

ONSEN

温泉について

UMITO熱海別邸

客室のお風呂には、伊豆市上白岩に湧く源泉「谷戸峯1号」の温泉をご用意しております。

無色透明で、においや味のほとんどない、やわらかなアルカリ性のお湯です。

ご入浴の前に、下記の内容をご一読くださいませ。

源泉名	泉質	源泉の温度	お風呂の温度	pH値
谷戸峯1号	ナトリウム・カルシウム－硫酸塩温泉	71.1℃	42.0℃	8.9（アルカリ性）

泉質の区分：低張性・アルカリ性・高温泉／浴用のみ（お飲みいただくことはできません）

温泉の成分（試料1kg中）

主な成分	mg/kg
ナトリウムイオン	498.8
カルシウムイオン	135.3
カリウムイオン	12.4
硫酸イオン	1,152
塩化物イオン	161.0
メタケイ酸	61.4
メタホウ酸	9.8
成分総計	2,041 g/kg

分析：一般財団法人静岡県生活科学検査センター（第M19033号・2019年12月23日）。成分・適応症は源泉における分析結果に基づきます。

お湯の管理について

加水	あり 源泉の温度が高いため、入浴に適した温度に保つべく加水しています。
加温	あり 入浴に適した温度に保つため加温しています。
循環・ろ過	なし
入浴剤	使用していません
消毒	あり 静岡県旅館業法施行条例の基準を満たすため、塩素系薬剤を使用しています。

禁忌症（ご入浴をお控えいただく場合）

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、少し動くとき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、慢性的病気の急性増悪期。なお、専門的知識を有する医師の指導のもとに温泉療養を行うことは妨げません。泉質別禁忌症はありません。

適応症（浴用）

泉質別 きりきず、末梢循環障害、冷え性、うつ状態、皮膚乾燥症 一般的 筋肉若しく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、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

ご入浴にあたってのお願い

入浴前

- ・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。
- ・過度の疲労時には身体を休めること。
- ・運動後30分程度の間は身体を休めること。
- ・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。
- ・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。
- ・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。

入浴方法

- ・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。
- ・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。
- ・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。
- ・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（入浴温度により異なります）。

入浴中

- ・手足を軽く動かす程度にして静かに入浴すること。
- ・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。
- ・めまいが生じ、又は気分が不良となった時は、助けを求めつつ、頭を低い位置に保ってゆっくり浴槽から出て、横になって回復を待つこと。

入浴後

- ・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。ただし肌の弱い方は、塩素消毒を行っているため、温水で洗い流した方がよいこと。
- ・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。

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ります。その間は入浴を中止するか、回数を減らして回復を待つこと。

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。