

有馬温泉病院 有馬の架け橋

vol.9 2019.4

おんせん学 有馬温泉病院 院長 藤堂 彰男

4 温泉の種類

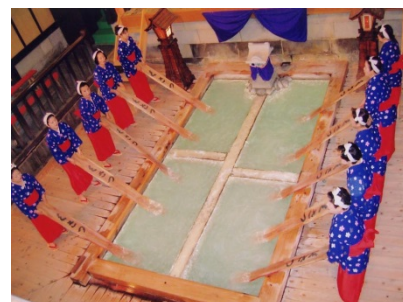
温泉は疲れた体を癒し、病気を治し健康を取り戻す等昔から世界中で愛され続けてまいりました。入浴好きな日本人にとって風光明媚な旅行先で温泉に入ってほっと一息と言うのはまさに多忙な日常から解放されたひと時であります。我国では温泉法(昭和23年)により温泉の定義として①地中から湧き上がってくる時の温度が25℃以上である事、②定められた19項目の含有成分の内、少なくとも1種類以上が一定量以上含まれている事、③1kg中に溶け込んだ物質(ガス性のもの以外)の総量が1000mg以上である事のいずれかが満たされる事となっております。

我が国の温泉の泉源数は約28000にのぼります。温泉には様々な化学成分が様々な濃度で溶け込んでおり、極端ないいかたをすれば泉源の数だけ温泉成分の種類の配合を有する化学成分がありますが特徴や、成分の似たタイプをまとめ、昭和53年に環境庁通達により治療の目的に供しうるものを療養泉と定義し9タイプに分類されました。そして陽イオン又は陰イオンの電気を帯びて溶存する主な化学成分で泉名としております(下図成分分析表参照)。即ち、療養泉の種類として以下の9種類であります。

- ① 塩化物泉(食塩泉) 俗称(熱の湯) 有馬温泉の金泉
- ② 炭酸水素泉(重曹泉) 俗称(冷えの湯) 竜神温泉、奥飛騨温泉
- ③ 硫酸塩泉 俗称(美肌の湯) 川中温泉
- ④ 二酸化炭素泉(炭酸泉) 俗称(泡の湯、心臓の湯) 長湯温泉
- ⑤ 鉄泉 鉄分の効果と言うよりその他の成分による効果が大きい。
- ⑥ 硫黄泉 (酸性でマンガン、沃素を含み殺菌力が強い)草津温泉
- ⑦ 酸性泉 (殺菌力が強い。) 玉川温泉
- ⑧ 放射能泉 (ラドン泉) 関節リュウマチに効果あり 三朝温泉
- ⑨ 単純泉 俗称(中風の湯、美人の湯など。) 溶存物質量は1000mgには満たないが各種成分が微量ずつ溶け込んでおり刺激が少なく高齢者向き。湯布院、湯の川、道後、下呂各温泉など。

療養泉の名前から想定できるように種類によって水素イオン濃度(酸性度)が大きく異なります。pH3.0未満の酸性度の強いピリピリと肌への刺激の強いものからpH8.5以上のヌルヌルした肌触りのアルカリ性のものまで幅広くありその間に、弱酸性、中性、弱アルカリ性の温泉が含まれ、酸性度を見ただけでも多様であることがお分かりの事と思います。従って此の9種類の療養泉の化学成分によって温泉の効能効果(化学作用)は異なってきます。一方、温泉全般に共通した効果がありこれを物理作用と呼んでおります。(以下次号)

院長 藤堂 彰男の
おんせん学
シリーズ 第4回



草津温泉(硫黄泉) 湯もみ風景



有馬温泉(金泉・塩化物泉)

金泉の水質(泉源台帳)						
整理番号	32	名称	温泉1号	泉質	含土類食塩泉源	泉温(℃)
35.6						
泉源位置 神戸市北区有馬町						
泉源の諸元						
深 度	600m	EC	83800 μs/cm	Cl ⁻	35200 mg/l	
孔 径	100~50mm	pH	6.3 (24.2℃)	HCO ₃ ⁻	1940 mg/l	
揚水管深	110m	Na ⁺	18500 mg/l	NO ₃ ⁻	— mg/l	
揚水方法	水中ポンプ	K ⁺	2270 mg/l	SO ₄ ²⁻	— mg/l	
湧出量	1011L/分	Ca ²⁺	2790 mg/l	F ⁻	— mg/l	
利用状況		Mg ²⁺	140 mg/l	SiO ₂	53.6 mg/l	
・有馬温泉病院		Fe ²⁺	60.4 mg/l	H ₂ S	0.24 mg/l	
		Rn	0.3 マヤヘ	free		
			1.1×10 ⁻¹⁰ Ci/l	CO ₂	1980 mg/l	

成分分析表(含鉄塩化物・強塩泉)



奥飛騨温泉(炭酸水素泉)

有馬温泉病院ニュース



■ 各種健康診断を行っています

有馬温泉病院では、様々な健康診断を行っております。詳細はホームページでもご覧いただけます。

●生活習慣病予防健診

35歳～74歳の協会けんぽ被保険者が対象。定期健診と比べ検査項目が充実しています。

●定期健診

Aコース(定期省略項目):35歳未満及び36歳～39歳の方

Bコース(定期全項目):35歳及び40歳以上の方

●その他追加検査

腫瘍マーカー検査各種、胃がんリスク検査 胃部内視鏡検査、胃部エックス線検査

大腸がん検査（便検査2回法）など



お聞きになりたいことやお申込みについては、健診担当の小川(078)904-3321までお問い合わせ下さい。

健康講座

トマトなどに含まれる「リコピン」の健康効果



健康診断などで「コレステロールの数値が高い」と言われたり、コレステロールの善玉（HDL）や悪玉（LDL）という言葉聞くことが多くなりました。コレステロールとは主に肝臓でつくられる細胞膜やホルモンの構成成分です。さまざまな研究により余分なコレステロールは健康を脅かす存在になることが広く知られています。

日本人の成人でコレステロールの数値を指摘される人は年々増え続け、3人に1人という報告もあります。その原因は欧米化した食生活や運動不足、生活習慣の乱れなどが指摘されています。

善玉コレステロールは余分なコレステロールの回収役。悪玉コレステロールは全身にコレステロールを運ぶ役。善玉コレステロールが減ると体内に余分なコレステロールが増加します。

そこで、「リコピン」の摂取が有効です。リコピンはトマトやスイカなど、赤く染めている色素の一種で、善玉コレステロールを増やす働きがあると報告されています。

在宅生活をサポートします！

ありまの湯 居宅介護支援事業所

新年度がはじまり居宅介護支援事業所も新たな気持ちでスタートしました。
今回は神戸市の新しい制度についてご案内します。

4月から認知機能検診が始まりました。認知症は、加齢に応じて多くの方がなり得る病気です。
その後の生活に備えるためには早期受診が大切です。

- 対象の方は、65歳以上になる市民で希望する方です。
- 検診内容は、認知症疑いの有無になります。
- 受診券の申込みが必要です。(受診券があれば無料で検診を受ける事が出来ます)

申込方法・医療機関についてはケアマネジャーにご相談ください。

月～金曜日(9:00～17:00) 連絡先 078-904-2520(酒井)



デイケアありまの湯

通所リハビリの役割として利用者様が可能な限りご自宅等において少しでもお元気にお過ごしいただけるように残存能力の維持・向上を図れるように努めております。

職員自身も自らがありまの湯のデイケアでのサービスを受けたいと思えるような上質なサービスを提供できるように誠心誠意努めていきたいと思っております。

月～土曜日(9:00～17:00) 連絡先 078-904-3301(亀井)



訪問看護ステーションありま

元号が「令和」に変わる節目の年ですね。春の有馬は桜も緑も美しく心癒されます。

日々の生活は、三寒四温のごとく嬉しいこと辛いことの繰り返しかもしれません。辛い時には草木を観ると何だか勇気づけられます。寒さが厳しくても一生懸命花を咲かせます。帽子やひざ掛けなど少しおしゃれをして、あなたの大切な人たちと外に出てみませんか。訪問看護もそんなあなたやあなたの大切な人たちのお手伝いをさせていただきたいと思っています。

月～金曜日(9:00～17:00) 土曜日(9:00～13:00) 連絡先 078-903-5566(松本)

※24時間連絡対応体制をとっています。



訪問リハビリテーション

日頃より、有馬温泉病院の訪問リハビリテーションをご利用いただき、またご紹介いただきありがとうございます。

平成31年からは訪問セラピストの配置人数を増やして、より一層、地域の方々のニーズに応えたいと思っております。当院をご退院された方のみならず、他の病院を退院された方や既に在宅で生活されながら何かお困りのある方は、一度、ご相談いただければ幸いです。今年度も、皆さんから学びながら成長できればと思います。どうぞ宜しくお願いいたします。

月～金曜日(9:00～17:00) 連絡先 078-904-3321(朴^{ばく})





生活環境を整えるサービス

介護保険制度を利用して、福祉用具のレンタルや購入、住宅の改修などが少ない負担でできる制度をご存知でしょうか？

●福祉用具レンタル

ケアプランで必要とされている福祉用具が 1～3 割負担でレンタルすることができます。担当のケアマネジャーに相談しましょう。料金は、その他の介護サービス提供費用と合算して計算されます。

レンタルできるもの 手すり、歩行器、車いす、介助用ベッド、床ずれ予防用具、移乗用リフトなど

●特定福祉用具の購入

直接肌が触れるシャワーチェアなど、購入する必要があります。「特定福祉用具」に定められていれば 1～3 割負担で購入でき、支給の限度は年 10 万円で、10 万円を超えた額は全額自己負担となります。

購入できるもの 腰掛便座、入浴補助用具、簡易浴槽、自動排泄処理装置の交換可能部品など

●住宅改修

「バリアフリーにしたい」「手すりをつけたい」など、保険給付の対象となる住宅改修費の支給があり、費用の限度額は 20 万円で自己負担は 1～3 割です。費用を支払った後に市区町村から給付されます。

手続きの流れ ケアマネジャーに相談→介護保険事前申請→施工業者に工事依頼→施工業者に支払い→市区町村に支給申請

当院へお越しの際は無料送迎バスをご利用ください。詳しくはホームページをご覧ください。

有馬便						
病院発	太閤橋	有野台	五社駅 (山側バスターミナル)	有野台	太閤橋	病院着
9:45	9:48	-	9:55	9:58～10:03	10:10	10:20
13:15	13:18	-	13:25	13:28～13:33	13:40	13:50
14:40	14:43	←三宮直通バスのため、太閤橋下車の場合は、必ず運転手に一言お願いします。				
15:20	15:23	15:32～15:37	15:50	-	15:55	16:00
18:15	18:18					

三宮便		
病院発	ラウンドワン横	病院着
9:45	10:25	11:00
13:15(土曜日のみ)	13:45(土曜日のみ)	14:10(土曜日のみ)
14:40	15:25	16:00

宝塚便		
病院発	JR 宝塚駅ポスト前	病院着
9:45	10:25	10:50
13:15(土曜日のみ)	13:30(土曜日のみ)	14:00(土曜日のみ)
15:00	15:40	16:00



どんなことでもお気軽にお電話ください

〒651-1401 神戸市北区有馬町 1819-2
 ☎(078)904-3321 Fax(078)904-0172
 ホームページ: <http://aohos.com/>
 代表メール: arima@aohos.com
 ■回復期リハビリテーション病棟
 ■一般病棟(障がい者)
 ■医療保険療養病棟
 ■介護保険療養病棟

- 通所リハビリテーション デイケアありまの湯
 ☎(078)904-3301 Fax (078)904-3302
- 訪問看護ステーションありま
 ☎(078)903-5566 Fax (078)903-5567
- ありまの湯 居宅介護支援事業所
 ☎(078)904-2520 Fax (078)904-2521

