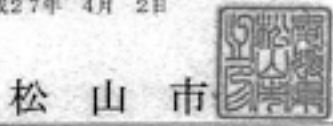


温泉の成分・禁忌症・適応症及び入浴上の注意

(東道後温泉 久米之壺 大浴場)

成 分			
1 源泉名	東道後第2源泉 松山市前久米町134-2		
2 泉 質	単純温泉 (低張性弱アルカリ性純温泉)		
3 泉 温	源泉	33.1℃ (気温14℃)	
	地温位置	31.8℃	
4 温泉の成分			
(1) pH値	8.3		
(2) ラドン含有量	検出せず		
(3) 試料1kg中の成分：分量及び組成			
ア 陽イオン			
成 分	ミリグラム (mg)	ミリバール (mval)	ミリバール% (mval%)
ナトリウムイオン	40.2	1.75	68.09
カリウムイオン	0.6	0.02	0.78
カルシウムイオン	16.0	0.80	31.13
ストロンチウムイオン	0.2	0.00	0.00
陽イオン 計	57.0	2.57	100.00
イ 陰イオン			
成 分	ミリグラム (mg)	ミリバール (mval)	ミリバール% (mval%)
フッ素イオン	0.3	0.02	0.81
塩素イオン	7.6	0.21	8.47
硫酸イオン	17.0	0.35	14.11
硫酸水素イオン	112.1	1.84	74.19
硫酸イオン	1.7	0.06	2.42
陰イオン 計	138.7	2.48	100.00
ウ 遊離成分 非解離成分			
成 分	ミリグラム (mg)	ミリモル (mmol)	
メタケイ酸(H ₂ SiO ₃)	38.4	0.49	
メタホウ酸(HBO ₂)	0.3	0.01	
非解離成分 計	38.7	0.50	
溶存物質 (ガス性のものを除く)	0.2344g/kg		
溶存ガス成分			
成 分	ミリグラム (mg)	ミリモル (mmol)	
遊離二酸化炭素 (CO ₂)	0.9	0.02	
溶存ガス成分 計	0.9	0.02	
成分総計	0.2353g/kg		
エ その他微量成分			
リチウムイオン	0.05 mg	総水鉄	0.0005 mg未満
アンモニウムイオン	0.1 mg未満	鉛イオン	0.001 mg未満
マグネシウムイオン	0.1 mg未満	臭素イオン	0.1 mg未満
バリウムイオン	0.1 mg未満	ヨウ素イオン	0.1 mg未満
アルミニウムイオン	0.05 mg未満	水酸化物イオン	0.1 mg未満
総クロム	0.005 mg未満	総硫化物	0.05 mg未満
マンガンイオン	0.005 mg未満	チオ硫酸イオン	0.1 mg未満
鉄(II)イオン(70%)	0.05 mg未満	亜硫酸イオン	0.1 mg未満
鉄(III)イオン(30%)	0.05 mg未満	硝酸イオン	0.1 mg未満
銅イオン	0.005 mg未満	リン酸イオン	0.1 mg未満
亜鉛イオン	0.005 mg未満	総ヒ素	0.005 mg未満
カドミウムイオン	0.0005 mg未満	セレン	0.001 mg未満

禁忌症・適応症及び入浴上の注意	
1 禁忌症	病気の活動期(特に熱のあるとき)、活動性の結核、進行した慢性腎臓病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動悸・息切れ又は肺の病変、むくみのあるような慢性腎臓病、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 適応症	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)、運動麻痺に悩む筋骨のこわばり、冷え性、末梢循環障害、胃腸機能の低下(胃がもたれる、膨れがたまるなど)、軽度高血圧、副腎機能異常(糖尿病)、軽度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(頭痛障害、うつ状態など)、病後回復期、疲労回復、健康増進、不眠症、うつ状態
3 入浴の方法及び注意	
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、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。	
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 心臓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、浴槽から顔を上げ、位置を保ってゆっくり出て、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湯で洗い流さず、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(例えば硫酸泉や硫黄泉等)や必要に応じて塩素消毒等が行われている場合には、温泉成分等を温湯で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。	
オ. 湯あたり	
温泉療養開始後おおよそ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。	
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。	
4 禁忌症及び適応症決定年月日	平成27年 4月 2日



成分に影響を与える項目

1. 加水している場合	4. 入浴湯等を添加している場合
2. 加温している場合 入浴に適した温度に保つため、減温しています。	5. 消毒処理している場合 松山市公衆浴場施設条例の衛生管理に関する基準を満たすため、塩素系薬剤を使用しています。
3. 循環利用をしている場合 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。	