

浴室ご利用の際のご注意事項

- 温泉療養を始める場合は、最初の数日の入浴回数を日あたり 1 回程度としてください。その後 1 日あたり 2 回ないし 3 回までとしてください。
- 温泉療養のための必要時間は、おおむね 2 週間ないし 3 週間で適当としてください。
- 温泉療養後、おおむね 3 日ないし 1 週間前後に、湯あたり（湯さわりまたは浴湯反応）が現れることがあります。湯あたりの間は入浴回数を減らすかまたは中止し、湯あたり症状の回復を持ってください。
- 熱い温泉に急に入ると、めまい等を起こすことがありますので、十分注意してください。
- 入浴時間は入浴温度により異なりますが、初めは 3 分ないし 10 分位とし、なれるにしたがって延長して頂いて結構です。
- 入浴中は運動浴の場合は別として、一般には安静を守ってください。
- 入浴後は湯冷めに注意して一定時間の安静を守ってください。
- 高度の動脈硬化症、高血圧症及び心臓病の方は原則として、高温浴（42℃以上）を禁忌とさせていただきます。
- 入浴後は体に付着した温泉成分を水で洗い流さないでください。ただし、「湯ただれ」をお越し易い人は、逆に浴後真水で身体を洗うか、温泉成分をふき取ってください。
- 食事の直前、直後の入浴は避けてください。
- イレズミがあるお客様へ
「ブルーリーフ」内の屋内プール・天然温泉をご利用の際は、タトゥーシールをご利用くださいませ。（タトゥーシールは、ホテル内のコンビニエンスストアにて販売しております。）
- 飲酒してのご入浴は特にご注意ください。
- 源泉温度が低いので、入浴に適した温度を保つため加湿しています。
- 衛生管理のため、循環ろ過装置を使用しています。
- 衛生管理のため、塩素系薬剤を使用しています。

総支配人

温泉分析表に基づく注意事項

- A 当施設は天然温泉（加水・加温・循環濾過）です。
B 温泉分析書は下記のとおりです。

源泉名および湧出地：タイガービーチ温泉 沖縄県国頭郡恩納村字富着崎原 1502 番地

項目	内容
温泉の種別	ナトリウム－塩化物泉（低調 弱アルカリ性 温泉）
pH	7.8
色調等（知覚的試験）	無色透明、無臭、微塩味
泉音	35.8℃
湧出量	366 リットル/min
蒸発性残留物	2.37g/kg

療養泉分類に基づく禁忌症、適応症等は環境庁自然保護局長通知（昭和 57 年 5 月 25 日）環自施第 227 号によれば次のとおりである。

浴用の禁忌症

急性疾患（特に熱のある場合）、活動性の結核、悪性腫瘍、重い心臓病、呼吸不全、腎不全、出血性疾患、高度の貧血、その他
一般に病勢進行中の疾患、妊娠中（特に初期と末期）

浴用の適応症

神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじき、慢性消化器病、痔疾、冷え性、病後回復期、
疲労回復、健康増進、きりきず、やけど、慢性皮膚病、虚弱児童、慢性婦人病

浴用上の注意事項

ア、温泉療養を始める場合は、最初の数日の入浴回数を 1 日当たり 1 回程度とすること。その後は、1 日当たり 2 回ないし 3 回までとすること。

イ、温泉療養のための必要期間は、おおむね 2 ないし 3 週間を適当とすること。

ウ、温泉療養開始後おおむね 3 日ないし 1 週間前後に湯あたり（湯さわり又は浴場反応）が現れることがある。

「湯あたり」の間は、入浴回数を減じ又は入浴を中止し、湯あたり症状の回復を待つこと。

エ、以上のほか、入浴には、次の諸点について注意すること。

（ア）入浴時間は、入浴温度により異なるが、はじめは 3 分ないし 10 分程度とし、慣れるにしたがって延長してもよい。

（イ）入浴中は、運動浴の場合は別として一般には安静を守る。

（ウ）入浴後は、身体に付着した温泉の成分を水で洗い流さない（湯ただれを起こしやすい人は、逆に浴後真水で身体を洗うか、温泉成分をふき取るのがよい）。

（エ）入浴後は湯冷めに注意して一定時間の安静を守る。

（オ）次の疾患については、原則として高温浴（42℃以上）を禁忌とする。

イ、高度の動脈硬化症 口、高血圧症 八、心臓病

（カ）熱い温泉に急に入るとめまい等を起こすことがあるので十分注意する。

（キ）食事の直前・直後の入浴は避けることが望ましい。

（ク）飲酒しての入浴は特に注意する。

ドライサウナご利用の際のご注意事項

サウナをより快適にお楽しみいただくために、次の事をご協力お願いいたします。

- 療養泉分類の泉質に基づく禁忌症、または医師から入浴を禁じられているお客様。飲酒されているお客様は、サウナ浴をご遠慮ください。
禁忌症 急性疾患（特に熱のある場合）、活動性の結核、悪性腫瘍、重い心臓病、呼吸不全、髄不全、出血性疾患、高度の貧血、その他の一般に病勢進行中の疾患、妊娠中（特に初期と末期）
- サウナ室でご気分が悪くなられたお客様は、非常用押釦（ブザー）を押してお知らせください。
- 飲酒されているお客様は、高温サウナへの入浴は避けてください。
- イレズミ、タトゥのある方のご利用は、ご遠慮いただいております。
- サウナ室への可燃物（新聞・雑誌・タバコ等）の持込は、禁止となっております。遵守ください。
- メガネ・ピアス・ネックレス・指輪など貴金属類を持ち込まないでください。変形や火傷の恐れがあります。
- サウナストープの中に物を投げ込んだり、水を掛けたりしないでください。漏電や発火の恐れがあります。
- サウナ浴の後、浴槽や水風呂に入浴される場合は、身体の汗などよく洗い流してから、ご入浴ください。
- サウナ浴の後、水風呂に入水される場合は、心臓の遠いところから順番に掛け水をされてから、ご入浴ください。
- サウナ浴中、大きな声で話したり、他の人にご迷惑かからないようにご配慮ください。

総支配人

ミストサウナご利用の際のご注意事項

サウナをより快適にお楽しみいただくために、次の事をご協力お願いいたします。

- 療養泉分類の泉質に基づく禁忌症、または医師から入浴を禁じられているお客様、飲酒されているお客様は、ミスト浴をご遠慮ください。
禁忌症 急性疾患（特に熱のある場合）、活動性の結核、悪性腫瘍、重い心臓病、呼吸不全、腎不全、出血性疾患、高度の貧血、その他の一般に病勢進行中の疾患、妊娠中（特に初期と末期）
- サウナ室でご気分が悪くなられたお客様は、非常用押ボタン（ブザー）を押してお知らせ下さい。
- 飲酒されているお客様は、ミストサウナへのご入浴は、避けてください。
- メガネ・ピアス・ネックレス・指輪など貴金属類を持ちこまないでください。変形や火傷の恐れがあります。
- ミスト吐出口には、近づかないでください。火傷する恐れがあります。
- ミスト浴の後、浴槽や水風呂に入浴される場合は、身体の汗などよく洗い流してから、ご入浴ください。
- ミスト浴中、大きな声で話したり、他の人にご迷惑をかける行為、風紀を乱す行為、その他公衆衛生上害を及ぼす恐れのある行為は、ご遠慮ください。

総支配人