

水が変われば暮らしも変わる

軟水生活

Vol.7

雪降る日は
入浴が
ワンダフル!

あったかお風呂で
健康になろう

軟水セレクト

硬度 16mg/ℓ の口当たりのよい銘水でまろやかに お多福醸造の酢

お多福の酢は、広島県広島市横川町（現西区横川町）で酒・醤油しょうゆを卸小売りする小さなお店「佐々木商店」が、1938年に自らこうじこうじを育て、酢をつくったことから始まりました。

オタフクと言えば「お好みソース」を思い浮かべる方も多いかと思いますが、オタフクのものづくりの原点は「酢」の醸造なのです。

1990年には広島県三原市大和町に造酢専用工場を新設。この場所にこだわったのは、酢づくりに最適な水と空気と自然に囲まれた環境があったからこそ。

酒どころ西条に近いこの地の湧き水は、硬度16mg/ℓの口当たりのいい超軟水。この軟水とこだわりの米・酒粕さけかすをじっくりと発酵させた酢は、酸味に角がなく深い旨みとコクのある、まろやかな味わいが特徴です。



食酢発酵には、昔ながらの「静置発酵法」と、食酢発酵装置で澄んだ空気を送り込む「深部発酵法」の2つを採用。手間ひまをかけ、じっくりと深い旨みを持った良質の酢をつくっています。

写真左、純米酢 500ml。写真右、穀物酢 500ml。
(ともにオープン価格)
◎ お多福醸造株式会社 <http://otafukujozo.jp/>

キリトリ線

郵便はがき

料金受取人払郵便

松山西郵便局
承認

218

799-2696

愛媛県松山市堀江町7番地
三浦工業株式会社

差出有効期間
平成28年12月31日まで

切手不要

『軟水生活』Vol.7

読者アンケート&プレゼント係 行



キリトリ線

住所欄

E-mail TEL

フリガナ

お名前

※個人情報保護法に基づき、個人情報を適正に管理いたします。

軟水生活のひろは

掲載しきれなかったおたよりは公式ホームページ、公式Facebookページでもご紹介していく予定です。
ぜひチェックしてください！
(見出しは編集室で作成しています)

滋賀県
エルサさん



●風呂上がりのお肌スベスベ、
ニキビも改善

美肌っ子を使うようになってから、水に対しての意識がわかりました。お風呂上がりの肌のスベスベ感がたまりません!! ニキビ肌も改善され、とても満足しています。軟水の良さをもっと多くの人に知ってもらいたいです。

山口県 きくみいさん

『軟水生活』では、本誌や「軟太郎」「美肌っ子」などお使いの商品へのご意見、ご感想、ご質問、さらにイラストやペットの写真などを募集しています。このページのハガキをご利用いただくか、下記のFAX、メールにお寄せください。

FAX : 089-960-4319
メール : nansui_life@miuraz.co.jp

公式ホームページ <http://www.nansui.jp>
公式 Facebook ページ
<https://www.facebook.com/upsu.wmiura>

熱・水・環境のベストパートナー

MIURA

三浦工業株式会社
〒799-2696 愛媛県松山市堀江町7番地

2015.01

体の芯までぽっかぽか！ あったかお風呂で 健康になろう

底冷えが厳しいこの季節の醍醐味といえば、あったかお風呂。体を芯まで温められますが、正しい入浴を知っておかないと、命の危険を招くこともあるので要注意です。ポイントを押さえて、健康的なバスライフを！

入浴には、体にうれしい「3つの作用」が！

入浴は、体を温め、汚れとともに疲れまで洗い流してくれます。そのメカニズムを、「入浴が体におよぼす3つの作用」から学びましょう。

入浴が体におよぼす3つの作用

温熱作用

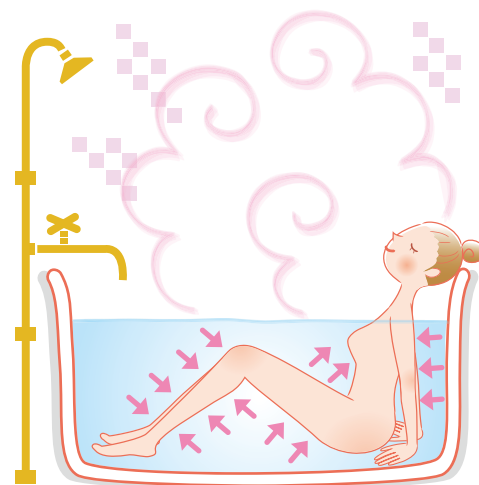
お湯の「温かさ」が血管を広げ、血圧を下げ、血行をよくします。また、新陳代謝が促進され、老廃物が排出されるメリットもあります。

浮力作用

全身浴では「浮力」により、体にかかる重力が約10分の1になります。お風呂の中で、日ごろ私たちの体重を支えている足腰がその負担から解放され、筋肉の緊張がほぐれてリラックスします。

水圧作用

お風呂の中では、腹囲が数センチ縮まるほどの水圧を受けることになります。この水圧が血行をよくし、足の疲れやむくみを取り除きます。ただし心臓や肺の機能が低下している人は水圧が負担になることもあるため、半身浴がおすすめです。



「半身浴」とは？

肩までつかう「全身浴」に対し、腹部までしかお湯につからないのが「半身浴」です。約40℃のお湯で30分ほど入浴するのが、寝付きをよくするのにも効果的とされています。

バスタイムを安全に 楽しむための「入浴5箇条」

毎日何気なく繰り返している入浴法が間違っていたせいで、脳卒中や心筋梗塞などにつながるケースが少なくありません。以下に紹介する入浴手順を参考に、安全なバスタイムを心置きなく満喫しましょう。



その1 入浴前に、 かけ湯をしよう

お風呂の湯温に体が慣れるよう、かけ湯は入念に。足首、ひざ、腰、手首、腕、肩と、心臓から遠い部分から順にお湯をかけ、入浴直後の急な血圧上昇を防ぎましょう。

その2 まずは半身浴で 体を慣らそう

いきなり全身で入浴するのではなく、まずは半身浴をして、湯温や水圧による負担に体を慣らしましょう。

その3 浴槽で温まってから 体を洗おう

お風呂で温まった後に体を洗えば、古い角質がやわらかくなり、毛穴が開いて汚れが浮き出るので効果的です。ただし化粧は毛穴が開くのを妨げるので、浴槽に入る前に洗い流しましょう。

その4 十分に水分を 補給しよう

入浴前後や入浴中、のどが渇く前に、ぬるま湯やスポーツドリンクなどで水分補給を。脱水状態で入浴すると血液中の水分が少なくなって固まりやすくなり、脳梗塞のリスクが高まります。

その5 無理せず、 体を気づかおう

長湯は禁物。額や鼻の頭が汗ばんだら、お風呂から上がりましょう。また入浴後は、少なくとも30分は休憩しましょう。体と髪はしっかり乾かし、湯冷めしないようにするのもポイントです。



急激な温度変化は、体調不良のもと

脱衣所や浴室の寒さに慣れた体で急に熱いお湯に入ると、心筋梗塞や意識障害を引き起こす危険があります。脱衣所や浴室の室温が低くなりすぎないように調整したり、冷えこむ早朝や深夜の入浴を避けるなどの配慮をして、事故を防ぎましょう。

急激な温度変化を防ぐテクニック

- ・浴室にマットやすのこを敷いて、体温低下を和らげる
- ・浴室内にかけて湯をしたり、浴槽のふたを開けておくことで、浴室を温める
- ・トイレや洗面所の室温にも気を配る

資料：政府広報「急激な温度変化による体調不良にご注意！」(http://www.kantei.go.jp/saigai/osirase/pdf/ondohenka.pdf)、環境省『あんしん・あんぜん温泉利用のいろは』、環境省「WARMBIZ For WOMEN」(http://funtoshare.env.go.jp/action/warmbiz/about/pdf/WarmBiz_for_Women.pdf)、厚生労働省「e-ヘルスネット 快眠と生活習慣」(http://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/heart/k-01-004.html)、一般社団法人 日本温泉協会 (http://www.spa.or.jp/)、一般財団法人 日本健康開発財団 (http://www.jph-ri.or.jp)

こんなときは、入浴を控えよう！

体の状態によっては、入浴によって健康を損なうことがあります。次のような場合は入浴を控えるようにしましょう。

風邪をひいているとき

風邪などで熱が出たときに、熱いお風呂は禁物です。熱が下がってきたら、ぬるま湯で入浴を。また湯冷めには要注意です。

お酒を飲んだとき

血圧が急変し、心臓発作や脳貧血を引き起こすおそれがあります。

食事の直後

皮膚や腎臓に血液が行きわたり、消化器官への血流が減り、消化・吸収が悪くなります。食後は30分～1時間、体を休めてから入浴しましょう。

運動の直後

筋肉に集まっていた血液が分散し、筋肉の疲れがとれにくくなり、心臓への負担も倍増します。最低でも30分は休憩をとりましょう。



軟水紀行 観音温泉

静岡県
下田市



観音様から授かった伊豆下田の名湯

名湯ひしめく伊豆半島。その南部に位置する下田市にある観音温泉は、蓮台寺温泉、河内温泉、白浜温泉、相玉温泉とともに「下田温泉」の一つに数えられています。

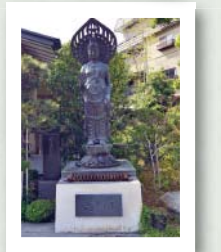
その歴史は1963年、後に創業者となる小林運正氏が、夢枕に現れた観音様のお告げに従い温泉掘削を決定したことに始まります。その掘削の過程では、身長5寸（約15.2cm）の観音座像も出土。そして4年後の1967年、ついに温泉が湧出しました。翌年には観音温泉と名付けられ、以降約半世紀にわたり、多くの湯治客を癒し続けています。



50万坪の敷地内に3つの大浴場、4つの宿泊棟をもつ「観音温泉」。



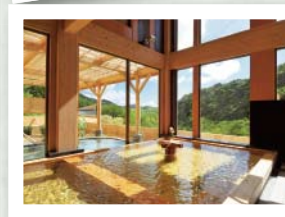
敷地内では温泉水を利用してさまざまな野菜を栽培。



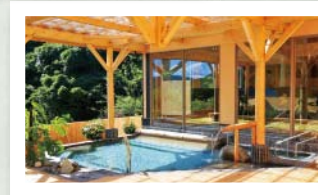
玄関に立つ観音像。掘削で出土した観音座像は東京・浅草寺に奉納されている。



2010年に完成した、日帰り入浴ができる大浴場「観音プリンシプル」。



窓からの風景と檜の香りが好評の「観音プリンシプル」内湯。



白御影（みかげ）石の一枚岩が使われている「観音プリンシプル」露天風呂。

とろみが強い超軟水を源泉かけ流しで

観音温泉のお湯は地下600mから湧出するpH9.5のアルカリ単純泉で、硬度1mg/l以下の超軟水です。とろみが強く肌ざわりなめらかで、その美肌効果から“化粧水の湯”とも呼ばれています。飲用にも適し、消化器系統の改善、便秘の解消などに効果があるとされています。

この名湯を“日帰り入浴”で気軽に堪能できるのが、大浴場「観音プリンシプル」。豪華な総檜造りの内風呂や、山々に囲まれ景観抜群の露天風呂があり、どちらも源泉かけ流しです。なお宿泊客は、夜間はこのお風呂を貸切利用（有料）でき、また「ガラティア観音乃湯」「ひょうたん風呂」などの入浴施設にも入場できます。

DATA 観音温泉

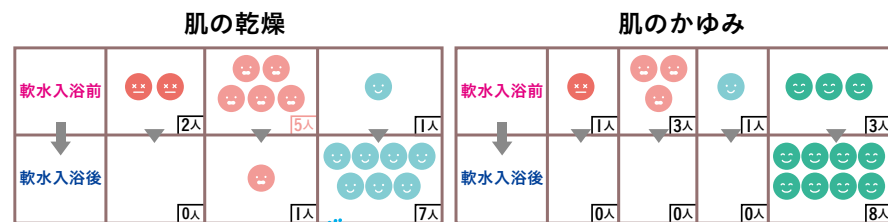
所在地：静岡県下田市横川1092-1 ☎0120-01-9994

営業時間：【日帰り】午前11時～午後7時（受付は午後6時まで）【貸切】午後7時30分～午後11時
入浴料：【日帰り】月～金曜1300円、土・日曜・祝日1500円 【貸切】4800円/50分

皮膚バリア機能を改善する効果も持っている ウルトラピュアソフトウォーターで快適なバスタイムを！

お風呂のお湯をミウラの軟水“ウルトラピュアソフトウォーター”にして“軟水入浴”を続けた皆様から、「お肌の乾燥がなくなった!」「悩んでいたかゆみが改善された!」という声をたくさんいただいています。

その理由はズバリ、軟水風呂では石けんカスがお肌に残らないため、皮膚バリア機能が改善されるからだと考えられています。多くの方々のお肌の乾燥、かゆみを和らげてきた“軟水入浴”を、これからも続けてください!



ほとんどの人が乾燥なし!



かゆみがおさまった!

(株) コスメックスに依頼し、30～47歳の乾燥肌の女性8名に皮膚科医による肌の乾燥状態と、かゆみ状態を診断後2週間軟水入浴を継続、再度皮膚科医による診断。

使えば、分かる!? 驚きの効果 ウルトラピュアソフトウォーターと相性バツグンの 「純石けん」ってどんな石けん?

体や衣類を洗うとき、食器洗いや掃除のとき、どんな洗浄剤を使っていますか? さまざまな種類がありますが、純石けんと、それ以外の洗浄剤(合成洗剤)の違いをご存知ですか?

純石けんと合成洗剤はともに「界面活性剤」です。純石けんは「脂肪酸ナトリウム」「脂肪酸カリウム」が主成分で、添加物をほとんど含んでいません。一方、合成洗剤の主成分は、「脂肪酸ナトリウム」「脂肪酸カリウム」以外の界面活性剤(合成界面活性剤)です。

純石けんのメリットは、低刺激で肌にやさしいこと。

そのため、お肌の弱い方やベビー用として活用されています。

ただし、純石けんは、「石けんカスができやすい」ため、「泡立ちが悪い」といったデメリットもあります。しかし、これらは、水道水で純石けんを使ったときのことで、

ミウラの軟水を使えば、「石けんカスができにくい」ため、

デメリットが解消されます。泡立ちがよくなることで、純石けんの使用も少量で済み、生活排水による河川の汚染を軽減できます。経済的にも環境的にもやさしいですね。

ミウラの軟水と水道水で純石けんの泡立ち比較

1

500mlのペットボトルを2本用意し、片方にはミウラの軟水を1/4くらいと純石けんを小さじ1杯程度、もう片方には水道水を1/4くらいと純石けんを小さじ1杯程度入れる。

2

それぞれのペットボトルを振って、中が泡でいっぱいになるように泡立てる。

軟水 きめ細やかで たっぶりの泡

水道水 泡立ちが悪い

石けんカスができないので 透明

石けんカスできて濁る

ミウラの軟水“ウルトラピュアソフトウォーター”といっしょに、純石けんを使ってみませんか?

軟水パワー



新春! 年明けBIGキャンペーン!!!

入浴剤「潤肌美人」のセットを 正解者にもれなくプレゼント!!

初春のお慶びを申し上げます。
旧年中は、弊社製品をご愛顧くださり、誠にありがとうございました。

今号の「軟水生活プレゼント」は日頃の感謝の気持ちを込め、次のクイズの全問正解者にもれなく入浴剤「潤肌美人」編集部セレクトセットをお送りします。

プレゼントのご応募には、右下のハガキにクイズの解答をご記入の上、お送りください。

締め切りは、平成27年3月13日(金)消印有効。正解者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。皆様、ふるってご応募ください。

軟水クイズ

(クイズの正解は次号 Vol.8 にて)

Q1 ある単語(二文字の漢字)の一部が隠れています。「軟水」と書かれているのはA~Dのうちどれでしょう?



Q2 次のA~Dの中に軟水生活の正しいロゴがひとつあります。それはどれでしょう。

ヒント: 表紙のロゴと見比べてください。

- A. 軟水生活 B. 軽水生活
C. 軟泳生活 D. 軟水生活

「潤肌美人」とは……

美人の湯として親しまれる道後温泉、下呂温泉にならってつくられた軟水のための入浴剤。お肌がデリケートな方やお子様もお使いになれます。また、浴槽や風呂釜を痛める硫黄は含んでいません。

「ローズ/にがり湯マイルド」「森林/にがり湯マイルド」「森林/無色」「ローズ/にがり湯」「ラベンダー/にがり湯」の5種類の中から、編集部セレクトで1種類5包を1組にしてプレゼント。どれが届くかはお楽しみ!



軟水生活アンケート

みなさまからのご意見を『軟水生活』の制作、三浦工業の製品・サービスの向上の参考にさせていただきます。次の質問のご回答を右のハガキにご記入ください。ご協力お願いいたします。

- 軟水器をお選びの理由は?
A: 家事のため B: 肌の健康のため C: 美容のため D: 子どものため E: ペットのため F: その他
- 軟水器の満足度はいかがですか?
A: 大変満足 B: ほぼ満足 C: ふつう D: やや不満 E: 不満
- 軟水器を使って、驚いた効果などはございますか?
A: ある B: ない
- 前問③について理由をお書きください。
- お使いの軟水器を親戚や友人におすすめしたいですか?
A: はい B: いいえ
- 前問⑤について理由をお書きください。

本誌や「軟太郎」「美肌っ子」などお使いの商品へのご意見、ご感想、ご質問、イラストなどご自由にお書きください。

ペンネーム*

性別 男・女 年齢 20代以下・30代・40代・50代・60代以上

クイズの答え Q1 Q2

アンケートは左の質問をご参照のうえ、以下にご回答ください。

①	A・B・C・D・E・F	②	A・B・C・D・E
③	A・B	④	
⑤	A・B	⑥	

※『軟水生活』掲載時のペンネームです。記載のない場合は、イニシャルを掲載します。