

温泉について

整形外科副部長 渡辺 学

当院の6階には温泉があり、日々の疲れを癒やしながら利用されている方も多いと思います。ところで、皆さんは「温泉」についてどのくらいご存じでしょうか。

温泉には「温泉法」で定められた定義があります。温泉源から採取されたときの温度が25℃以上であること、または含有成分に関する19の条件のうち、1つ以上が規定値に達しているものが温泉とされています。さらに、特定の成分や温度などの条件を満たす温泉は「療養泉」と呼ばれ、含まれる成分によって硫黄泉や塩化物泉などに分類されます。

温泉には、体を温めることによる血行促進などの「温熱効果」、水圧による「水圧効果」、浮力によって筋肉や関節への負担を軽減する「浮力効果」、そして心身をリラックスさせる「心理的効果」などがあります。また、泉質によっては皮膚の角質を落としやすくしたり、肌の表面をコーティングして乾燥を防いだりする作用も期待できます。

一方、入浴時には脱水や立ちくらみに注意が必要です。喉の渇きを感じる前から水分は失われているため、入浴前にコップ1杯程度の水分をとっておくことをおすすめします。また、長時間の入浴や急に立ち上がることは避け、体調に合わせて無理なく楽しみましょう。

当院の温泉にはカルシウムや硫酸塩などが含まれていますが、特に多いのが塩化物です。6階の浴場には温泉分析表が掲示されていますので、ぜひ一度ご覧ください。塩化物泉は保温効果が高く、湯冷めしにくいことから「温まりの湯」とも呼ばれています。また、肌の表面をコーティングする作用もあるとされています。時間のあるときには、当院の温泉の特徴を少し意識しながらゆっくりと湯船につかり、日々の疲れを癒やしてみたいはいかがでしょうか。



『敬老の日』

- ・赤飯
- ・さわらの照り焼き
- ・煮物
- ・サラダ



『十五夜』

- ・御飯
- ・鶏肉のマヨ焼き
(付け合わせ
フライドポテト)
- ・からし酢味噌和え
- ・十五夜盛り合わせ

受付時間	初診 8:15~11:00			再診 8:15~11:30	
診療科 \ 曜日	月	火	水	木	金
内科 〔予約制〕	診療応援医師	休診	休診	休診	休診
内科（循環器） 〔予約制〕	休診	休診	休診	診療応援医師 13:30~	休診
内科（呼吸器） 〔予約制〕	診療応援医師 13:30~ 〔10/26〕	弘前大学 午前 〔10/6, 10/20〕	休診	休診	休診
人工透析センター 〔予約制〕	診療応援医師	休診	診療応援医師	休診	診療応援医師
消化器科 〔内視鏡検査 予約制〕	診療応援医師	休診	休診	診療応援医師 〔10/15, 10/29〕	休診
外科	阿部	佐藤	阿部	佐藤	阿部
乳腺・甲状腺外来	休診	診療応援医師 〔10/27〕	休診	休診	休診
皮膚科	休診	弘前大学	診療応援医師 〔10/7, 10/21 休診〕	診療応援医師 〔10/22 休診〕	弘前大学
整形外科	関 杉村 櫻場 井上	杉村 渡辺 奥山〔9時~12時〕 秋田大学	木戸 加茂 井上 千葉〔11時~13時〕	関 櫻場 阿部	木戸 加茂 櫻場 渡辺
スポーツ外来	休診	休診	休診	関 〔15時~16時〕	関 〔14時~16時〕
骨粗鬆症・フレイル外来 〔予約制〕	休診	休診	休診	休診	11時~12時 〔10/9, 10/23〕
リウマチ外来 令和8年5月~開始	14時~15時 〔10/5, 10/19〕	14時~15時 〔10/13, 10/27〕	休診	休診	休診
脳神経内科 〔予約制〕 受付13時~15時	休診	診療応援医師 〔10/6, 10/20〕	休診	診療応援医師 〔10/22〕	休診
脳神経外科 〔予約制〕	休診	休診	休診	休診	診療応援医師 14時~16時 〔10/9, 10/23〕
泌尿器科 〔予約制〕	休診	休診	診療応援医師	休診	診療応援医師
耳鼻咽喉科	休診	休診	休診	秋田大学	休診
リハビリテーション科 〔予約制〕	千葉〔10時~〕 秋田大学〔13時~〕	千葉〔10時~〕	千葉〔10時~〕	千葉〔10時~〕	千葉〔10時~〕
歯科口腔外科 〔予約制〕	桑島	桑島	桑島	桑島	桑島

◎診療日等、都合により変更する場合は院内・HP上で事前にお知らせいたします。

※内科・脳神経外科は新患は受け付けしておりません。

～（独）労働者健康安全機構の理念～



「勤労者医療の充実」「勤労者の安全向上」「産業保健の強化」

我が国の産業・経済の礎（いしずえ）を維持、発展させるとともに、勤労者一人ひとりの人生を支える大きな役割を担っています

独立行政法人労働者健康安全機構秋田労災病院

〒018-5604 秋田県大館市軽井沢字下岱30

TEL0186(52)3131 / Fax 0186(52)3137

ホームページ <https://akitah.johas.go.jp>

◆診療科目◆

内科/消化器科/外科/整形外科/脳神経内科/脳神経外科/

皮膚科/泌尿器科/眼科/耳鼻咽喉科/歯科口腔外科/

リハビリテーション科/放射線科/麻酔科/健康診断部/

勤労者脊椎・脊髄治療センター/治療就労両立支援部

