

温泉法第18条第1項の規定に基づく禁忌症及び入浴又は飲用上の注意の掲示等の基準

温泉法第18条第1項の規定に基づく禁忌症及び入浴又は飲用上の注意の掲示等の基準については、以下の内容によることとする。なお、都道府県等及び温泉を公共の浴用又は飲用に供する者は、現に掲示しているものについては、今般の通知を踏まえて再検討を行うものとし、是正を要するものについては直ちに必要な措置を講ずるよう努めること。

1. 禁忌症について

禁忌症は、1回の温泉入浴又は飲用でも有害事象を生ずる危険性がある病気・病態である。なお、禁忌症にあたる場合でも、専門的知識を有する医師の指導のもとに温泉療養を行うことは妨げない。

また、禁忌症における疾病名等の表現はできる限り平易な用語を使用した。

2. 温泉の禁忌症及び入浴又は飲用上の注意の掲示基準

(1) 温泉の禁忌症の掲示基準

温泉の禁忌症はおおむね以下に示す①温泉の一般的禁忌症、②泉質別禁忌症、③含有成分別禁忌症によること。

①温泉の一般的禁忌症（浴用）

病気の活動期（特に熱のあるとき）、 活動性の結核、進行した悪性腫瘍又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又は肺の病気、むくみのあるような重い腎臓の病気、 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
--

②泉質別禁忌症

掲 示 用 泉 質	浴 用	飲 用
酸 性 泉	皮膚又は粘膜の過敏な人、 高齢者の皮膚乾燥症	—
硫 黄 泉	酸性泉に同じ	—

③含有成分別禁忌症

成 分	浴 用	飲 用
ナトリウムイオンを含む温泉を1日 (1,200 / A) × 1,000mLを超えて飲 用する場合	—	塩分制限の必要な病態 (腎不全、心不全、肝 硬変、虚血性心疾患、 高血圧など)
カリウムイオンを 含む温泉を1日 (900 / A) × 1,000mLを超えて飲 用する場合	—	カリウム制限の必要な 病態(腎不全、副腎皮 質機能低下症)
マグネシウムイオン を含む温泉を1 日(300 / A) × 1,000mLを超えて飲 用する場合	—	下痢、腎不全
よう化物イオンを 含む温泉を1日 (0.1 / A) × 1,000mLを超えて飲 用する場合	—	甲状腺機能亢進症
上記のうち、二つ以 上に該当する場合	—	該当するすべての禁忌 症

(注)

Aは、温泉1kg中に含まれる各成分の重量(mg)を指す。飲用する温泉について、含まれる成分ごとにそれぞれの重量に基づき具体的飲用量を算出して記載すること。ただし、(2)入浴又は飲用上の注意の掲示基準②飲用の方法及び注意ウ.において、「温泉飲用の1日の総量はおよそ200～500mLまでとすること。」としており、具体的限界値が500mL以上の場合は、温泉の1日の飲用量を超えているため、禁忌症を掲示することを要しない。

(例) ナトリウムイオン3,000mg/kg、カリウムイオン200mg/kg、マグネシウムイオン60mg/kg、よう化物イオン1mg/kgを含有する温泉を飲用する場合は、以下のとおり含有成分別禁忌症として掲示すること。

- ・1日に100mL(よう化物イオンの含有量から算出される限界値)を超えて温泉を飲用する場合：

甲状腺機能亢進症

- ・ 1日に400mL（ナトリウムイオンの含有量から算出される限界値）を超えて温泉を飲用する場合：
塩分制限の必要な病態（腎不全、心不全、肝硬変、虚血性心疾患、高血圧など）

（参考）

なお、この場合、カリウムイオン及びマグネシウムイオンに関しては上記の理由により、算出される具体的な限界値が500mL以上となるため禁忌症として掲示を行うことを要しない。

（2）入浴又は飲用上の注意の掲示基準

①浴用の方法及び注意

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こと。

(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。

②飲用の方法及び注意

温泉は、湧出後、時間の経過とともに変化がみられるため、地中から湧出した直後の新鮮な温泉が最も効用があるといわれているが、それぞれの泉質に適する用い方をしなければ、かえって身体に不利に作用する場合もあるので、温泉の飲用は、以下の事項を守って行う必要がある。

なお、温泉を飲用に供する場合は、当該施設の設置者等は新鮮な温泉を用いるとともに、源泉及び飲泉施設について十分な公衆衛生上の配慮を行う必要がある。

ア. 飲泉療養に際しては、専門的知識を有する医師の指導を受けること。また、服薬治療中の人は、主治医の意見を聴くこと。

イ. 15歳以下の人については、原則的には飲用を避けること。ただし、専門的知識を有する医師の指導を受ける飲泉については例外とすること。

- ウ. 飲泉は決められた場所で、源泉を直接引いた新鮮な温泉を飲用すること。
- エ. 温泉飲用の1回の量は一般に100～150mL程度とし、その1日の総量はおおよそ200～500mLまでとすること。

(注)

1. 温泉にヒ素、銅、フッ素、鉛及び水銀並びに遊離炭酸が含まれる場合は、この記載に加えて、別に定める方法により飲用量を示すこととする。
2. 温泉がpH3未満である場合（希釈が行われ、飲用に供する温泉がpH3以上になっている場合を除く。）は、この記載に代えて、例えば「この温泉の液性は酸性であるため、真水でpH3以上となるようおおよそA倍に薄めた上で、飲用の1回の量は100mLまでとし、その1日の総量はおおよそ200～500mLまでとすること。」とする。なお、Aの数値は、pHにより異なるため、pH3以上となるように具体的希釈倍率を算出して記載すること。

オ. 飲泉には、自身専用又は使い捨てのコップなど衛生的なものを用いること。

カ. 飲泉は一般に食事の30分程度前に行うことが望ましいこと。

キ. 飲泉場から飲用目的で温泉水を持ち帰らないこと。

ク. 飲用する際には、誤嚥に注意すること。

(注) 誤嚥とは、うがいや焦って飲むことなどにより、肺や気管に水分を吸い込んでしまうことをいう。なお、嚥下障害を発症している人は飲泉を行わないこと。

(3) 基準の適用対象

上記2.(1)及び(2)の基準は、温泉を公共の浴用又は飲用に供する宿泊施設、公衆浴場等における利用について適用する。なお、医療機関が治療行為の一環として温泉を使用する場合には、全ての基準が適用されるものではない。

(4) 掲示の手続

温泉を公共の浴用又は飲用に供する者は、温泉法第18条第4項に基づき、温泉の成分、禁忌症及び入浴又は飲用上の注意事項を掲示又は変更しようとするときは、あらかじめその内容を都道府県知事へ届け出なければならない。各都道府県知事等は届出の受理後、専門的知識を有する医師の意見を聴くことを原則とする。なお、各都道府県知事等は健康を保護するために必要があると認めるときは、届出がなされた内容を変更すべきことを命ずることができる。

3. 療養泉の適応症

温泉療養を行うにあたっては、以下の点を理解して行う必要がある。

- ① 温泉療養の効用は、温泉の含有成分などの化学的因子、温熱その他の物理的因子、温泉地の地勢及び気候、利用者の生活リズムの変化その他諸般によって起こる総合作用による心理反応などを含む生体反応であること。
- ② 温泉療養は、特定の病気を治癒させるよりも、療養を行う人の持つ症状、苦痛を軽減し、健康の回復、増進を図ることで全体的改善効用を得ることを目的とすること。
- ③ 温泉療養は短期間でも精神的なリフレッシュなど相応の効用が得られるが、十分な効用を得るためには通常2～3週間の療養期間を適当とすること。
- ④ 適応症でも、その病期又は療養を行う人の状態によっては悪化する場合があるので、温泉療養は専門的知識を有する医師による薬物、運動と休養、睡眠、食事などを含む指示、指導のもとに行うことが望ましいこと。
- ⑤ 従来より、適応症については、その効用は総合作用による心理反応などを含む生体反応によるもので、温泉の成分のみによって各温泉の効用を確定することは困難であること等から、その掲示の内容については引き続き知事の判断に委ねることとしていること。

(1) 療養泉の適応症の掲示基準

①療養泉の一般的適応症（浴用）

筋肉若しくは関節の慢性的な痛み又はこわばり（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、
冷え性、末梢循環障害、
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、
軽い喘息又は肺気腫、
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、うつ状態など）、
病後回復期、
疲労回復、健康増進

②泉質別適応症

掲 示 用 泉 質	浴 用	飲 用
単 純 温 泉	自律神経不安定症、不眠症、 うつ状態	—
塩 化 物 泉	きりきず、末梢循環障害、 冷え性、うつ状態、皮膚乾 燥症	萎縮性胃炎、便秘
炭 酸 水 素 塩 泉	きりきず、末梢循環障害、 冷え性、皮膚乾燥症	胃十二指腸潰瘍、逆流 性食道炎、耐糖能異常 (糖尿病)、高尿酸血 症(痛風)
硫 酸 塩 泉	塩化物泉に同じ	胆道系機能障害、高コ レステロール血症、便 秘
二 酸 化 炭 素 泉	きりきず、末梢循環障害、 冷え性、自律神経不安定症	胃腸機能低下
含 鉄 泉	—	鉄欠乏性貧血
酸 性 泉	アトピー性皮膚炎、尋常性 乾癬、耐糖能異常(糖尿病)、 表皮化膿症	—
含 よ う 素 泉	—	高コレステロール血 症
硫 黄 泉	アトピー性皮膚炎、尋常性 乾癬、慢性湿疹、表皮化膿 症(硫化水素型については、 末梢循環障害を加える)	耐糖能異常(糖尿病)、 高コレステロール血 症
放 射 能 泉	高尿酸血症(痛風)、関節リ ウマチ、強直性脊椎炎など	—
上記のうち二つ以上 に該当する場合	該当するすべての適応症	該当するすべての適 応症

(注)

- 療養泉の一般的適応症及び泉質別適応症について重複するものがある場合は、掲示に当たっては、泉質別適応症の掲示を優先し、重複するものを一般的適応症から除いても差し支えない。
- 鉱泉分析法指針(平成26年改訂)(*)に示す療養泉の泉質の分類が二

つ以上該当する場合における適応症は「該当するすべての適応症」としているが、掲示に当たっては、重複して掲げないこととする。

(例) 含二酸化炭素－ナトリウム－塩化物泉の場合は、「塩化物泉」と「二酸化炭素を含む療養泉」に該当するため、浴用の適応症として、きりきず、末梢循環障害及び冷え性は、重複して掲げない。

* 鉱泉分析指針（平成26年改訂）における療養泉の泉質の分類を参照すること。

(2) 基準の適用対象

上記3.(1)の基準は、温泉を公共の浴用又は飲用に供する宿泊施設、公衆浴場等における利用について適用する。なお、医療機関が治療行為の一環として温泉を使用する場合においては、全ての基準が適用されるものではない。また、療養泉の一般的適応症及び泉質別適応症のほか伝統的適応症を適応症として決定する場合は、専門的知識を有する医師の意見を参考とすることが望ましい。

(3) 掲示の手続

適応症の掲示を3.(1)の基準に沿って行おうとする場合、公共の浴用又は飲用に供する者は、都道府県、保健所設置市又は特別区が必要に応じて定める手続を経ることとする。また、掲示内容の決定に際しては、都道府県等は専門的知識を有する医師の意見を聴くことを原則とすることが望ましい。

4. 留意事項

温泉は自然由来のものであり、ゆう出後に空気との接触による酸化、揮発性成分の揮散等により、温泉成分に変化が見られる場合もあり、実際の浴用にあたっては気温変化や利用者の多寡による変化の度合も異なるため、恒常的に分析結果を示すことは困難である。

掲示内容については、利用施設における成分分析結果に基づき行うことを原則とするが、ゆう出口と利用施設との間でその成分に差異がないと認められる場合には、ゆう出口における分析結果に基づき掲示して差し支えないとしている。よって、源泉の分析結果に基づき適応症を判断したものである場合にはその旨が温泉利用者へ分かるようにすること。また、利用施設における温泉の成分分析結果に基づいて適応症を判断した場合にはその旨を掲示することは差し支えない。

なお、加水、加温、循環（ろ過）、消毒、入浴剤添加については、温泉法施

行規則第 10 条に基づき、公共の浴用に供する場合は、その旨及びその理由を
掲示する必要がある。