

かたくりの湯 健康入浴のオススメ その四

今日も、明日も、明後日も健康な毎日のために

温泉の定義

皆さんは『温泉』の定義ってご存知ですか？

一つ目は「原泉の温度が25℃以上である事」。二つ目は原泉の温度が24度以下であろうとも「重碳酸ソーダ」「水素イオン」「リチウムイオン」等の19種類の成分が規定値以上入っている事（数値は成分ごとに違います）です。そして、どちらかに合致すれば「温泉」を名乗れるのです。

ちなみに「原泉」と言っていますので、「地中から湧き出ている」もしくは「地中から汲み上げている」状態でなければ「温泉」ではありません。大前提として...

そうでなければ、ご家庭のお風呂のお湯（25℃以上）であったり、海水（ミネラルたっぷり、塩化物泉の規定を遥かに超える成分が入っています）であっても温泉を名乗ってしまいますから。

自作の温泉

さて、温泉の定義は説明しましたが、「地中から湧き出る」の一文さえなければ成分的には温泉に近いお風呂を家庭でも作れそうだと思いますか？

そこでご紹介するのが「重曹泉」です。今の言葉で言うと炭酸水素塩泉、切り傷・皮膚疾患・美肌効果に良い温泉として有名な温泉です。前の号でも紹介しましたが、この炭酸水素塩泉は炭酸水素ナトリウム（重曹）がとけているお湯の事で、代表的な入浴剤のほとんどに入っている成分です。

ご家庭でこの炭酸水素塩泉を楽しむ場合は、約50gの炭酸水素ナトリウム（**重曹**）をお風呂に入れてお楽しみください。とりあえず「**食品添加物**」の審査が通った物を使ってください。よく「天然重曹」とか言う割高な重曹がありますが...成分に違いはありませんので、お求めやすい方が良いと思います。

風呂釜タイプの場合は、風呂釜の中の汚れが出てくる事もありますのでご注意ください。それと残り湯は洗濯にもつかえます。炭酸水素塩泉はお肌がすべすべになり、硬い角質を柔らかくします。体表面からの水分蒸発が促進されるので涼しく感じます（夏の入浴には最適です）。ただ...乾燥肌の人は入浴後に保湿剤を忘れずに。

新薬湯「重曹温泉」

8月中旬頃デビューする薬湯温泉がこの「重曹温泉」です。

泉質が「アルカリ性単純温泉」のかたくりの湯の原泉にも元々「炭酸水素ナトリウム」は含まれているのですが...1kg中に51.3mgしか入っていません。これが340mgあれば「ナトリウム炭酸水素塩泉」を名乗れるのです。そう...あと1kg中に289mg入っていれば。

そんな訳で、入れてみます。足りない分を入れてみれば...擬似的にですが「ナトリウム炭酸水素塩泉」になるはずですから！ちなみにどれだけの量を入れればよいかと言うと...1kg 1として換算すると、温泉1に0.23g...湯量3.8tの露天風呂にはだいたい880gもいれれば良いのです。

ちなみにこの炭酸水素塩泉は時間の経過と空気による酸化で効果が減りますし、さし湯分もあるのでこっそりと追加で入れます。