

研究室からちょっとひとこと 2022新春



よく眠れない

夜おしっこで
何度も起きてしまう

肌がカサカサに
かわいて、
粉をふいてくる

こんなお悩みは、すべて水素バスの水素温浴で解決できます！

水素バスでゆったりおやすみモードに

そんなお悩みの方は、水素バスの約30分（20分～1時間）の少しぬるめの温度のゆったり入浴で、水素を体のすみずみまで入れてください。「疲れがとれてスッキリ」「朝までぐっすり眠れるようになった!」「お肌がしっとりしてすべすべになった!」といった皆様の喜びのお声が次々と届いています。

このところ TV や新聞の広告に、「ぐっすり眠れるサプリ」の宣伝が目立ちます。原料は主にアミノ酸を主体としていますが、アミノ酸ならふだんの食事のお肉や魚、卵などのタンパク質から摂取すればいいことで、何も高

価なサプリメントから摂る必要はないと思います。それに睡眠障害の原因は主に「冷え」による血の巡りが悪くなっていることと、「ストレス」によって自律神経の調整がうまくいかなくなっていることにあります。

この2つを同時に解決できるのが、水素バスによる「水素温浴」です。水素バスから発生する水素ガス(H₂)は皮膚を透過し、約7分で全身の細胞に到達します。さらに体内のあちこちに拡散し、脳にも到達して自律神経の副交感神経（ゆったりおやすみモード）を優位にしてくれます。その結果、抹消血管の緊張がやわらぎ、血行がよくなります。

水素バスは体のサビを落とす美人の湯

「水素バス」は市販の入浴剤（粉末タイプ・液体タイプ）とは全く違います。市販の入浴剤は、原料が化学物質で作られています。パッケージに天然成分配合と書かれているものもありますが、よく成分を調べると1%も入っていないものがほとんどです。ほぼ例外なく化学物質の塊です。

一方、水素バスはお湯の中で純度99%以上の水素ガス(H₂)だけが発生します。ここがまったく違うところです。水素が溶け込んだお湯は、「還元型」になります。（普通のさら湯は還元電位計で測ると、+500mvですが、水素バスをいれると5分で-200mvの「還元型」に変わります。）市販の入浴剤は「酸化型」のままです。

体は酸化（サビ）によって老化していきます。毎日の水素浴によって、体のサビをとることは大切なことです。

また、お風呂お湯の残留塩素も水素バスをいれると消え、やさしい弱アルカリ性のお湯に変わります。水素バスが美人づくりの湯といわれる所以です。

水素バスはお湯そのものに何かを溶かすわけではないので、追い焚きも可能ですし、風呂釜をきれいにしてくれます。よくお客様より、「翌朝、今までお風呂のお湯が嫌なおいだったけれど、全然なくなった!」というお声もいただいています。

毎日の入浴習慣は世界で日本だけのことです。その大切な入浴の時間を、健康のためにも水素温浴で楽しんでください。朝までぐっすり眠れます！