

「温泉分析書」

- 源泉名
宇奈月温泉
- 泉質
単純温泉（低張性・弱アルカリ性・高温泉）
- 温泉ゆう出地の泉温
98.3℃
- 浴用に供する場所における温泉の温度
- 本泉1kg中に含有する成分及び分量 (mg)

成分	分量	成分	分量
陽イオン		非解離成分	
リチウムイオン [Li ⁺]	0.40	メタケイ酸 [H ₂ SiO ₃]	26.9
ナトリウムイオン [Na ⁺]	99.8	メタホウ酸 [HBO ₂]	4.39
カリウムイオン [K ⁺]	5.00	非解離成分計	31.29
アンモニウムイオン [NH ₄ ⁺]	0.27	溶存物質計	394
マグネシウムイオン [Mg ²⁺]	0.27	溶存ガス成分	
カルシウムイオン [Ca ²⁺]	12.3	遊離二酸化炭素 [CO ₂]	7.48
ストロンチウムイオン [Sr ²⁺]	0.19	溶存ガス成分計	7.48
亜鉛イオン [Zn ²⁺]	0.13	成分総計	402
陽イオン計	118.36	その他の微量成分	
陰イオン		総ヒ素	0.02
フッ素イオン [F ⁻]	6.23	銅	0.01未満
塩素イオン [Cl ⁻]	77.9	鉛	0.01未満
臭素イオン [Br ⁻]	0.23	総水銀	0.0005未満
硫酸イオン [SO ₄ ²⁻]	27.2		
炭酸水素イオン [HCO ₃ ⁻]	132		
メタケイ酸水素イオン [HSiO ₃ ⁻]	0.82		
メタホウ酸イオン [BO ₂ ⁻]	0.39		
陰イオン計	244.77		

- 温泉の分析年月日
平成26年10月3日
- 分析者 分析実施機関の名称及び登録番号
富山県衛生研究所（登録番号：富山-01）
- 温泉に水を加えている場合は、その旨及びその理由 ⇒温度調整の為、加水をしています。
- 温泉を加温している場合は、その旨及びその理由
- 温泉を循環させている場合は、その旨（ろ過を実施している場合は、その旨を含む。）及びその理由
- 温泉に入浴剤（着色し、着香し、又は入浴の効果を高める目的で加える物質をいう。ただし、入浴する者が容易に判別することができるものを除く。）を加え、又は温泉を消毒している場合は、当該入浴剤の名称又は消毒の方法及びその理由
⇒衛生管理の為、塩素系薬剤を使用しています。
- 浴用の禁忌症
(1) 一般的禁忌症
病気の活動期（特に熱のある時）、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、少し動くとも息苦しくなるような重い心臓又は肺の病氣、むくみのあるような重い腎臓の病氣、消化管出血、目に見える出血がある時、慢性的病氣の急性増悪期
(2) 泉質別禁忌症 なし

- 浴用の適応症
(1) 一般的適応症
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、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
(2) 泉質別適応症 自律神経不安定症、不眠症、うつ状態
- 浴用の方法及び注意
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1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。
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。
エ. 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1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。
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。
- 飲用の禁忌症
含有成分別禁忌症 なし
- 飲用の適応症
泉質別適応症 なし
- 飲用の方法及び注意
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、主治医の意見を聴くこと。
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。
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。
エ. この温泉はフッ素を含むため、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256mlまでとすること。
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。
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。
キ. 飲泉場から飲用目的で温泉水を持ち帰らないこと。
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こ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行わないこと。
- 禁忌症・適応症決定年月日
平成27年9月18日