

萩の湯だより1月号

NO. 30

発行日 令和2年1月01日

作成者 長沼 雄三



住所 東京都台東区根岸2-13-13
JR 山手線鶯谷駅徒歩3分 JR 日暮里駅徒歩8分
電話 03-3872-7669
HP アドレス <http://haginoyu.jp/>
営業時間 朝湯 6:00~9:00 (最終受付 8:30)
11:00~深夜 1:00 (最終受付 0:30)

料金 大人470円 小学生180円 幼児80円
サウナ プラス150円 (土日祝200円)
朝湯サウナ無料
タオルセット 70円
リンスインシャンプー・ボディーソープ無料
定休日 第3火曜日 (祝日の場合翌日水曜)

新年あけましておめでとうございます

旧年中は日頃のご愛顧誠にありがとうございました。おかげさまで無事2020年を迎えることができました。本年も萩の湯スタッフ一同、心よりお客様をお迎えして期待以上のサービスができるよう努力していきたいと思っております。よろしくお祈りいたします。

1月3日(金)はザボン湯

1月3日はザボン湯。台東区東上野で収穫されたザボンをそのまま薬湯、露天風呂に浮かべます。

1月19日(日)はリンゴ湯

1月19日はリンゴ湯。福島県産のりんご100キロをそのまま薬湯、露天風呂に浮かべます。当日は先着2200名様にリンゴジュースをプレゼント。

*オーナーのコラム

今シーズンのマラソン界で靴にある異変が起きています。先日の全国高校駅伝男子1区で選手の履いている靴のほとんどが厚底のピンク、NIKEの「ヴェイパーフライ」というシューズでした。

このシューズはソール(靴底のゴム部分)に航空宇宙産業で使う特殊素材を使用、軽くてクッション性があるため負担が少なく、マラソン後半の伸びに繋がります。さらに推進力をつけるため反発力のあるカーボンプレートをソールに挟み込み自然と足が前に出るような作りになっています。これが厚底の要因ですが、シューズ自体の重さは見た目ほどありません。トップレベルの選手が口々に言うのは「楽に足が前に出る」「フルマラソンを走っても疲れない」などで、一度履いてみると他のシューズが履けなくなるほどです。デメリットとしては耐久性がない、値段が高い、という事なので素人が履くと勿体ないです。私も履いたことはありません(笑)。

かつてのシューズは「とにかく軽くクッション性がありソールが薄いもの」を追求し、10年以上前はアシックスの「ソーティーマジック」がトップレベルの選手には人気がありました。しかしこのシューズでフルマラソンを走ると後半地面の硬さを全身で感じるようになり、2時間30分を切れる選手でないと履けないシューズとも言われていました。実業団レベルですね。私も「ソーティーマジック」を↑

薬湯の予定

1月

| | | | | | |
|----|---|-----------|----|---|-----------|
| 1 | 水 | 定休日 | 16 | 木 | ラベンダーカミツレ |
| 2 | 木 | 定休日 | 17 | 金 | 生姜エキス |
| 3 | 金 | ザボン湯 | 18 | 土 | シャンパン |
| 4 | 土 | 祝い酒の湯 | 19 | 日 | 生リンゴ湯 |
| 5 | 日 | ラベンダーカミツレ | 20 | 月 | よもぎ |
| 6 | 月 | 生姜エキス | 21 | 火 | 定休日 |
| 7 | 火 | よもぎ | 22 | 水 | 実宝湯 |
| 8 | 水 | ほうじ茶 | 23 | 木 | 玉露カテキン |
| 9 | 木 | シャンパン | 24 | 金 | ホットハーブ |
| 10 | 金 | 実宝湯 | 25 | 土 | わた雪 |
| 11 | 土 | 玉露カテキン | 26 | 日 | 祝い酒の湯 |
| 12 | 日 | ホットハーブ | 27 | 月 | レモン |
| 13 | 月 | 祝い酒の湯 | 28 | 火 | ひのき |
| 14 | 火 | レモン | 29 | 水 | ラベンダーカミツレ |
| 15 | 水 | ひのき | 30 | 木 | 生姜エキス |
| | | | 31 | 金 | シャンパン |

*上記はザボン湯、生リンゴ湯、実宝湯を除き全て入浴剤を使用します。

露天風呂 17日鳴子温泉湯の花

*1月28日~1月5日はサウナ追加料金が土日祝の200円となります。6時~9時は無料です。

↓10キロ程度の大会では履いたことありますがそれ以上は無理だと感じ、以降はワンランクソールの厚いアシックスの「ターサー」に変更しました。

このように陸上界を牽引してきたアシックスですが油断したのか胡坐(あぐら)をかいたのか分かりませんが一気にシェアをNIKEに奪われつつあります。特にトップレベルではそれが顕著で今年の箱根駅伝ではピンクのシューズがお茶の間を沸かすこと間違いなしでしょう。私的にはアシックスの衰退が残念ではありません。

スポーツにおける記録向上に道具の技術進歩は欠かせません。遅い選手であってもしっかりと練習していればヴェイパーフライは履いてみる価値があると思います。そこで自信を付ければ益々練習が楽しくなるでしょう。

P.S 箱根駅伝予想 優勝東海大 2位青山学院
3位駒沢大 4位国学院 5位東洋大 6位早稲田
7位帝京大 8位東京国際 9位順大 10位法政大