



寒い時期になると、温泉にゆっくり入って温まりたいな～と思うのは筆者だけではないですよ！
そこで本号では、温泉に注目をしたいと思います。

【温泉の定義】

温泉法第2条に「地中から湧出する温水、鉱水及び水蒸気その他のガス（炭化水素を主成分とする天然ガスを除く。）で、別表に掲げる温度又は物質を有するものをいう。」と定められています。

具体的には、湧出時の温度が25℃以上であれば温泉となり、また25℃未満であっても、水素イオンなど19種類の物質のうち1つ以上がその含有量の基準を満たせば温泉となります。



【温泉の泉質と適応症】

温泉は含有成分の種類と量によって10種類に分類され、各々次の適応症が示されています。

	泉質	特徴	適応症
1	単純温泉	<ul style="list-style-type: none"> ・癖がなく、肌への刺激が少ない ・日本一多い 	自律神経不安定症、不眠症、うつ状態
2	塩化物泉	<ul style="list-style-type: none"> ・舐めると塩辛い ・単純温泉の次に多い 	きりきず、末梢循環障害、冷え性、皮膚乾燥症
3	炭酸水素塩泉	<ul style="list-style-type: none"> ・アルカリ性 ・肌がすべすべ、美人の湯 	きりきず、末梢循環障害、冷え性、皮膚乾燥症
4	硫酸塩泉	<ul style="list-style-type: none"> ・血管を拡張する作用（血圧低下、動脈硬化の予防） 	きりきず、末梢循環障害、冷え性、皮膚乾燥症
5	二酸化炭素泉	<ul style="list-style-type: none"> ・炭酸泉（泡の湯） ・血流、冷え性の改善 	きりきず、末梢循環障害、冷え性、自律神経不安定症
6	含鉄泉	<ul style="list-style-type: none"> ・相当量の鉄イオンを含む ・空気に触れると赤褐色 	鉄欠乏性貧血症
7	酸性泉	<ul style="list-style-type: none"> ・酸性度強く、ピリピリ刺激 	アトピー性皮膚炎、尋常性乾癬、糖尿病、表皮化膿症
8	含よう素泉	<ul style="list-style-type: none"> ・相当量のヨウ素イオンを含む ・新泉質（2014年～）で黒褐色 	浴用での適応症は不認定（飲用では動脈硬化の予防）
9	硫黄泉	<ul style="list-style-type: none"> ・独特の腐卵臭と湯の華 ・保温作用と殺菌作用 	アトピー性皮膚炎、尋常性乾癬、慢性湿疹、表皮化膿症
10	放射能泉	<ul style="list-style-type: none"> ・ラドン温泉（人体にいい影響を与えるほどの量の放射能） 	高尿酸血症（痛風）、関節リウマチ、強直性脊椎炎

【温泉のメカニズム】

地中にしみ込んだ雨や雪が地中のマグマ溜まりの熱で温められ、人工的なボーリング等によって地表に湧き出したものが火山性の温泉です。

また、太古の地殻変動で古い海水が地中に閉じ込められている場合、火山や高温岩帯が無い地域で地表から数百メートルにある場合にはそれほど高温にはなりません、25℃未満であっても塩分を多量に含んでいるため、非火山性の温泉（化石海水型）に該当します。

温泉分析書とは？

温泉施設には「温泉分析書※」の掲示が義務付けられており、泉質や温泉成分に加えて、浴用又は飲用の適応症・禁忌症等も掲載されています。

なお、温泉好きの筆者としては、加水・加温や循環ろ過・入浴剤使用の有無、消毒の方法及びその理由について特に注目します。

※天変地異等で温泉成分が変わる可能性もあるため、10年ごとの再分析が必要です。



温泉分析書は温泉のプロフィール帳！
温泉をより楽しめる情報が満載♪

温泉は「十湯十色」。種類が豊富で、2つとして同じ泉質の温泉はないと言えます。

★完全に筆者の主観です！

「筆者がお勧めする温泉地：5選」

❧ 草津温泉（上野駅から特急電車で2時間強）硫黄泉、酸性泉

湧出量が豊富で、源泉かけ流しの宿が多い。夕暮れ以降は草津温泉のシンボルの湯畑がライトアップされ、幻想的な雰囲気の中を散策するのも楽しみ。

入浴無料の町営温泉も点在し、地域住民により大切に、清潔に管理されている。

❧ 登別温泉（札幌駅から特急電車で1時間強）塩化物泉、含鉄泉、硫黄泉ほか

噴火活動によってできた爆裂火口跡の地獄谷には数多くの湧出口や噴気孔があり、10種類の温泉が1日1万トン湧出し、大地の鼓動を感じることができる。露天風呂でビールや日本酒を飲む宿もある。雪見風呂がお勧め。

❧ 鬼怒川温泉（浅草駅から特急電車で2時間強）単純温泉

ひなびた町並みではあるが山あいには大小さまざまな温泉旅館が連なっていて、ゆったりとした温泉地の雰囲気を醸し出している。日帰り温泉施設も多く、宿泊しなくても温泉を十分に堪能できる。

❧ 熱海温泉（東京駅から新幹線こだま号で43分）塩化物泉

昭和時代に団体客で栄えた温泉街もバブル崩壊により一時は閑散としたが、近年はインスタ映えする“熱海プリン”など若者向けの名物を展開して活気を取り戻している。熱海港を眺めながらの開放感ある入浴は、爽快で格別。

❧ 箱根温泉（新宿駅から特急・在来電車で約1時間半）塩化物泉、単純温泉

箱根湯本駅前の商店街には土産店や蕎麦店が軒を連ね、温泉情緒満点。山あいの大自然のマイナスイオンを浴びながらの森林浴は、心身共に清々しく心地良い。多くの店舗が夕方過ぎには閉店してしまうので、早めの行動を。

★筆者の驚きの経験！

日本では冬至の日に“柚子湯”に入る風習がありますが、かつて筆者がその時期に旅行中、とある温泉旅館で浴槽にたくさん投入されていた“柚子”を、外国人観光客が浴槽内で皮をむいて美味しそうに食べていた光景を今でも忘れられません…（笑）



弊社は損害保険会社7社、生命保険会社8社、少額短期保険会社1社を取扱い、お客様の企業経営から個人のライフプランまで総合的なリスクマネジメントをご提案いたします。

現在弊社以外でご契約の保険の証券診断も承りますので、お気軽にご相談ください！

弊社では、募集品質の改善・向上への取り組みの一環として、お客様から忌憚ないご意見やご感想を伺っております。是非ともご協力ください！

“お客様アンケートのサイト”

[アンケート-東京セントラル\(tokyo-central.co.jp\)](https://www.tokyo-central.co.jp)



◆弊社ホームページで「TOKYO CENTRAL NEWS」のバックナンバーを掲載しておりますので、是非ともご参照ください。