楽しみください	27 網代 あじろ磯舟ホテル・あじろ食堂 ☎67-1515 10:00~18:00 2,500円 Ca, Na-塩化物温泉 グリーン系の湯。色の変化が話題
8 熱海 志ほみや旅館 ☎81-3651 13:00~18:00 1,000円 Na, Ca-塩化物温泉 泉質至上主義	18 熱海 新かどや ☎81-6185 13:00~16:00 1,200円 Ca, Na-塩化物温泉 貸切感覚の贅沢さ	28 熱海 マリンスパあたま ☎86-2020 9:00~21:00 1,300円 Na, Ca-塩化物温泉 館内施設も充実
9 熱海 やすらぎの宿みのや ☎81-8291 10:00~22:00 1,000円 Na, Ca-塩化物温泉 熱海港を望む絶景湯船	19 熱海 ホテル大野屋 ☎82-1111 10:00~17:00 1,500円(タオル・バスタオル付) Na, Ca-塩化物温泉 泉3本併用で超豪華な大風呂	※Na, Ca…ナトリウム・カルシウム ※Ca, Na…カルシウム・ナトリウム ※営業時間 昼間本料金 夜間別料金 ☎ ロメモ
10 熱海 ホテルアイオラ ☎82-1151 15:00~20:00 700円(タオル・バスタオル付) Na, Ca-塩化物温泉 天然温泉100%掛け流しの湯	20 熱海 KKRホテル熱海 ☎85-2000 11:00~20:00 1,200円(小人600円) Na, Ca-塩化物温泉 相模湾が大浴場から堪能できます	※料金・営業時間等については、必ず事前に各施設へご確認をお願いいたします。 ※施設の都合によりご利用できない場合がございます。 ※上記表示施設以外でも「大招待」のある施設では立ち寄り温泉がご利用できます。

※各施設の位置はマップ内の数字 1~28 をご確認ください。

適応症(浴用)

●塩化物温泉(市内湧出源泉の約55%) 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、痔症、冷え性、病後回復期、疲労回復、健康増進、きりきず、やけど、慢性皮膚病、虚弱児童、慢性婦人病	●硫酸塩温泉(約35%) 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、痔症、冷え性、病後回復期、疲労回復、健康増進、きりきず、やけど、慢性皮膚病	●単純温泉(約10%) 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、痔症、冷え性、病後回復期、疲労回復、健康増進
---	---	---

塩化物・硫酸塩温泉は、上記の適応症に加え、動脈硬化症
硫酸塩・塩化物温泉は、上記の適応症に加え、虚弱児童、慢性婦人病