

温泉の成分、禁忌症、入浴方法及び注意

温泉の成分				温泉の禁忌症・適応症・温泉の利用許可	
1 源泉利用施設名称		長治観光株式会社 ホテルリステル浜名湖		1 浴用の禁忌症 「一般的禁忌症」 病気の活動期(特に熱のあるとき)、活動性の結核、進行した悪性腫瘍又は高度の貧血など身体衰弱の著しい場合、少し動くと思苦しくなるような重い心臓又は肺の病気、むくみのあるような重い腎臓の病気、消化管出血、目に見える出血があるとき、慢性の病気の急性増悪期。 「泉質別禁忌症」 該当なし	
2 源泉名 (湧出地又は採取地)		奥浜名湖 三ヶ日温泉 静岡県浜松市三ヶ日町下尾奈字楠ヶ崎2261-1		2 浴用の適応症 「一般的適応症」 筋肉又は関節の慢性的な痛み又はこわばり（関節リウマチ、変形性関節症、腰痛症、神経痛、五十肩、打撲、捻挫などの慢性期）、運動麻痺における筋肉のこわばり、胃腸機能の低下（胃がもたれる、腸にガスがたまるなど）、軽症高血圧、耐糖能異常（糖尿病）、軽い高コレステロール血症、軽い喘息又は肺気腫、痔の痛み、自律神経不安定症、ストレスによる諸症状（睡眠障害、うつ状態など）、病後回復期、疲労回復、健康増進。 「泉質別適応症」 自律神経不安定症、不眠症、うつ状態。	
3 泉質		単純温泉 (低張性・弱アルカリ性・低温泉)		3 浴用の方法及び注意 温泉の浴用は、以下の事項を守って行う必要がある。 ア.入浴前の注意 (ア)食事の直前、直後及び飲酒後の入浴は避けること。酩酊状態での入浴は特に避けること。 (イ)過度の疲労時には身体を休めること。 (ウ)運動後30分程度の間は身体を休めること。 (エ)高齢者、子供及び身体の不自由な人は、1人での入浴は避けることが望ましいこと。 (オ)浴槽に入る前に、手足から掛け湯をして温度に慣らすとともに、身体を洗い流すこと。 (カ)入浴時、特に起床直後の入浴時などは脱水症状等にならないよう、入浴前にコップ一杯程度の水分を補給しておくこと。 イ.入浴方法 (ア)入浴温度 高齢者、高血圧症若しくは心臓病の人又は脳卒中を経験した人は、42℃以上の高温浴は避けること。 (イ)入浴形態 心肺機能の低下している人は、全身浴よりも半身浴又は部分浴が望ましいこと。 (ウ)入浴回数 入浴開始後数日間は、1日当たり1～2回とし、慣れてきたら2～3回まで増やしてもよいこと。 (エ)入浴時間 入浴温度により異なるが、1回当たり、初めは3～10分程度とし、慣れてきたら15～20分程度まで延長してもよいこと。 ウ.入浴中の注意 (ア)運動浴を除き、一般に手足を軽く動かす程度にして静かに入浴すること。 (イ)浴槽から出る時は、立ちくらみを起こさないようにゆっくり出ること。 (ウ)めまいが生じ、又は気分が不良となった時は、近くの人に助けを求めつつ、浴槽からゆっくり出て、横になって回復を待つこと。 エ.入浴後の注意 (ア)身体に付着した温泉成分を温水で洗い流さず、タオルで水分を拭き取り、着衣の上、保温及び30分程度の安静を心がけること（ただし、肌の弱い人は、刺激の強い泉質(例えば酸性泉や硫黄泉等)や必要に応じて塩素消毒等が行われている場合には、温泉成分等を温水で洗い流した方がよいこと。）。 (イ)脱水症状等避けるため、コップ一杯程度の水分を補給すること。	
4 泉温		源泉又は採取地	26.2 (℃)	オ.湯あたり 温泉療養開始後おおむね3日～1週間前後に、気分不快、不眠若しくは消化器症状等の湯あたり症状又は皮膚炎などが現れることがある。このような状態が現れている間は、入浴を中止するか、又は回数を減らし、このような状態からの回復を待つこと。	
5 温泉の成分 (pH 7.8)		使用位置	41.0 (℃)	カ.その他 浴槽水の清潔を保つため、浴槽にタオルは入れないこと。	
		(mg/kg)			
陽イオン	リチウムイオン	Li ⁺	0.1		
	ナトリウムイオン	Na ⁺	51.4		
	カリウムイオン	K ⁺	3.0		
	アンモニウムイオン	NH ₄ ⁺	0.2		
	マグネシウムイオン	Mg ²⁺	9.5		
	カルシウムイオン	Ca ²⁺	121.3		
	ストロンチウムイオン	Sr ²⁺	5.0		
	バリウムイオン	Ba ²⁺	0.2		
	マンガンイオン	Mn ²⁺	0.4		
	鉄(Ⅲ)イオン	Fe ³⁺	0.2		
陰イオン	ふっ化物イオン	F ⁻	0.4		
	塩化物イオン	Cl ⁻	269.9		
	臭化物イオン	Br ⁻	0.5		
	硫酸イオン	SO ₄ ²⁻	4.7		
	りん酸水素イオン	HPO ₄ ²⁻	0.1		
	炭酸水素イオン	HCO ₃ ⁻	80.3		
	メタけい酸	H ₂ SiO ₃	34.8		
非解離成分	メタほう酸	HBO ₂	0.2		
溶存ガス成分					
その他微量成分	カドミウム	Cd	<0.001		
	鉛	Pb	<0.005		
	銅	Cu	<0.1		
	メタ亜ひ酸	HAsO ₂	<0.005		
	総水銀	Hg	<0.0005		
	水酸化物イオン	OH ⁻	0.02		
総成分		0.582 g/kg			
6 加水の有無とその理由		有：	温泉の供給量の不足を補うため加水しています。		
7 加温の有無とその理由		有：	入浴に適した温度に保つため41℃に加温しています。		
8 循環又はろ過の有無とその理由		有：	温泉資源の保護と衛生管理のため循環ろ過装置を使用しています。		
9 入浴剤又は消毒の使用の有無及びその方法とその理由		有：	衛生管理のため、塩素系薬剤を使用し、残留塩素を0.3ppm程度に保っています。 入浴剤は使用していません。		
10 温泉の成分の分析年月日（分析終了日）		令和3年11月5日			
11 登録分析機関の名称		株式会社サイエンス 代表取締役 堀池 勇人		株式会社サイエンス 代表取締役 堀池 勇人	
12 分析機関登録番号		温泉分析機関 静岡県第5号		代表取締役 堀池 勇人	