

# 成分に影響を与える項目

別紙 1

温泉水利用の浴室・浴槽の明細						
階	部 屋 名 浴 槽 名	温泉水 への加水	温泉水 の加温	温泉水の 循環・ろ過	入浴剤等 の添加	温泉水 の消毒
1	デイサービス 作り付け浴槽	×	○	○	×	○
	デイサービス 機械浴槽	○	○	×	×	×
2	機械浴室 ポリ浴槽	○	○	×	×	×
	機械浴室 機械浴槽	○	○	×	×	○
3	一般浴室（1） ポリ浴槽	×	○	×	×	×
	一般浴室（2） ポリ浴槽	×	○	×	×	×
3	一般浴室（3） ポリ浴槽	×	○	×	×	×
	浴室 作り付け浴槽	×	○	×	×	×
4	露天浴 作り付け浴槽	×	○	×	×	×

1. 温泉水への加水  
入浴に適した温度に保つため、混合水栓により加水しています。
2. 温泉水への加温  
入浴に適した温度に保つため、ガス焚きボイラーにより加温しています。
3. 温泉水の循環・ろ過  
温泉資源の有効活用と衛生管理のため、地階機械室に設置した循環・ろ過装置を使用しています。
4. 入浴剤等の添加  
入浴剤等の添加はしていません。
5. 温泉水の消毒  
衛生管理のため、次亜塩素酸ナトリウムを使用しています。

## 1 浴用の禁忌症

### (1) 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、慢性の病気の急性増悪期

### (2) 泉質別禁忌症

なし

## 2 入浴上の注意

### (1) 入浴前の注意

- ① 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。
- ② 過度の疲労時には身体を休めること。
- ③ 運動後30分程度の間は身体を休めること。
- ④ 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。
- ⑤ 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。
- ⑥ 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。

### (2) 入浴方法

#### ① 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。

#### ② 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。

#### ③ 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。

#### ④ 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。

### (3) 入浴中の注意

- ① 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。
- ② 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。
- ③ 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。

### (4) 入浴後の注意

- ① 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、塩素消毒を行っているため、温泉成分等を温水で洗い流した方がよいこと。)
- ② 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。

### (5) 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。

### (6) 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。