

# 温泉表示

環境省の表示義務に基づいています。



## 源泉名

養老溪谷温泉

## 泉質

ナトリウム-炭酸水素塩・塩化物冷鉱泉  
(低張性弱アルカリ性冷鉱泉)

## 浴用の禁忌症

### [温泉の一般的禁忌症]

病気の活動期(特に熱のあるとき) 活動性の結核  
進行した悪性腫瘍また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または肺の病気  
むくみのあるような重い肝臓の病気 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

## 浴用の適応症

### [療養泉の一般的適応症]

筋肉もしくは関節の慢性的な痛みまたはこわばり(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 軽い喘息または肺気腫  
痔の痛み 自律神経不安定症 ストレスによる諸症状(睡眠障害など)  
病後回復期 疲労回復 健康増進

### [泉質別適応症]

きりきず 抹消循環障害 冷え性 うつ状態 皮膚乾燥症

## 浴用の方法および注意

温泉の浴用は、以下の事項を守って行う必要がある。

### 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。

### 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。



## 温泉分析書

(鉱泉分析試験による分析成績)

1 依頼者：千葉県市原市戸面397-3  
旅館 喜代元  
秋葉 保雄

2 源泉名及び湧出地：養老溪谷温泉  
千葉県市原市戸面397-3

### 3 湧出地における調査及び試験成績

- (イ) 調査及び試験者：千葉県衛生研究所 小倉 裕子  
(ロ) 調査及び試験年月日：令和8年4月21日  
(ハ) 泉 温：18.0℃ (気温 23℃)  
(ニ) 湧 出 量：14.7 L/分 (自噴)  
(ホ) 知 覚 的 試 験：弱黄色澄明で、弱硫化水素臭がある  
(ヘ) pH 値：8.2 (ガラス電極法)  
(ト) 電 気 伝 導 率：0.31 S/m(20℃)

### 4 試験室における試験成績

- (イ) 試 験 者：千葉県衛生研究所 林 千恵子  
(ロ) 分析終了年月日：令和8年4月28日  
(ハ) 知 覚 的 試 験：弱黄色澄明で、無臭である  
(採水後25時間)  
(ニ) 密 度：0.999 g/cm<sup>3</sup> (20℃/4℃)  
(ホ) pH 値：8.13 (ガラス電極法)  
(ヘ) 蒸 発 残 留 物：1.73 g/kg (110℃)

### 5 試料1kg中の成分:分量及び組成

#### (イ) 陽イオン

成 分	ミリグラム (mg)	ミリバル (mval)	ミリバル% (mval%)
ナトリウムイオン (Na <sup>+</sup> )	641.9	27.92	94.90
カリウムイオン (K <sup>+</sup> )	19.6	0.50	1.70
マグネシウムイオン (Mg <sup>2+</sup> )	6.7	0.55	1.87
カルシウムイオン (Ca <sup>2+</sup> )	8.8	0.44	1.50
ストロンチウムイオン (Sr <sup>2+</sup> )	0.1	0.00	0.00
鉄 (Ⅱ) イオン (Fe <sup>2+</sup> )	0.2	0.01	0.03
陽 イ オ ン 計	677.3	29.42	100

#### (ロ) 陰イオン

成 分	ミリグラム (mg)	ミリバル (mval)	ミリバル% (mval%)
ふっ化物イオン (F <sup>-</sup> )	0.5	0.02	0.07
塩化物イオン (Cl <sup>-</sup> )	502.2	14.17	47.55
臭化物イオン (Br <sup>-</sup> )	4.4	0.06	0.20
よう化物イオン (I <sup>-</sup> )	3.8	0.03	0.10
硫化水素イオン (HS <sup>-</sup> )	0.8	0.02	0.07
チオ硫酸イオン (S <sub>2</sub> O <sub>3</sub> <sup>2-</sup> )	<0.2	—	—
硫酸イオン (SO <sub>4</sub> <sup>2-</sup> )	<5	—	—
炭酸水素イオン (HCO <sub>3</sub> <sup>-</sup> )	911.6	14.94	50.13
炭酸イオン (CO <sub>3</sub> <sup>2-</sup> )	16.8	0.56	1.88
陰 イ オ ン 計	1440	29.80	100

## (ハ) 遊離成分

## 非解離成分

成 分	ミリグラム (mg)	ミリモル (mmol)
メ タ け い 酸 (H <sub>2</sub> SiO <sub>3</sub> )	74.0	0.95
メ タ ほ う 酸 (HBO <sub>2</sub> )	3.8	0.09
腐 植 質	11.6	-
非 解 離 成 分 計	89.4	1.04

溶存物質(ガス性のものを除く) : 2.21 g/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 <sub>2</sub> )	46.2	1.05
遊 離 硫 化 水 素 (H <sub>2</sub> S)	<0.1	-
溶 存 ガ ス 成 分 計	46.2	1.05

成分総計 : 2.25 g/kg

## (ニ) その他の微量成分

リ チ ウ ム : 0.03mg/kg	バ リ ウ ム : 0.01mg/kg
ア ル ミ ニ ウ ム : 0.01mg/kg未満	総 ク ロ ム : 0.01mg/kg未満
マ ン ガ ン : 0.01mg/kg未満	銅 : 0.01mg/kg未満
亜 鉛 : 0.01mg/kg未満	カ ド ミ ウ ム : 0.01mg/kg未満
鉛 : 0.01mg/kg未満	総 ひ 素 : 0.01mg/kg未満
亜 硝 酸 イ オ ン : 0.04mg/kg未満	硝 酸 イ オ ン : 0.09mg/kg未満
総 水 銀 : 0.0005mg/kg未満	総 セ レ ン : 0.01mg/kg未満

## 6 泉質

 ナトリウム-炭酸水素塩・塩化物冷鉱泉  
 (低張性弱アルカリ性冷鉱泉)

## 7 禁忌症、適応症及び入浴上の注意等は別表による

令和8年5月21日

 千葉県千葉市中央区仁戸名町666番地の2  
 千葉県衛生研究所 所長 吉田 智也  
 登録番号 千葉県登録第1号
