

ぬる湯

2026/07/15～9月末

ぬる湯とは・・・

32～38℃に設定したお風呂のこと。

当館では上記の期間中、露天風呂をぬる湯とし、38℃前後に設定致しております。

急激に体温を上げずに適度に体を温めながら、血液の循環を穏やかに促進するとのこと。

特に体温に近い 38 度前後のぬる湯は、お湯に浸かっていると熱くも冷たくも感じない不思議な感覚に陥ることがあり、『不感風呂』とも呼ばれています。

ぬる湯にゆっくりと浸かることで、微温熱が副交感神経に優位に働き、食欲増進や安眠、リラックス効果等が期待できると言われております。



ぬる湯で夏の温泉タイムをお楽しみください