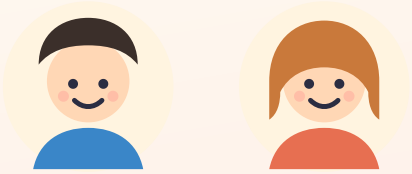
Season 7 | No.63



温泉と銭湯

湯につかって、心と体をゆるめる文化



全30ページ | 無料教材

一般社団法人文化芸術支援協会

この教材の使い方

1 **見て・ふれて・感じる**
写真や実物、動画でも確かめてみましょう。身近な行事や食べ物の中にも、日本文化はたくさんあります。

2 **「なぜ？」を考える**
行事やしきたりには、それぞれ意味や願いがこめられています。由来を知ると、ぐっと面白くなります。

3 **「やってみよう」で体験する**
答えは30ページにあります。家族や地域の人に話を聞くのもおすすめです。地域によるちがいも楽しみましょう。



Ken（ケン）
日本の中学生。地元のお祭りが大好き。



Emma（エマ）
カナダから来た留学生。日本文化を勉強中。

もくじ

湯の文化の入り口 …… 3〜4
温泉を知る …… 5〜6
銭湯を知る …… 7〜8
湯船に入る作法 …… 9〜11
湯上がりと暮らし …… 12〜15
確かめよう …… 16〜19
くらべる・疑問 …… 20〜22
おさらい …… 23〜25
つたえる …… 26〜28
まとめ …… 29〜30

Lesson 1

温泉ってなに？

温泉がどんな場所なのか、まず全体をつかみましょう。

温泉とは、地面の中からわき出るあたたかいお湯のことです。地熱であたためられたお湯には、さまざまな成分がふくまれています。
日本には火山が多く、昔から各地で温泉が親しまれてきました。



温泉
おんせん／onsen
地面からわき出るあたたかいお湯

湯治
とうじ／touji
温泉に長くつかって、体を休めること

ポイント

- 温泉は、湯につかるだけでなく、まわりの景色を楽しむ場所でもあります。
- 地域によって、温泉の色や香り、成分はさまざまです。

やってみよう

1. 温泉に入ったことがあれば、どんな場所だったか書いてみよう。

_____

書いて覚えよう

Lesson 2

日本の温泉の広がり

温泉が日本のどのあたりにあるのかを学びます。

日本は火山が多い国で、北海道から九州まで、全国のさまざまな地域に温泉地が広がっています。
山あいの静かな温泉地もあれば、海の近くや町の中にある温泉地もあります。



ポイント

- 同じ地域の中でも、山の温泉と海の近くの温泉では、景色や雰囲気がちがいます。
- 火山の近くには、温泉地が集まっていることが多いです。

やってみよう

1. 自分の住んでいる地域の近くに、温泉地はありますか。＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 3-4

温泉の種類（泉質）・湯治の文化

温泉のお湯のちがいと、湯治の考え方を学びます。

泉質の例

単純温泉　硫黄泉　炭酸泉　塩化物泉　にごり湯

成分によって、お湯の色や香り、肌ざわりがちがいます。

ポイント

- お湯にふくまれる成分のちがいを「泉質」といいます。
- 湯治は、温泉に何日か滞在して、ゆっくり体を休める昔ながらの過ごし方といわれています。

やってみよう

1. 気になる泉質を1つえらんで、理由も書いてみよう。＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

 個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson
5-6

温泉地の風景・旅館と温泉

温泉地の景色と、旅館での過ごし方を学びます。

湯けむり
湯から立ちのぼる白い湯気の景色

湯の街並み
旅館や土産物店が並ぶ通り

露天風呂
外の空気の中で入るお風呂

ポイント

- 温泉地には、旅館やお土産屋さんが集まる街並みが広がることが多いです。
- 旅館では、部屋の中の食事やゆかたなど、温泉と合わせた過ごし方が楽しめます。

やってみよう

1. 行ってみたい温泉地の風景を1つ想像して書こう。

書いて覚えよう

Lesson 7

銭湯ってなに？

町の中にある銭湯について学びます。

銭湯

せんとう／sento

お金をはらって入る、町の中の共同のお風呂

番台

ばんだい／bandai

銭湯の入り口で料金を受け取る場所

ポイント

- 銭湯は、家にお風呂がなかった時代から、地域の人が集まる場所として親しまれてきました。
- 今でも、大きな湯船を楽しみたい人たちに利用されています。

やってみよう

1. 銭湯に行ったことがあれば、どんな様子だったか書いてみよう。

_____

書いて覚えよう

Lesson
8-9

銭湯の歴史・銭湯の絵（ペンキ絵）

銭湯の歴史と、壁にえがかれる絵を学びます。

江戸時代

えど

町の人々の間で、共同のお風呂として広まっていったといわれています

起源

明治〜昭和

めいじ〜しょうわ

富士山などをえがくペンキ絵の文化が生まれました

広がり

今

いま

地域の交流の場として、今も親しまれています

現在

ポイント

- 銭湯の壁には、富士山などをえがいた大きな絵がかかれることがあります。
- この絵は「ペンキ絵」と呼ばれ、銭湯ならではの景色として親しまれています。

やってみよう

1. 銭湯の壁絵で見てみたい景色を1つ書こう。＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 10

入浴のマナー

温泉や銭湯に入るときの基本のマナーを学びます。

ポイント

- 湯船に入る前に、体を洗い流してから入るのが基本のマナーです。
- 湯船の中では、体や髪を洗いません。
- 湯船にタオルをつけないようにします。

やってみよう

1. 入浴のマナーの中で、初めて知ったことを1つ書こう。＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

ワンポイント マナーは、みんなが気持ちよくお湯を使うための、思いやりの工夫です。

書いて覚えよう

 個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 11

かけ湯

湯船に入る前に行う「かけ湯」を学びます。

かけ湯

かけゆ／kakeyu

湯船に入る前に、体にお湯をかけて流すこと

ポイント

- かけ湯には、体をお湯の温度に慣らす役目があります。
- 足元から順に、心臓から遠いところからかけると体への負担が少ないといわれています。

やってみよう

1. かけ湯をしたことがあれば、どんな順番でかけたか書いてみよう。

_____

書いて覚えよう

Lesson
12-13

タオルの扱い・湯船での過ごし方

タオルの使い方と、湯船でのマナーを学びます。

タオルと湯船のマナー

- タオルは湯船につけない
- 頭にのせるかたたんで置く
- 泳がない・大きな音を立てない
- 長湯しすぎない

まわりの人が気持ちよく過ごせるよう、少し気を配ると安心です。

ポイント

- 小さなタオルは、体をふいたり、頭にのせたりするために使うことが多いです。
- 湯船はみんなで使う場所なので、静かにゆったり過ごすのがマナーです。

やってみよう

1. 湯船でどんな過ごし方をしたいか、書いてみよう。

書いて覚えよう

一般社団法人文化芸術支援協会｜温泉と銭湯　個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson
14-15

湯上がりの楽しみ・家のお風呂の文化

湯上がりの過ごし方と、家庭のお風呂の文化を学びます。



Ken
お風呂上がりに飲む牛乳、最高なんだよ。

Emma
銭湯だと、その光景をよく見るって聞いたよ。



ポイント

- 湯上がりに冷たい飲み物を楽しむのも、湯文化の1つの楽しみです。
- 日本の家庭のお風呂は、湯船にゆっくりつかる文化があるといわれています。

やってみよう

1. お風呂上がりに楽しみたいことを1つ書いてみよう。＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 16

季節の風呂

季節に合わせて楽しむお風呂の文化を学びます。

ゆず湯

冬至に入る
1年で夜が最も長い日

香りを楽しむ
体があたたまるといわれる

しょうぶ湯

端午の節句に入る
5月ごろの行事

香りを楽しむ
厄よけの意味があるといわれる

ポイント

- 季節の植物をお風呂に入れる習わしは、地域や家庭によってちがいがあります。
- 香りを楽しみながら、季節の変わり目を感じる文化です。

やってみよう

1. 季節の風呂に入ったことがあれば、感想を書いてみよう。＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson
17-18

温泉と健康・温泉の注意点

温泉とうまくつきあうための考え方を学びます。

ポイント

- 温泉には、体をあたためたり、リラックスさせたりする働きがあるといわれています。
- 長時間の入浴や熱すぎるお湯は、体に負担をかけることがあります。
- 体調がよくないときは、無理に入浴せず、様子を見ることが大切です。

やってみよう

1. 温泉に入るとき、気をつけたいと思うことを1つ書こう。＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

ワンポイント のぼせたと感じたら、無理をせず、いったん湯船から上がって休みましょう。

書いて覚えよう

 個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 19

お風呂を楽しむ

温泉や銭湯を、自分なりに楽しむ方法を考えましょう。

ポイント

- 温泉や銭湯には、それぞれちがう景色や雰囲気があります。
- マナーを守ることで、自分もまわりの人も気持ちよく過ごせます。

やってみよう

1. 行ってみたい温泉地や銭湯を1つ書こう。

2. そこでどんなふうに過ごしたいか書いてみよう。

ワンポイント 次のページからは、実際に見て、体験しながら、湯の文化への理解を深めていきましょう。

書いて覚えよう

 個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 20

写真や実物を見てみよう

見て、温泉や銭湯をもっと身近に感じましょう。

見てみよう

温泉地の写真集　銭湯のペンキ絵　旅番組や動画　地元の銭湯

実際の湯けむりや絵を見ると、写真だけではわからない迫力に気づけます。

ポイント

- 温泉地のパンフレットには、泉質や歴史が紹介されていることがあります。
- 地元の銭湯も、立派な見学先の1つです。

やってみよう

1. 見てみたい温泉や銭湯の写真について書こう。

書いて覚えよう

個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 21

体験してみよう

実際に体験すると、湯の文化はもっと楽しくなります。

やってみよう

家のお風呂でゆっくりつかる　季節の風呂を試す　地元の銭湯に行く

かけ湯のやり方を練習する

多くは、家族といっしょに家でも体験できます。

ポイント

- 体験すると、本や写真だけではわからない発見があります。
- 熱いお湯を使うときは、必ず大人といっしょに行きましょう。

やってみよう

1. この中から1つえらんで、実際に体験してみよう。
2. 体験して気づいたことを書こう。

書いて覚えよう

 個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 22

由来と意味をおさらい

学んだ湯の文化の由来や意味を確かめましょう。

ことば	由来・意味
温泉	地面からわき出るあたたかいお湯
湯治	温泉に長くつかって体を休めること
銭湯	お金をはらって入る町の共同のお風呂
かけ湯	湯船に入る前に体にお湯をかけること

ポイント

- 由来を知ると、温泉や銭湯に入るときの気持ちも変わってきます。
- 「なぜそうするのか」を調べる習慣を大切にしましょう。

やってみよう

1. この中から1つえらび、家族に説明してみよう。

書いて覚えよう

Lesson 23

地域によるちがい

温泉や銭湯には、地域によるちがいもあります。

共通すること

日本各地に見られる考え方

体を洗ってから湯船に入る
共通のマナー

湯船でゆっくり過ごす
体を休める時間

ちがうこと

地域によって形がちがうもの

泉質や湯の色
地域の地質によってちがう

銭湯の数や形
町によってちがう

ポイント

- 「温泉は必ず〜」と決めつけず、地域や場所によるちがいを大切にしましょう。
- 同じ地域でも、温泉によって成分や雰囲気はさまざまです。

やってみよう

1. あなたの地域にある温泉や銭湯について書こう。

書いて覚えよう

Lesson 24

昔と今をくらべよう

温泉や銭湯は、時代とともに少しずつ変わってきました。

昔

以前のようす

家にお風呂がない家庭も多かった
銭湯が生活の一部だった

湯治で長く滞在する
体を休める目的が中心

今

今のようす

家にお風呂がある家庭が多い
銭湯は楽しみの場に

日帰り温泉も人気
気軽に立ち寄れる

ポイント

- 形や役目が変わっても、湯につかって体を休める心は受け継がれています。

やってみよう

1. 家族に、お風呂について昔と今で変わったと感じることを聞いてみよう。

書いて覚えよう

Lesson 25

よくある疑問

温泉や銭湯について、よくある疑問を確認しましょう。

よくある疑問

Q. 温泉と銭湯は何がちがいますか？
A. 温泉は地面からわき出るお湯を使い、銭湯は水をわかしたお湯を使うことが多いというちがいがあります。
Q. 湯船に長くつかったほうがいいですか？
A. 無理に長くつかる必要はありません。自分の体調に合わせて休みながら入ることが大切です。

ポイント

- わからないことは、そのままにせず、本や詳しい人に聞いてみましょう。

やってみよう

1. 温泉や銭湯について疑問に思うことを1つ書こう。

書いて覚えよう

 個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 26

マナーと注意点

温泉や銭湯で気をつけたいことがあります。

ポイント

- 湯船に入る前は、必ず体を洗い流しましょう。
- 湯船の中で泳いだり、大きな音を立てたりしないようにしましょう。
- のぼせたときは無理をせず、すぐに湯から上がって休みましょう。

ワンポイント 子どもだけで温泉や銭湯に行くときは、大人と一緒に時間や場所を決めておくと安心です。

やってみよう

1. 温泉や銭湯に行くときに気をつけたいことを1つ書こう。＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 27

用語をおさらい

この教材に出てきたことばを確認しよう。

温泉のことば

- ☐ **温泉**
  地面からわき出るあたたかいお湯
- ☐ **湯治**
  温泉で体を休めること
- ☐ **泉質**
  お湯にふくまれる成分のちがい

銭湯とマナー

- ☐ **銭湯**
  町の共同のお風呂
- ☐ **かけ湯**
  湯船に入る前に体にかけるお湯
- ☐ **番台**
  銭湯の受付

ワンポイント 覚えたことばに✓をつけよう。ことばを知ると、湯の文化がもっと身近に感じられます。

書いて覚えよう

 個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 28

復習クイズ

ここまでの内容をチェックしよう。

1. 言葉と意味を線でむすぼう

温泉	ア. 町の共同のお風呂
銭湯	イ. 湯船に入る前に体にかけるお湯
かけ湯	ウ. 温泉で体を休めること
湯治	エ. お湯にふくまれる成分のちがい
泉質	オ. 地面からわき出るあたたかいお湯

2. 正しいほうに○をつけよう

1. 湯船に入る前にかけ湯をするのがマナーである →（ 正しい ／ まちがい ）
2. 湯船の中で体や髪を洗ってもよい →（ 正しい ／ まちがい ）

書いて覚えよう

Lesson 29

ふり返りチェック

できるようになったことを確かめよう。

☐	**温泉と銭湯のちがいを言える**	わき出るお湯かどうか
☐	**入浴前にすることを1つ言える**	かけ湯・体を洗うなど
☐	**湯船でのマナーを2つ言える**	タオルをつけない・泳がないなど
☐	**温泉や銭湯を1つ体験した**	家のお風呂・地元の銭湯など

ポイント

- ✓がつかなかった項目は、もう一度そのページを読み返してみましょう。

書いて覚えよう

 個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 30

家族や友だちに話してみよう

学んだ湯の文化を、自分のことばで伝えてみよう。

伝えたいこと

由来や意味

自分が感じたこと

相手に聞いてみたいこと

Ken の例

伝えたいこと かけ湯／由来や意味 湯船に入る前に体にお湯をかけること／自分が感じたこと 体を慣らすための工夫だと知って納得した／聞いてみたいこと 好きな温泉地はあるか

ポイント

- 聞いてもらう相手に合わせて、ことばを選んでみましょう。

書いて覚えよう

 個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 31

英語で紹介してみよう

温泉や銭湯を、短い英語でも紹介できるようにしよう。

温泉

おんせん／hot spring

地面からわき出るあたたかいお湯

銭湯

せんとう／public bathhouse

町の共同のお風呂



Emma

温泉を英語で紹介するとき、どう説明する？



Ken

地面からわき出るあたたかいお湯につかる場所だ、と伝えるようにしているよ。

ポイント

- すべてを直訳しようとせず、意味を簡単なことばで伝えることが大切です。

やってみよう

1. 紹介したい湯の文化を1つ選び、短い英語で説明してみよう。

書いて覚えよう

Lesson 32

もっと知りたい人へ

温泉と銭湯の世界は、ここからどんどん広がります。

調べる方法

図書館で
温泉や銭湯の本を借りる

旅館や銭湯へ
実際に足を運んでみる

家族に
温泉の思い出を聞く

次に学びたいテーマ

和室と畳
旅館の部屋の文化

浴衣
温泉地で着る和服

四季と暮らし
季節と結びついた行事

ポイント

- 温泉と銭湯を学んだ次は「浴衣」もあわせて学ぶと、理解がさらに広がります。

書いて覚えよう

 個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 33

学んだことをまとめよう

この教材で学んだことを、自分の言葉でまとめよう。

まとめ　自分の言葉で書こう

1. 温泉や銭湯とは、どんな場所だと思いますか。＿＿＿＿＿＿＿＿
2. 学んだ中でいちばん印象に残ったことは？＿＿＿＿＿＿＿＿
3. これから知りたいことは？＿＿＿＿＿＿＿＿

湯の文化ミッションカード

MISSION 1
家のお風呂でかけ湯をしてから湯船に入ってみる

MISSION 2
地元の銭湯や温泉について調べる

MISSION 3
家族に温泉や銭湯の思い出を聞く

MISSION 4
湯の文化の魅力を友だちに紹介する

できたミッションに✓をつけよう：　☐1　☐2　☐3　☐4

書いて覚えよう

Lesson 34

温泉と銭湯チャレンジ

教室の外でも、湯の文化の魅力はすぐに見つけられます。

見つけよう

写真や映像で**温泉地の風景**を1つ探す

試してみよう

家のお風呂で**かけ湯**をしてから入る

伝えよう

湯の文化の魅力を**友だちや家族に紹介**する

こたえ

L28 温泉→オ 銭湯→ア かけ湯→イ 湯治→ウ 泉質→エ　2. 正しい／まちがい

L33（例）温泉とは、地面からわき出るあたたかいお湯で、体を休めたり楽しんだりする場所のこと。

書いて覚えよう

温泉と銭湯（Season 7 ｜ No.63）
発行：一般社団法人文化芸術支援協会
この教材の著作権は一般社団法人文化芸術支援協会に帰属します。個人の学習および家庭内での利用に限り、閲覧・保存・印刷ができます。
有料の講座・塾・研修での使用、販売・再配布、改変しての公開、生成AIへの入力などの商用利用は禁止しています。
くわしくは当協会ウェブサイトの「ウェブサイト利用規約」をご覧ください。