

砂丘温泉ゆめろん

「砂丘温泉ゆめろん」(Sakyū Onsen Yumeron) 是一處社區經營的大型溫泉設施，位於三種町的釜谷濱海水浴場附近。內設有健身房、客房、一家餐廳，以及能夠眺望男鹿半島和日本海日落美景的溫泉浴場。

這裡的溫泉以氯化鈉含量高而著稱，泉水偏鹹。浴場內有多種溫泉池，包括一個冷水池、一個露天池、一個碳酸泉池和一個鹽度極高的強鹽泉浴池，另有一個私人浴池可供租用，費用為 1000 日圓/50 分鐘。據傳，不同溫泉水對於治療包括關節僵化、肌肉酸痛、皮膚或消化系統等許多小毛病都各有幫助。此外，這裡還有一間三溫暖房。

砂丘温泉ゆめろん是旅遊度假勝地，但對於當地居民來說，它也是一個復健中心。除了溫泉浴場外，這棟建築裡還有一個泳池（需穿著泳裝入內），主要用於行走訓練。這是一種低強度的運動，十分有助於增強體力、恢復身體的靈活性。此外，樓內還設有一間配備了跑步機和放鬆拉伸空間的健身房。

餐廳提供多種使用當地特產烹飪的餐點，包括蓴菜料理。蓴菜生長在乾淨的淺水沼澤中，蓴菜種植也是三種町的一大主要產業。餐廳夏季提供時令的蓴菜火鍋，以蓴菜和當地產「比內地雞」為主要食材。

砂丘温泉ゆめろん內共有 10 間客房，傳統日本和室和西式房間都有。住宿可選擇是否需要提供餐點。當日往返的旅行者可付費使用溫泉浴場，成人 500 日圓／人，學生 250 日圓／人，毛巾租金為 300 日圓／套。

砂丘温泉ゆめろんの開放時間為 6:00～22:00。餐廳營業時間為 11:00～14:30、16:30

～20:00，晚上 19:00 截止點菜。這裡距森岳站約 20 分鐘車程。