

草津者、大半山野之氓、大抵十次爲常、其不就瀑者、自汲以灌其頂數十遍、余亦倣其爲、千百人皆然、如無其害、太沖曰、凡浴者、先瀉槽邊可頓處、徐々灌注兩肩及腹背、浸巾洗面、平心和氣、如稚兒爲水戲、而後沒入槽內、霎時温體、必以周身煖透爲度、灌洗沒入、以再回爲律、此是浴湯之要、不可易者也、余今用此法、日浴三四次、實得其宜耳、太沖曰、浴中最須辟風寒、浴則汗出、腠理開、易傷寒、是誠然、余非不警、早已感冒、可慎已、又曰、浴後戒假寐、誠然、余謂、出浴須速更衣、衣濕引邪氣、若衣濕而不更、則自乾、夏月浴者、多不更浴衣、如此水氣必入後、恐生害耳、太沖曰、浴治時、禁生冷肉食、豈嫌以腹爲鍋耶、殆爲之捧腹耳、草津俗法、禁在浴後、頗得古人將息意、又關西浴後、忌浴常湯、太沖辨之爲是、又俗忌浴後灸、草津俗法、瘡家必用灸、浴後日浴常湯爲妙、土俗同異耳、余游湯泉不少、莫盛於草津、亦莫酷於草津耳、庚子八月初二、

手録草津客舍、

〔豐後國志三速見郡〕濱脇温泉在朝見鄉濱脇村、海濱砂中有湧泉、浴法甚奇、先發沙塵全軀、惟頭面出之、

泉漸浸洽、快浴一炊時、善治疝瘕痼疾、

〔尺素往來〕尤療病養生之術、非一者歟、身上按摩、口中飲食、并藥湯、針灸、雖其品多、雜熱小瘡、對治之樣、不如於蛭飼、中風、脚氣、療養之法、莫勝於温泉矣、

〔桑韓損篋三〕醫員筆語略○中

近世温泉盛行、其驗不驗、由于病有内外之別耳、未知貴邦亦温泉之法盛行乎、卑牧韓人答 我國浴洗温井之法盛行、只用於皮膚之病耳、

〔温泉小言〕一およそ温泉の功は、陽氣を宣通し、留瘀を化導し、肌體をあたゝめ、關節を利し、經絡を通じ、氣血をめぐらし、一切の瘀血を破り、穢瘀邪毒を排托し、壅滯をめぐらし、寒をのぞき、濕をさき、積聚、疝癥、むねはらわきなどの冷痛むる、腰脚などのだるく、まびれいたむる、手足筋骨のひきつりのべかゝみかなひがたき類、脚氣、うち身、くじき、一切の傷損下疳、便毒、諸痔、脱肛、淋疾、楊梅、瘡