

秋の夜長にじっくり季節湯

柚子湯のように、日本には昔から季節の自然のものを湯に入れる「季節湯」という入浴方法が伝えられています。夜が長くなってくるこの頃、秋の季節湯で身体を温めたり、香りでリラックスしながら、じっくり秋の夜長を楽しんでみてはいかがでしょうか。

秋の季節湯「菊湯」

「リュウノウギク（竜胆菊）」と呼ばれる白い野菊を使った季節湯です。この菊の葉や花には、血行を促進するカンフェン等の精油成分があり、身体の痛みを和らげる効果があります。保温効果も高く身体の芯から温まり、疲れをほぐすのにぴったりです。



菊湯の作り方

1 葉をつみ取り、陰干しにする。
(生のままでもよい)



2 布袋に約30gの葉を入れ、洗面器などの容器に入れる。

3 上から約2ℓの熱湯をかけ、15～20分ほど置く。

4 汁ごと風呂に入れ、よくかき混ぜる。

秋の季節湯「生姜湯」

昼夜の温度差が大きくなる季節、体調を崩してしまうことも。予防には、身体を温めてくれる生姜湯を試してみては。生姜に含まれるジンゲロールや精油成分ジンギベレンなどの成分は、食べると食欲増進や殺菌作用があり、お風呂に入れると血行を促進させてくれます。手軽に用意できるのもうれしいところ。



生姜湯の作り方

1 生の生姜1～2片分をすりおろすか、薄くスライスする。刻んでもOK。



2 すりおろした場合にはしづり汁をそのまま、スライスしたものは布袋（お茶パックでも可）に詰め、よく揉みながら浴槽に入れる。



季節湯の注意
アレルギーなどにより植物でかぶれた経験などがある方は事前にかかりつけの医師や薬剤師に確認してください。／皮膚に異常がある時は場合により症状が悪化する恐れがありますので、季節湯をおやめください。／かゆみや腫れなど異常を感じた時は、ただちに中止し、すぐに医療機関で診察を受けてください。／季節湯で、すぐに病気が治癒するものではありません。／熱湯を使用する場合にはヤケドに十分ご注意ください。／浴槽の素材や配管等を痛める場合もありますので、入浴後は、必ずお掃除をしてください。また定期的に追いだき循環口のフィルターや内部のお掃除も行ってください。

オススメ商品
キレイユ

キレイなお風呂でゆったり季節湯



秋の夜長にじっくりと季節湯をさらに楽しむのにピッタリなデザインが美しく、居心地のいいバスルーム。お掃除かんたんでキレイが続くだけでなく、浴槽保温材と保温組フタのダブル保温構造で省エネも実現。入浴時間の異なるご家族でも時間を気にせず季節湯を満喫できます。

ダブル保温の
サーモバスS



商品のお問合せは…



明日家デザイン工房

〒310-0851 茨城県水戸市千波町1487-1
Tel : 029-291-3900 Fax : 029-291-3901

(株) 明日家スタジオ