

(別紙 3)

3-1 禁忌症及び入浴上又は飲用上の注意 (浴用) (1/2)

① 源泉名	〇〇温泉	
② 泉質	単純硫黄泉	
③ 泉温	源 泉	50.3℃
	使用場所	43.3℃
④ 温泉の成分	温泉分析書のとおり	
⑤ 分析年月日	平成 21 年 3 月 20 日	
⑥ 分析機関名・登録番号	××分析研究所 △△県知事登録 第 1 号	
⑦ 一般的な禁忌症	<p>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、 少し動くと息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、 慢性の病気の急性憎悪期</p>	
⑧ 泉質別禁忌症	<p>皮膚又は粘膜の過敏な人、高齢者の皮膚乾燥症</p>	
⑨ 療養泉の一般的な適応症	<p>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、 冷え性、末梢循環障害、 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</p>	
⑩ 泉質別適応症	<p>自律神経不安定症、不眠症、うつ状態、アトピー性皮膚炎、尋常性乾癬、慢性湿疹、皮膚化膿症</p>	

3-1 禁忌症及び入浴上又は飲用上の注意 (浴用) (2/2)

⑪ 浴用の方法及び注意

- ・ 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、あらかじめコップ一杯程度の水分を補給しておくこと。
- ・ 入浴中の注意
 - 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。
- ・ 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、浴槽から頭を低い位置に保ってゆっくり出て、横になって回復を待つこと。
- ・ 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 脱水症状等を避けるため、コップ一杯程度の水分を補給すること。
- ・ 湯あたり
 - ア 温泉療養開始後おおむね 3 日~1 週間後に、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。
- ・ 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。

3-2 成分に影響を与える項目

① 加水している場合

源泉温度が高いため、加水しています。

② 加温している場合

貯水槽を有するため、衛生管理の目的から加温しています。

③ 循環利用している場合

浴槽（大）は、衛生管理のため、循環ろ過装置を使用しています。

④ 入浴剤等を添加している場合

季節感を感じてもらうため、冬季のみ入浴剤を使用しています。

入浴剤の名称：○○○

主な成分：△△△

⑤ 消毒処理している場合

衛生管理のため、塩素系薬剤を使用しています。

(別紙 3)

3-3 禁忌症及び入浴上又は飲用上の注意 (浴用)

① 源泉名	〇〇温泉
② 泉質	ナトリウム-炭酸水素塩・硫酸塩・塩化物泉
③ 泉温	源 泉 64.5℃
	使用場所 48.3℃
④ 温泉の成分	温泉分析書のとおり
⑤ 分析年月日	平成 20 年 5 月 3 日
⑥ 分析機関名・登録番号	××分析研究所 △△県知事登録 第 1 号
⑦ 含有成分別禁忌症	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"><ul style="list-style-type: none">・ 1日に 200mL を超えて飲用する場合 甲状腺機能亢進症・ 1日に 400mL を超えて飲用する場合 塩分制限の必要な病態 (腎不全、心不全、肝硬変、虚血性心疾患、高血圧など)</div>
⑧ 泉質別適応症	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"><p>萎縮性胃炎、便秘 胃十二指腸潰瘍、逆流性食道炎、耐糖能異常 (糖尿病)、高尿酸血症 (痛風) 胆道系機能障害、高コレステロール血症</p></div>
⑨ 飲用の方法及び注意	<p>ア 飲泉療養に際しては、専門的知識を有する医師の指導を受けること。また、服薬治療中の人は、主治医の意見を聞くこと。</p> <p>イ 15歳以下の人については、原則的には飲用を避けること。ただし、専門的知識を有する医師の指導を受ける飲泉については例外とすること。</p> <p>ウ 飲泉は決められた場所で、源泉を直接引いた新鮮な温泉を飲用すること。</p> <p>エ この温泉はひ素を含むため、温泉飲用の 1 回の量は一般に 100~500mL までとし、その 1 日の量は 200mL までとすること。</p> <p>オ 飲泉には、自身専用又は使い捨てのコップなど衛生的なものをを用いること。</p> <p>カ 飲泉は一般に食事の 30 分程度前に行うことが望ましいこと。</p> <p>キ 飲泉場から飲用目的で温泉水を持ち帰らないこと</p> <p>ク 飲用する際には誤嚥に注意すること。</p> <p>(注) 誤嚥とは、うがいや焦って飲むことなどにより、肺や気管に水分を吸い込んでしまうことを言う。なお、嚥下障害を発症している人は飲泉を行わないこと。</p>