



温泉療養指導士宮尾の

## 明日の健康コラム

オアーズのおうち温泉

検索



第1回

## 「温泉と人工温泉」その1

皆様こんにちは。インフルエンザが大流行しておりますが、お身体は大丈夫でしょうか。

いつもオアーズ通信をお読みいただき誠にありがとうございます。

今回のオアーズ通信よりはじまりました「明日の健康コラム」ですが、皆様の健康に役立つ情報や、弊社の業務内容など、幅広くお伝えしていきたいと考えておりますので何卒宜しくお願い致します。

記念すべき第一回目はどのような内容にすべかと考えておりましたが、やはり「温泉と人工温泉」について書かせていただきたいと思います。

温泉好きの方は多いと思いますが、その「温泉」の定義を知っている方は少ないと思います。

日本には温泉法という法律があり、そこには明確に天然温泉の定義が記されております。

簡単に説明すると…

①地中から湧き出す温水及び水蒸気やガスであること

②摂取される際の温度が25℃以上であること

③湧出した水中に温泉法で定められた成分のどれかが一定以上含まれること

上記の3つの中で、①と②若しくは③のどちらかの条件を満たしていると天然温泉となります。

ただし、現状では微妙な例もありますよね…

タンクローリーで源泉から汲み上げて循環をしたり、源泉に水道水を加水したり…

これでも天然温泉として成り立ってしまっている現状もあります。天然温泉は湧出したときから劣化が始まりますので、源泉に出来るだけ近いところで入浴できるとベストですね！

沢山書きたいですが、スペースが限られていますので1回目はこの辺で。次回につづきます～

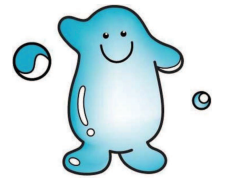
知らなきゃ損？

ちょっと気になる話。



第1回

## 「水のおはなし」その1



一昔前の話になりますが、日本が輸入したミネラルウォーターで異物（白色の沈殿物や浮遊物）

が混入しているということで、大騒ぎして回収騒動になったことがあります。異物の正体は、

ミネラル分の結晶化したものや微生物の代謝物などで毒性の無いものだったのですが、異物、不純物が混入していることで日本人は大騒ぎします。

当時、ちょうど来日していた有名なフランスのミネラルウォーター会社の会長さんが「日本人はこんな事で大騒ぎをしているのか…空気中だって微生物がたくさん存在しているし、不純物の一切入っていないものを体内に取り入れたら人間は生きてはいられない、呼吸するなって言っているのと同じことになってしまう。何でも殺菌、消毒すればいいと言うものではない、バランスが大切なのだ…」と。

綺麗な水と生きている水は同じではありません。細かい目のろ過装置で不純物を取り除けば見た目は透明で綺麗な水になりますが、体が必要とするミネラル分や、生命エネルギーの欠如したものとなってしまいます。そんな水を体内に取り入れれば体からミネラル分や生命エネルギーを奪って体外に排出されます。人間の腸内の微生物…綺麗にする為に全部殺してしまえ！大腸菌も、乳酸菌も、連鎖球菌も、クロストリジウムも…そんなことしたら人間は死にます。

悪い菌だけ殺したら…それもちょっと違います。

バランスをとってお互いを生かすという手法が水でも人間の体でも大切なのです。

ではどんな水が体に良いのか？ また次回・・・。