

使用溫泉之禁忌及注意事項：

1. 入浴前應先徹底洗淨身體。
2. 患有心臟病、肺病、高血壓、糖尿病及其他循環系統障礙等慢性疾病者，應依照醫師指示入浴。
3. 入浴前後應適量補充水分。
4. 入浴應依序足浴、半身浴、全身浴，浸泡高度不宜超過心臟。
5. 入浴後有任何不適，請即出浴並通知服務人員。
6. 長途跋涉、疲勞過度或劇烈運動後，宜稍作休息再入浴。
7. 患有傳染性疾病者禁止入浴。
8. 女性生理期間禁止入浴。
9. 禁止攜帶寵物入浴。
10. 孕婦、行動不便者、老人及兒童，應避免單獨一人入浴。
11. 酒醉、空腹及飽食後，不宜入浴。
12. 入浴時間一次不宜超過十五分鐘，總時間不宜超過一小時。
13. 出浴後不宜直接進入烤箱。

Please follow these guidelines when using the hot spring baths:

1. Bathers should thoroughly wash their body before entering the hot spring bath.
2. People suffering from chronic disease, such as heart disease, lung disease, high blood pressure, diabetes, and other obstructions of the circulatory system should enter the bath in accordance with a doctor's instructions.
3. Drink sufficient water before entering the bath.
4. When entering the hot spring, first immerse your feet, then the lower half of your body before slowly immersing your full body. It is inadvisable to be immersed in the hot spring above the heart.
5. Anyone suffering any discomfort while bathing should immediately leave the bath and inform the service personnel.
6. After a long-distance hike, excessive fatigue, or strenuous exercise, it is advisable to rest before entering the bath.
7. People suffering from contagious diseases may not enter the bath.
8. Women who are menstruating may not enter the bath.
9. Do not take any pet into the bath.
10. It is inadvisable for pregnant women, the handicapped, the elderly, and children to enter the bath(s) alone.
11. It is inadvisable to enter the bath when intoxicated, with an empty stomach, or after a filling meal.
12. It is inadvisable to be immersed in the hot spring for more than 15 minutes at a time or for more than one hour during each visit.
13. It is inadvisable to enter a sauna directly after taking a hot spring bath.

温泉ご利用の際の注意事項

1. 入浴前に体をきれいに洗いましょう。
2. 心臓病、肺病、高血圧、糖尿病及びその他慢性病等の持病のある方は、医師にご相談の上ご利用ください。
3. 入浴の前後は、水分を十分に補給してください。
4. 湯船に浸かる時は、足から下半身、全身の順にゆっくり入りましょう。心臓の高さを超えない入浴法が望ましいです。
5. 入浴中、体調不調を感じたら直ちに湯船から出て、係りの者に知らせてください。
6. 長時間の旅や激しい運動の直後、または疲労を感じている方は、十分に休憩を取ってからご入浴ください。
7. 伝染病ならびに感染の恐れのある皮膚疾病等、疾患のある方のご利用はお断り致します。
8. 生理中の方のご入浴はお断り致します。
9. ペットを連れてのご入浴はお断り致します。
10. 妊娠されている方や体が不自由な方、ご高齢者や小さなお子様の単独でのご入浴は、危険ですのでお控えください。
11. 飲酒されている方、また空腹時・食後のご入浴はご遠慮願います。
12. 温泉に浸かる時間は一回に長くても 15 分までとし、全体の入浴時間は 1 時間を越えないように気をつけましょう。
13. 入浴直後のサウナのご利用はお控えください。

온천 이용 시 주의사항

1. 샤워로 몸을 깨끗이 한 후 입욕하십시오.
2. 심장병, 폐질환, 고혈압, 당뇨병 및 기타 순환기 질환 등의 만성병 질환자는 의사에 지시에 따라 입욕하십시오.
3. 입욕 전과 후에 수분을 충분히 섭취하십시오.
4. 온천 이용 시 족욕, 반신욕, 전신욕의 순서로 입욕하며, 물의 수위는 심장 높이를 넘기지 않는 게 좋습니다.
5. 입욕 후 몸이 불편할 경우 즉시 탕에서 나와 직원에게 통보하시길 바랍니다.
6. 장시간 이동 직후나 과로 상태 혹은 격렬한 운동 후에는 잠시 휴식을 취한 후 입욕하십시오.
7. 전염성 질병 환자의 입욕을 금합니다.
8. 생리 기간 중 입욕을 금합니다.
9. 애완동물은 입욕을 금합니다.
10. 임산부, 거동 불편자, 노약자, 유아 및 어린이는 보호자와 동반하여 입욕하십시오.
11. 음주 후나 공복 시 혹은 만복 시에 곧바로 입욕하는 것은 좋지 않습니다.
12. 열탕에 15 분 이상 몸을 담그지 않도록 하고, 총 입욕 시간은 1 시간을 넘기지 않는 게 좋습니다.
13. 온천욕을 마친 후 바로 사우나실에 들어가지 않는 것이 좋습니다.