

# 土湯峠湿原 森林セラピーマップ

総延長距離 約740m(鶯倉温泉～霧川遊歩道入口)  
片道歩行時間 約22分(休憩なし)  
総延長距離 約660m(鶯倉温泉～赤湯温泉)  
片道歩行時間 約20分(休憩なし)

000 マイナスイオン値  
(個/立方センチメートル)(H19.5測定)

一般的な  
マイナスイオン値  
滝周辺…3,000~5,000  
森林…1,500~2,500  
一般家庭…0~100

## マイナスイオンの効能

大気中にはマイナスとプラスの2種類のイオンがあり、プラスイオンが体に入ると血液中の水素イオン濃度を高めて血液を酸性にします。血液中に乳酸が多くなると頭痛や肩こり、アトピーなどの症状を引き起こします。逆にマイナスには酸化還元作用があり、体を酸化から守り、自然治癒を伸ばします。



花めぐり  
「ミスバショウ」  
「リュウキンカ」



ミスバショウ

**ミスバショウ**  
湿地に自生し、純白の仏炎苞(ぶつえんほう)と呼ばれる萼を聞きます。これが花に見えますが葉の変形したものです。仏炎苞の中央にある円柱状の部分の花です。葉の汁にふれると、かゆみや水ぶくれを起こすことがあります。服用すると吐き気や脈拍の低下、呼吸困難をおこす危険があり、食べてはいけません。

**リュウキンカ**  
山地の湿地や沼地に生える高さ30~50cmの多年草。鮮黄色の花を付け、和名は「立金花」と書きます。



リュウキンカ

## 赤湯温泉好山荘

日帰り入浴時間/10:00~15:00  
料金/500円  
泉質/単純硫黄泉・単純泉

## 新野地温泉相模屋旅館

日帰り入浴時間/10:00~14:30  
料金/500円 泉質/硫黄泉

## 鶯倉温泉高原旅館

日帰り入浴時間/10:00~14:30  
料金/500円  
泉質/弱硫黄泉・酸性緑ばん泉

## ブナ林



- 車道
- 砂利道
- 遊歩道
- 遊歩道
- 木道
- 道標
- 落葉セラピー最適地

### 散策時のお願い

- トイレは散策前に鶯倉温泉か赤湯温泉、その他の近隣旅館にてお済ませ下さい。
- 散策時に花や植物を取らないで下さい。ここは国立公園内ですので罰せられます。
- 写真撮影される場合は、足元の植物にご注意下さい。
- ゴミは必ずお持ち帰り下さい。

### ご注意

- このエリアは携帯電話はつながりません。
- 足元の危険な箇所や転落しやすい箇所がありますのでご注意ください(特に雪どけ後の木道にご注意)。
- スニーカーなど歩きやすい靴をはいて下さい。
- 県道には歩道がありませんので、通行車両にご注意下さい。
- ★フナッ子路のセラピーマップは別にあります。

お問い合わせ  
赤湯温泉好山荘 TEL(0242)64-3217  
鶯倉温泉高原旅館 TEL(0242)64-3224  
新野地温泉相模屋旅館 TEL(0242)64-3624  
野地温泉ホテル TEL(0242)64-3031

**NPO法人土湯温泉観光まちづくり協議会**  
福島市土湯温泉町字上ノ町1  
TEL(024)595-2217 FAX(024)595-2016  
http://www.tcy.jp/