

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
26	27 休館日	28 休館日	29 休館日	30 ポイント2倍	1 ポイント2倍	2
3	4 休館日	5	6 ポイント2倍	7 大雪	8 ポイント2倍	9
10	11 休館日	12	13 ポイント2倍	14	15 ポイント2倍	16
17	18 休館日	19	20 ポイント2倍	21	22 冬至 ポイント2倍	23
24	25 休館日	26 風呂の日 ポイント2倍	27 ポイント2倍	28	29 短縮営業 10:00~20:00 最終入館19:00 ポイント2倍	30 短縮営業 10:00~20:00 最終入館19:00 ポイント2倍
31 休館日						

◆営業時間

10:00開館
21:00受付締切
22:00閉館

◆利用料金

大人(高校生以上)・・・520円
小人(小・中学生)・・・260円
幼児は無料です。
おむつ使用者は利用出来ません。

◆休日

月曜日
(月曜日が休日の場合は営業、翌日の火曜日が代休となります)

7日 大雪

大雪(たいせつ)とは本格的に冬が到来するころ。山々は雪に覆われ、平野にも雪が降り積もります。新しい年の準備をはじめ「正月事始め」もこの時期から行われます。

22日 冬至

冬至(とうじ)とは一年でもっとも風が短く、夜が長いころ。寒さを乗りきるために、栄養価の高いかぼちゃを食べ、柚子湯に浸かり無病息災を願います。

【竜島温泉のお湯の特徴】

泉質は「アルカリ性単純温泉(低張性アルカリ性温泉)」です。pH8.96で、皮脂を乳化して汚れを落としやすくします。メタケイ酸を適度に含み、とろみ効果があります。化粧水に入ったような、ぬるぬる、つるつる作用があり「美肌の湯」と言われています。また、アトピーなどの皮膚炎にも優しく、お肌のお手入れに最適と言われています。当館のようなアルカリの強い温泉は、深部体温が上昇しやすく、長湯をすると湯当たりします。館内掲示の注意事項に従って、健やかに、安全にご入浴ください。

湯温は低めですが、効能が強いため、短時間の入浴で身体がポカポカに温まります。

外湯(露天風呂)は、源泉を加熱し、塩素で滅菌処理後、かけ流しています。内湯は源泉を追加しながら加熱、濾過循環、塩素と紫外線で滅菌処理しています。

外湯も内湯も一切の加水はありません。ぬるめですがしっかり温まる、良質な天然温泉をご堪能下さい。

【トピックス】

・「HSP」(ヒートショック 貯い)の作用 つづき

5.運動能力向上。筋肉の炎症を表す酵素活性(CPK)が低下、疲労物質(乳酸)の生産を遅らせ、運動機能を向上させる。

6.低体温症の改善。低体温はHSPを増やすことで、正常体温にすることができる。低体温の人が増えている主要因は最大の熱源である筋肉の収縮を伴う運動不足により、相対的な熱量の不足がある。一方、がんは低血圧、低体温の人で酸素不足の臓器に起こりやすいことがわかっている。

ただし、「HSP」(ヒートショック 貯い)は細胞の老化に伴い減少する。

・免疫とHSPの違い。免疫は自己と自己以外(細菌、ウイルス、花粉などの抗原)を区別して、自己以外のものを攻撃するシステム。つまり、侵入してきた抗原に対して特異的に効果を発揮する。さらに、抗原に対して抗体を作り、その効果は永久に持続する。一方、HSPは外敵(ストレス)の種類を問わず、増加し傷ついたタンパクを修復する。 つづく

竜島温泉せせらぎの湯の最新情報はこちらから



こよみのバックナンバーはこちらから

