

## 温泉で心も体もほかほかに！

みなさんは、温泉に入ったことはありますか。そもそも温泉とはなんでしょう？大浴場があって、大勢の人が一度に入浴できる施設のことと思っている外国人の方もいるようですが、『大きなお風呂＝温泉』ではありません。温泉とは、地中に自然に存在する25度以上の温水、鉱水および水蒸気やガスでリチウムイオンや、ラドンなど特定の物質を含む場合をいいます。宮崎にも多くの温泉があり、心や体を温めにたくさんの方が訪れます。温泉をとおして日本の文化にふれながら、地域の人と交流してみませんか。

### 【温泉に入るときに気を付けること】

- 1 服は下着まで全部脱ぎましょう。アクセサリも、はずしてください。
- 2 湯船に入る前に体を洗いましょう。
- 3 シャワーを使うときは、隣の人にお湯がかからないように気を付けましょう。
- 4 湯船の中で体を洗わないでください。
- 5 湯船にタオルを入れないでください。
- 6 湯船につからないよう、髪の毛の長い人は結びましょう。
- 7 騒いだり、走ったりしないでください。
- 8 浴室を出るときには、体をよく拭きましょう。
- 9 入浴の前後は水分と休憩をとり、体調が悪い時は入浴をしないでください。
- 10 肌が弱い人は温泉の成分にまけることもあるので、最後にシャワーで体を洗いなおす  
といいでしょう。



### 【タトゥーについて】

日本の温泉は原則として刺青のある人の入浴をお断りしています。しかし、伝統文化としてのタトゥーとは別におしゃれやファッションとしてのタトゥーを入れる人が増えてきています。「タトゥーが入っている人は入浴できない」というルール自体を見直す動きもあるようです。大浴場は無理でも、個室に備え付けのプライベート露天風呂や、貸切の温泉を利用することはできるでしょう。気になる方はまずは、温泉施設に問い合わせてみましょう。

宮崎県内には日帰りで温泉に入れる所もあります。料金や入浴できる時間などは施設に問い合わせてください。

**【宮崎県内の観光情報】**

宮崎県内の観光情報は（公財）宮崎県観光協会の「みやざき観光旬ナビ」サイトで調べられます。[URL:http://www.kanko-miyazaki.jp/index.html](http://www.kanko-miyazaki.jp/index.html)

（日本語・英語・中国語（簡体字・繁体字）・韓国語・インドネシア語・タイ語・マレー語）

このコーナーへのご質問、ご意見、ご要望は：（公財）宮崎県国際交流協会

TEL:0985-32-8457   FAX:0985-32-8512   E-mail:miyainfo@mif.jp

