

# 温泉分析書別表

衛研依第7-63号

1 源泉名： 四季の湯	2 湧出地：北海道勇払郡むかわ町美幸3丁目3-2
3 温泉分析申請者： 勇払郡むかわ町美幸2丁目88番地 <span style="float: right;">むかわ町長 竹中 喜之</span>	
4 泉質： 含よう素-ナトリウム-塩化物強塩温泉 (中性高張性低温泉) (旧泉質名：含臭素・ヨウ素-食塩泉)	
<p>5.1 禁忌症は次のとおりである。</p> <p>(1)温泉の一般的禁忌症 (浴用) 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。</p> <p>(2)泉質別禁忌症 (浴用) 該当項目なし。</p> <p>(3)含有成分別禁忌症 (飲用) ・ 1日に8mL(よう化物イオンの含有量から算出される限界値)を超えて温泉を飲用する場合：甲状腺機能亢進症。 ・ 1日に170mL(ナトリウムイオンの含有量から算出される限界値)を超えて温泉を飲用する場合：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)。</p> <p>5.2 適応症は次のとおりである。</p> <p>(1)療養泉の一般的適応症 (浴用) 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、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、自律神経不安定症、痔の痛み、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> <p>(2)泉質別適応症 (浴用) きりきず、末梢循環障害、冷え症、うつ状態、皮膚乾燥症。</p> <p>(3)泉質別適応症 (飲用) 萎縮性胃炎、便秘、高コレステロール血症。</p>	
<p>6 入浴又は飲用上の注意</p> <p>(1)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。</p> <p>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。酷酔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、あらかじめコップ一杯程度の水分を補給しておくこと。</p> <p>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℃以上の高温浴はさけること。(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。</p> <p>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、又は気分が不良になった時は、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。</p> <p>エ 入浴後の注意 (ア) 身体に付着した温泉成分を洗い流さず、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(例えば酸性泉や硫酸泉等)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。</p> <p>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、入浴を禁止するか、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。</p> <p>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。</p> <p>(2)飲用の方法及び注意 温泉は、湧出後、時間の経過とともに変化がみられるため、地中から湧出した直後の新鮮な温泉が最も効用があるといわれているが、それぞれの泉質に適する用い方をしなければ、かえって身体に不利に作用する場合もあるので、温泉の飲用は以下の事項を守って行う必要がある。なお、温泉を飲用に供する場合は、当該施設の設置者等は新鮮な温泉を用いるとともに、源泉及び飲泉施設について十分な公衆衛生上の配慮を行う必要がある。</p> <p>ア 浴泉療養に際しては、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、主治医の意見を聴くこと。</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 温泉飲用の1回の量は一般に100～150mL程度とし、その1日の総量はおよそ200～500mL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用意すること。</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。(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いう。なお、嚥下障害を発症している人は飲泉をおこなわないこと。</p>	
(注) この別表は、温泉法第18条による掲示に必要な参考資料となるものである。	
平成 29 年 1 月 13 日	
決定者 北海道立衛生研究所長 	