

たりて身をあた、め過すべからず、はたにこしかけて、先足をひたし、次にひしやくにて湯をくみて、頭よりかたにかけてよし、湯の内に入ひたるべからず、久しくゆをあぶれば、身あた、まりすぎ、表氣ひうけ汗いで、元氣もれて大にどくとなる、かろく入べし、汗出る事甚あしく、凡湯入の間、尤身をつ、しむべし、ゆあがり、に風にあたるべからず、入湯の間、上戸も酒多くのむべからず、氣めぐり、食す、むとも大食すべからず、酒にゑひて入べからず、湯よりあがりて、則酒をのむべからず、味からき物多く食ふべからず、熱性のもの、寒冷の物食ふべからず、性かろきうを鳥少づつ食ふべし、色慾をおかす事はなほだいむ、湯よりあがりて、後も二七日いむべし、時々歩行して、氣をめぐらし、食を消すべし、ひるねすべからず、入湯の日數おはりても、風雨はげしくば、歸べからず、天氣まづかになりてかへるべし、湯治の内灸をいむ、あがりて、後も數日の間灸すべからず、〔有馬山温泉記追加〕入湯の法 凡此湯に入、人湯入の間身をつ、しむ事甚をこたりある故に、病を生じて、却て名湯をそしるの類多し、湯あがり、は、温湯の氣身に徹して、寒をおぼへず、故に浴衣ひとへを著て、久しく座也、風にやぶらる、事を去らず、又入湯は、酒食をめぐらす故に、過すに害なしと云て、飲食はなほだ度をこへ酒と和、謳淫聲のたはれたるにひかれて、進み安きゆへに、まば／＼亂に及ぶ、中にも色慾はわきて、湯治にいむなれば、往昔より此地にかたくいまして、遊女妓童のまばらくもと、まる事をゆるさず、まして湯女は酒宴の席にのぞむといへども、客に通る事はかたきいまして、めなれば、おもふにかひなしと知ながら、おろかなる壯男は、見るにきくに心を動して、病を添る種と成ぬ、すべて此地に来るの人、温泉を疎におもふが故に、一日の内わづかにふた、び廻る幕のあないありても、飲食を心よくせんと欲して、うけがはず、あるひは盤上連歌の席の盈ざるを惜み、鞠楊弓の場のなかばなるをいとふが故に、期をはづして、養生の節を失ふ、淺ましき事なり、凡湯治に来る人は、四民共におしむべき時日をついやすのみかは、仕