

# แผนที่ออนเซ็น Shuzenji



**9.5km จากวัดShuzenji**

- ไปบ่อน้ำร้อน Cycle Onsen Yu Salon
- ไป Cycle Sport Center

อาคารสถานีใหม่มีกำหนดการก่อสร้างเสร็จช่วงใบไม้ร่วงในปี 2014

**5.5km จากวัดShuzenji**

- โรงเพาะเห็ดหอม Shuzenji

**9km จากวัดShuzenji**

- ไปออนเซ็น Jomon no Goshin Yu
- ไปโรงแรม Winery Hill
- ไป Winery Naka Izu Shato T.S

**6.2km จากวัดShuzenji**

- สนามกอล์ฟ Shuzenji

**อธิบายสัญลักษณ์**

- ออนเซ็นสาธารณะ/ออนเซ็นที่ไม่รวมที่พักเปิดให้บริการให้กับลูกค้าทั่วไป
- ห้องน้ำสำหรับผู้ใช้ Wheelchair กรุณาตรวจสอบช่วงเวลาที่สามารถเข้าใช้ก่อน
- ร้านขายยา

**● พิพิธภัณฑวัด Shuzenji / โทรศัพท์: 0558-72-0053**  
 ค่าเข้าชม : ผู้ใหญ่ 300 เยน เด็กนักเรียนประถม/ม.ต้น 200 เยน  
 เวลาเปิด : 8:30-16:30 (สำหรับช่วงต.ค.ถึงมี.ค.ปิด 16:00)  
 วันหยุด : ไม่มี

**● พิพิธภัณฑประวัติศาสตร์ท้องถิ่น / โทรศัพท์: 0558-72-1934**  
 ค่าเข้าชม : ผู้ใหญ่ 300 เยน เด็กนักเรียนประถม/มัธยม 150 เยน  
 เวลาเปิด : 9:00-16:00  
 วันหยุด : วันพฤหัสบดีและช่วงวันที่ 29 ธ.ค. ถึง วันที่ 3 ม.ค.

**อธิบายคำศัพท์**

- \*1 Natsume Soseki  
นักเขียนนิยายท่านหนึ่งที่มีชื่อเสียงในช่วงต้นศตวรรษที่ 20 ค.ศ. 1900
- \*2 พระ Kobo (Kukai)  
พระสงฆ์รูปหนึ่งที่มีชื่อเสียงมากในประเทศญี่ปุ่นในช่วงต้นสมัยเฮอัน (ปี ค.ศ. 794 ถึงราวปี ค.ศ. 1185)
- \*3 สมัยคามาคุระ  
สมัยที่รัฐบาลตั้งอยู่ในเมืองคามาคุระ ตั้งแต่ราวปี ค.ศ. 1185 ถึงปี ค.ศ. 1333
- \*4 ท่านหญิง Hojo Masako  
ภริยาของผู้ก่อตั้งรัฐบาลคามาคุระ Minamoto no Yoritomo
- \*5 Minamoto no Yorie  
ผู้นำ (โชกุน) คนที่ 2 ของรัฐบาลคามาคุระ เป็นบุตรชายของ Minamoto no Yoritomo ซึ่งเป็นผู้ก่อตั้งรัฐบาลคามาคุระกับท่านหญิง Hojo Masako



**จุดชมวิวกุเอะไฟฟูจิ** (เวลานั่งรถเป็นเวลาหนึ่งชั่วโมงจาก Shuzenji)



**ร้าน Resthouse ที่ราบสูง Darumayama** (นั่งรถ 15 นาที)

ในงาน New York EXPO เมื่อปี ค.ศ. 1939 ภาพพาโนรามาขนาด 8.2m X 32.7m ซึ่งเป็นภาพวิวของภูเขาไฟฟูจิที่ทัศนียภาพอันงดงามของประเทศญี่ปุ่นที่ถ่ายจากสถานที่แห่งนี้ได้ถูกนำขึ้นจัดแสดงโดยรัฐบาลญี่ปุ่นและได้รับคำชื่นชมอย่างล้นหลาม ภายใต้อาภรณ์ที่เบื้องหน้าเป็นฉากรวมภาพด้านซ้ายเป็นเทือกเขาแอลป์ได้และเทือกเขาอาโอะทางด้านขวา กล่าวได้ว่า "เป็นทัศนียภาพที่งดงามที่สุดของญี่ปุ่น"

**สวนป่าโมมิจิ (ใบไม้เปลี่ยนสี) ที่ Shuzenji** (นั่งรถ 5 นาที)

ภายในสวนมีต้นโมมิจิขึ้นอยู่หนาแน่นราว 1000 ต้น และตั้งแต่ช่วงกลางเดือนพฤศจิกายนถึงต้นเดือนธันวาคม ใบไม้ในสวนจะเปลี่ยนสีเป็นสีแดงและสีเหลืองสวยงาม นอกจากนี้จากจุดชมวิวกุเอะไฟฟูจิที่เรียกว่า Fujimi Dai จะมองเห็นภูเขาไฟฟูจิได้ และยังมียาจิของ Natsume Soseki ที่เคยมาพำนักที่ออนเซ็น Shuzenji อีกด้วย



**สวนป่าบิวะญี่ปุ่น** (นั่งรถ 5 นาที)

ภายในสวนแห่งนี้มีต้นบิวะสีขาวและสีแดงที่มีอายุยาวนานเกินกว่า 100 ปี และที่ยังมีอายุไม่มากนักรวมกันราว 1000 ต้น ดอกบิวะจะบานช่วงต้นเดือนกุมภาพันธ์ถึงต้นเดือนมีนาคม จากนั้นเขาภายในสวนแห่งนี้จะสามารถเพลิดเพลินกับทิวทัศน์อันสวยงามของภูเขาไฟฟูจิที่ถูกห่อหุ้มไปด้วยดอกบิวะได้

**คอร์สเดินเที่ยวในเมืองออนเซ็นที่ได้มิชลิน 2 ดาว** (ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมงครึ่ง) "Michlan Green Guide Japan" คือหนังสือไกด์บุ๊กแนะนำสถานที่ท่องเที่ยวในประเทศญี่ปุ่นที่ตีพิมพ์ในฝรั่งเศส

<p><b>วัด Shuzenji</b> (มิชลิน 2 ดาว) <b>1 นาที</b></p> <p>วัดเก่าแก่ที่มีประวัติความเป็นมายาวนาน เล่าขานสืบต่อกันมาว่าเป็นวัดที่พระ Kobo ได้สถาปนาขึ้นในปี ค.ศ. 807 และยังเป็นวัดที่แสดงถึงความขงเรื่องและความตกต่ำของตระกูลเก็นจิในสมัยคามาคุระอีกด้วย</p> 	<p><b>ศาลเจ้า Hie</b> <b>10 นาที</b></p> <p>อยู่ติดกับวัด Shuzenji สมัยก่อนเคยเป็นศาลเจ้าของเทพที่คอยคุ้มครองวัด Shuzenji ภายใต้อาณาเขตศาลเจ้ามีต้นชิดาร์ญี่ปุ่นขนาดใหญ่อยู่คู่หนึ่งและต้น Ichigiwashi ที่ได้รับการจัดเป็นมรดกทางวัฒนธรรมประจำจังหวัด</p> 	<p><b>Shigetsuden</b> (มิชลิน 2 ดาว) <b>5 นาที</b></p> <p>Shigetsuden ถูกกล่าวว่าเป็นสถาปัตยกรรมที่ทำจากไม้ที่มีอายุเก่าแก่ที่สุดใน Izu สร้างโดยท่านหญิง Hojo Masako เพื่ออธิษฐานให้วิญญาณของ Minamoto no Yorie บุตรชายพลัดอย่างสงบสุขในบริเวณมัสสุสานของ Minamoto no Yorie ตั้งอยู่</p> 	<p><b>เส้นทางป่าไผ่</b> (มิชลิน 2 ดาว) <b>1 นาที</b></p> <p>ที่เส้นทางเดินเล่นเรียบแม่น้ำ Katsura ที่มีต้นไผ่สวยงามเขียวชอุ่มตลอดสองข้างทางตลอดทุกฤดูกาล หากได้นอนเหยงบนม้านั่งยาวท่ามกลางป่าไผ่แห่งนี้พร้อมทั้งเหม่อลอยดูท้องฟ้าสีฟ้ากลมกลืนกับต้นไผ่สีเขียวคงเป็นทิวทัศน์ที่งดงามเกินบรรยาย</p> 	<p><b>สะพาน Kaede</b> <b>8 นาที</b></p> <p>สะพานสีแดงชาดข้ามแม่น้ำ Katsura หากอยู่บนสะพานในคืนฤดูร้อน ขอบตัวของท่านจะถูกห่อหุ้มไปด้วยต้นไม้อิชิฮะวะชิ ส่วนในฤดูใบไม้ร่วงใบไม้ก็จะเปลี่ยนสีเป็นสีแดง เป็นสถานที่ที่สามารถเพลิดเพลินกับทิวทัศน์ที่งดงามที่สุด 4 ฤดู</p> 	<p><b>Kawara Yu (Ashi Yu: ออนเซ็นแช่เท้า)</b> <b>1 นาที</b></p> <p>ในอดีตใช้เป็นที่อาบน้ำรวมสาธารณะแต่ปัจจุบันนี้ปรับเปลี่ยนเป็นออนเซ็นแช่เท้า ท่านจะสามารถคลายความเมื่อยล้าหลังจากเดินทางไกลหลังจากที่เหนื่อยน้ำจากแม่น้ำที่ไหลริน ซึ่งช่วยให้จิตใจผ่อนคลาย</p> 	<p><b>Tokko no Yu</b></p> <p>มีตำนานกล่าวไว้ว่าเมื่อพระ Kobo เห็นวัยรุ่นคนหนึ่งล้างตัวของตนเองที่บึงเป็นใจครหนัก พระ Kobo เกิดความประทับใจ จึงใช้วิธีแช่ที่เรียกว่า Tokko เคาะก่อนตื่นในแม่น้ำ Katsura และทำให้น้ำในแม่น้ำเปลี่ยนเป็นน้ำออนเซ็น พระ Kobo ก็ได้สอนวิธีรักษาโรคด้วยออนเซ็น และออนเซ็น Tokko no Yu จึงถือเป็นสัญลักษณ์ของเมืองออนเซ็น Shuzenji และเป็นออนเซ็นที่เก่าแก่ที่สุดใน Izu อีกด้วย</p> 
---	---	---	---	---	--	--

# 修善寺温泉

คาบสมุทร Izu คาบสมุทรที่อุดมสมบูรณ์ไปด้วยอาหารป่าและอาหารทะเลและมีชื่อเสียงในฐานะสถานที่แช่อนเซ็นเลื่องชื่อ โดยเฉพาะอนเซ็น Shuzenji ที่มีประวัติศาสตร์อันยาวนานทั้งยังได้รับเลือกเป็นหนึ่งในร้อยสุดยอดอนเซ็นของประเทศญี่ปุ่นอีกด้วย สถาปัตยกรรมสิ่งปลูกสร้างเก่าแก่และบรรยากาศอันน่ารื่นรมย์ทำให้ออนเซ็นแห่งนี้ได้รับการขนานนามว่า “เมืองเกียวโตน้อยแห่งคาบสมุทร Izu”



อนเซ็น Shuzenji ถูกค้นพบโดยพระสงฆ์ที่ชื่อว่า Kobo Daishi เมื่อราว 1200 ปีก่อน และเป็นอนเซ็นที่มีชื่อเสียงมากในคาบสมุทร Izu เป็นสถานที่ที่มีความสำคัญทางประวัติศาสตร์ อย่างเช่น เป็นฉากของเหตุการณ์โคกนาฏกรรมตระกูลเกนจิ ในสมัยคามาคูระ นอกจากนี้ยังมีธรรมชาติที่อุดมสมบูรณ์ทั้งนกแก้วและจิตรกรชื่อดังหลายท่านก็เคยมาเยือนสถานที่แห่งนี้



## ความลับของอนเซ็น Shuzenji

### ความลับ ข้อที่ 1

ศาลาชำระล้างของ “วัด Shuzenji” เป็นน้ำแร่จากบ่อน้ำร้อน ก่อนไหว้พระก็ชำระล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำแร่ธรรมชาติอุ่นๆ ทั้งยังได้รับการประกันคุณภาพว่าเป็นน้ำแร่ดื่มได้แห่งแรกในจังหวัดชิซุโอกะ กล่าวคือ นอกจากใช้ชำระล้างมือแล้วยังสามารถดื่มแก้กระหายได้อีก (วัด Shuzenji)

### ความลับ ข้อที่ 2

สรองน้ำ “รูปปั้นพระเณร Chigo Daishi” เพื่อขอพรให้สุขภาพดี ทั้งขอพรให้ตนเองและลูกหลานมีสุขภาพแข็งแรง ทายจากอาการเจ็บป่วย เชิญมาตั้งจิตอธิษฐานและสรองน้ำพระเณร Chigo Daishi เชื่อว่าจะบันดาลให้พรนั้นเป็นจริงอย่างแน่นอน (สวนสาธารณะ Tokko no Yu)

### ความลับ ข้อที่ 3

น้ำแร่มีคุณสมบัติช่วยบำรุงผิวพรรณ น้ำแร่จากอนเซ็น Shuzenji มีค่า PH สูงถึง 8.6 ซึ่งกล่าวกันว่ามีความสมบัติน้ำแร่ช่วยทำให้ผิวพรรณสวยใสดูมีสุขภาพดี ดังนั้นหากลองแช่ในอนเซ็นนี้ ผิวพรรณของท่านก็จะปลั่งและนุ่มนวลมีผิวสัมผัสดีขึ้น (อนเซ็น Shuzenji)



## [วิธีเข้าอนเซ็นและอาบน้ำ]

### •วิธีใช้ห้องอาบน้ำรวมขนาดใหญ่ (Daiyokujo)

ในโรงแรมญี่ปุ่นมีห้องอาบน้ำรวมขนาดใหญ่ที่เรียกว่า Daiyokujo ที่แยกผู้ชายและผู้หญิง และห้องอาบน้ำรวม จะใช้ร่วมกันกับลูกค้าที่มาพักท่านอื่นด้วย สำหรับคนญี่ปุ่นที่ปกติชอบแช่น้ำอยู่แล้วเวลาไปเที่ยวแห่งอนเซ็นส่วนใหญ่อยากแช่น้ำร้อนแบบ “Daiyokujo” ในท้องถิ่นนั้นๆ ทั้งนี้ในห้องอาบน้ำจะแยกพื้นที่บ่อน้ำร้อน (เรียกว่า Yubune) กับพื้นที่ที่ล้างตัว (เรียกว่า Araiha) ซึ่งกรุณาอ่านวิธีใช้ตามลำดับด้านล่างต่อไป

- 1 ถอดเสื้อผ้าออกทั้งหมดที่ห้องเปลี่ยนเสื้อก่อนและนำไปเพียงผ่านหน้าผืนเล็กผืนเดียวเข้าไปข้างในห้องอาบน้ำ
- 2 ก่อนที่จะลงในบ่อน้ำร้อนกรุณาตักน้ำในบ่อราดล้างตัวให้สะอาด (2-3 ครั้ง) เพราะลูกค้าท่านอื่นก็ร่วมลงในบ่อด้วยเช่นกัน
- 3 แช่น้ำในบ่อให้ตัวอุ่นจนกว่าจะผ่อนคลายความเหน็ดเหนื่อยและความเครียด
- 4 หลังจากนั้นขึ้นจากบ่อน้ำร้อนและใช้สบู่ล้างตัวและสระผมให้สะอาดที่ “Araiha” (ที่ล้างตัว) และล้างสบู่ออกให้หมดด้วย
- 5 หลังจากนั้นลงไปแช่ใน “Yubune” (บ่อน้ำร้อน) ให้ตัวอุ่นอีกครั้ง
- 6 เมื่อขึ้นจากบ่อน้ำร้อน ใช้ผ้าขนหนูผืนเล็กที่นำไปเช็ดตัวและออกมาที่ห้องเปลี่ยนเสื้อแล้วใช้ผ้าเช็ดตัวเช็ดตัวอีกครั้ง หลังจากเช็ดตัวแห้งแล้วใส่ชุดยูคาตะ

### [สำหรับลูกค้าที่เข้าห้องอาบน้ำรวมครั้งแรก]

- \* กรุณาเช็คช่วงเวลาที่สามารถใช้ห้องอาบน้ำรวมได้และเข้าใช้ตามเวลาที่กำหนด
- \* ตามธรรมเนียมคนญี่ปุ่นห้ามใส่ชั้นในหรือสวมผ้าเช็ดตัวแช่ลงในบ่อน้ำร้อน
- \* ห้ามนำผ้าขนหนูผืนเล็กลงไปในบ่อน้ำร้อนเพื่อรักษาความสะอาดของน้ำในบ่อ
- \* กรุณาอาบน้ำชำระร่างกายนอกบ่อน้ำร้อน
- \* กรุณาอย่านำสบู่ลงไปในบ่อน้ำร้อน
- \* กรุณาอย่าดึงจุดปิดท่อน้ำของบ่อน้ำร้อนออก
- \* กรณีผู้มียารักษาโรคอาจจะไม่สามารถใช้บริการอนเซ็นได้



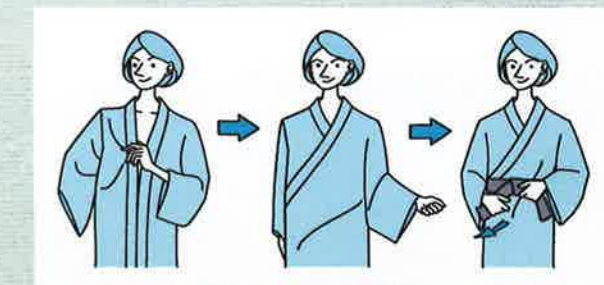
### [คู่มือการเข้าพักในโรงแรมสไตล์เรียวกัง]

#### •กรณีที่พนักงานดูแลห้องพักเข้าไปในห้องพักของลูกค้า

- พนักงานดูแลห้องพักจะเข้าห้องพักของลูกค้าในกรณีดังต่อไปนี้
- 1 ตอนที่พาลูกค้าไปยังห้องพัก
  - 2 ตอนที่นำอาหารมาเสิร์ฟให้ลูกค้า ทั้งมีเช้าและมือเย็น
  - 3 ตอนที่จัดที่นอนให้หลังจากลูกค้ารับประทานอาหารเย็น
  - 4 ตอนที่เก็บที่นอนให้ในตอนเช้า

#### •วิธีใส่ชุดยูคาตะและการแต่งกายภายในโรงแรม

ชุดยูคาตะเป็นเสื้อผ้าที่คนญี่ปุ่นใส่เมื่ออยู่บ้านหรือเมื่อไปข้างนอกในฤดูร้อน กรุณาใส่ตามลำดับในภาพประกอบ ชุดยูคาตะใช้เป็นเสื้อนอน ไม่ได้ใช้เป็นชุดคลุมอาบน้ำ เมื่ออากาศหนาวจะใส่เสื้อโค้ทแบบญี่ปุ่น (เรียกว่า Haori หรือ Tanzen) ทับชุดยูคาตะ กรณีเดินเล่นบริเวณโรงแรมก็สามารถใส่ชุดยูคาตะได้ด้วย



#### •ห้องน้ำ

วิธีใช้ไม่เหมือนกับที่ไทย กรุณาทิ้งกระดาษทิชชูลงในชักโครก อย่าทิ้งในถังขยะ และกรุณาเปลี่ยนสลิปเปอร์ของห้องพักเป็นรองเท้าแตะที่วางไว้ในห้องน้ำ

#### •ห้องพัก (ห้องแบบญี่ปุ่น)

ห้องพักแบบญี่ปุ่นจะปูเสื่อ Tatami (เสื่อที่ทำจากฟางข้าว) ที่ลักษณะห้องแตกต่างจากต่างประเทศ ก็คือ ห้องพักแบบญี่ปุ่นนี้มีห้องเดียว ใช้เป็นทั้งห้องนั่งเล่น, ห้องรับประทานอาหารและห้องนอนด้วยตามวิถีชีวิตของคนญี่ปุ่น ดังนั้นเมื่อเดินออกไปนอกห้องพักภายในโรงแรม จะใช้สลิปเปอร์แต่ห้ามใส่สลิปเปอร์ภายในห้องพักที่ปูเสื่อ Tatami

#### •การรับประทานอาหารและการนอน

ลักษณะพิเศษของอาหารญี่ปุ่น คือ ใช้วัตถุดิบ “สดใหม่” และ “ตามฤดูกาล” ประกอบกับ “ความสวยงาม” ของภาชนะและการตกแต่งอาหาร มีการรับประทานอาหารแบบ คือ รับประทานอาหารที่ห้องพักและรับประทานอาหาร หากสิ่งเครื่องดื่มหรือเครื่องดื่มในตู้เย็น เมื่อเช็คเอาท์ที่เคาน์เตอร์ กรุณาจ่ายค่าเครื่องดื่มนั้นด้วย ห้องพักแบบญี่ปุ่นไม่มีเตียงนอนแต่จะปูฟูกเรียกว่าฟุตง และสามารถพัก 3 คนขึ้นไปในห้องเดียวกันได้ (ส่วนนี้แตกต่างจากโรงแรมแบบตะวันตก) ปกติจะเก็บฟูกที่นอนไว้ในตู้และตอนนอนพนักงานจะเป็นคนมาจัดที่นอนให้