

Nihon House Hotel & Resort



ホテル森の風 鶯宿

HOTEL MORI NO KAZE OUSHUKU
호텔 모리노카제 오슈쿠
森之風鶯宿飯店
森之风莺宿酒店



ホテル森の風 立山

HOTEL MORI NO KAZE TATEYAMA
호텔 모리노카제 다테야마
森之風立山飯店
森之风立山酒店



ホテル森の風 那須

HOTEL MORI NO KAZE NASU
호텔 모리노카제 나스
森之風那須飯店
森之风那须酒店



ホテル四季の館 那須

HOTEL SHIKI NO YAKATA NASU
호텔 시키노야카타 나스
四季之館那須飯店
四季之馆那须酒店



ホテル四季の館 箱根芦ノ湖

HOTEL SHIKI NO YAKATA HAKONE-ASHINOKO
호텔 시키노야카타 하코네 아시노코
四季之館箱根蘆之湖飯店
四季之馆箱根芦之湖酒店



ホテル森の風 箱根仙石原

HOTEL MORI NO KAZE HAKONE SENGOKUHARA
호텔 모리노카제 하코네 센고쿠하라
森之風箱根仙石原飯店
森之风箱根仙石原酒店



Nihon House Hotel & Resort



日本ハウス・ホテル&リゾート 温泉の楽しみ方

How to Enjoy Hot Springs 온천을 즐기는 방법
溫泉的享受方法 溫泉的享受方法

自然の温泉は温度に変化があります。熱い・ぬるい と感じた場合はフロントにお申し付けください。

Natural hot springs may change in temperature. If you feel too hot or not hot enough, please ask at the front desk.

천연 온천은 온도의 변화가 있습니다. 뜨겁거나 미지근하다고 느끼실 경우에는 프런트에 말씀해 주십시오.

天然温泉の温度各不相同。如果您感觉到热或者不够热，请告知服务台。

天然溫泉的溫度各不相同。如果您感覺到熱或者不夠熱，請告知服務台。



温泉の効果

Hot Spring Effects 온천의 효과 温泉的效果 温泉的效果

●美肌

温泉に含まれる天然成分には保湿効果を高め美肌効果が期待できます。

Beautiful Skin: With the hot spring's natural ingredients, you can expect more moisturizing effects and skin beautification.

피부 미용: 온천에 함유된 천연성분은 보습 효과를 높여 피부 미용 효과를 기대할 수 있습니다.

美肌: 温泉中含有的天然成分能够提升保湿效果,可期待获得美肌效果。

美肌: 温泉中含有的天然成分能够提升保湿效果,可期待获得美肌效果。



●冷え性

血行が促進され冷え性にも効果が期待できます。

Cold Sensitivity: You can also expect effectiveness with cold sensitivity, which promotes blood circulation.

냉한 체질: 혈액순환이 촉진되어 냉한 체질을 개선하는 효과를 기대할 수 있습니다.

寒症: 促進血液循環,也可期待對寒症富有效果。

寒症: 促进血液循环,也可期待对寒症富有效果。

●快眠・疲労回復

手・足や末端をよく暖めることで副交感神経が刺激され効果が期待できます。

Good Sleep and Exhaustion Recovery: Warming your hands, feet, and their tips creates a stimulating effect on your parasympathetic nerve.

쾌적한 수면과 피로회복: 손과 발, 그리고 말초를 따뜻하게 함으로 부교감 신경이 자극되어 효과를 기대할 수 있습니다.

熟睡・恢復疲労: 透過充分溫暖手脚和末端,刺激副交感神經,可期待獲得效果。

熟睡・恢復疲労: 通过充分温暖手脚和末端,刺激副交感神经,可期待获得效果。



●温泉の成分はシャワーで流すの?

肌の弱い人は軽く流すのが良いのですが、美肌効果や様々な効能を持った温泉成分はシャワーで流さない方が良いとされています。

Do you drain hot spring ingredients in the shower?: People with weak skin should drain the hot spring ingredients. However, it is better not to drain these ingredients, as they have skin beautification effects and various efficacies.

온천의 성분은 샤워로 씻어낼까?: 피부가 약한 사람은 가볍게 씻어내는 것이 좋지만 피부 미용이나 다양한 효능이 있는 온천 성분은 샤워로 씻어내지 않는 편이 좋다고 합니다.

温泉的成分要用淋浴冲洗掉嗎?: 對於肌膚脆弱的人士來說稍稍沖洗比較好,但一般認為具有美肌效果和各種功效的溫泉成分最好不要用淋浴沖洗掉。

温泉的成分要用淋浴冲洗掉嗎?: 对于肌肤脆弱的人士来说稍稍冲洗比较好,但一般认为具有美肌效果和各種功效的溫泉成分最好不要用淋浴沖洗掉。



健康な入浴法

Healthy Bathing 건강한 입욕법 健康的入浴方法 健康的入浴方法

●入浴前後に一杯ずつの水を飲む

入浴前後の適度の水分摂取は脱水症状を防ぎながら疲労回復、美容効果など様々な温泉効果を高めます。

Drink a cup of water before and after bathing: Suitable water intake before and after bathing heals exhaustion and prevents dehydration, and increases the hot spring effects, such as skin beautification.

입욕 전후로 한 잔씩 물을 마신다: 입욕 전후의 적당한 수분 섭취는 탈수증상을 방지하며 피로회복, 미용 효과 등 다양한 온천 효과를 높여줍니다.

入浴前後各喝一杯水: 入浴前後適度攝取水分能夠防止脫水症狀,並提高恢復疲勞、美容等各種溫泉效果。

入浴前後各喝一杯水: 入浴前後适度攝取水分能够防止脱水症狀,并提高恢復疲勞、美容等各種溫泉效果。



●かけ湯

汚れを落とすマナーだけではなく、足元など心臓の遠くから温泉の泉質に体を慣らす事が大切なことです。

Pouring Hot Water on Yourself: Removing dirt this way is not just good manners. It is also important for your body to get used to the hot spring's quality, including places far from your heart such as your legs.

입욕 전 몸 씻어내기: 더러움을 씻어내는 것은 매너일 뿐 아니라 발아래 쪽 등 심장에서 먼 부분부터 온천의 수질에 몸을 적응시키는 것이 중요합니다.

暖身浴(用温泉水澆淋身體): 這不僅是洗去污垢的禮儀,讓身體從腳等遠離心臟之處適應溫泉的泉質也很重要。

暖身浴(用温泉水澆淋身體): 這不僅是洗去污垢的禮儀,讓身體從腳等遠離心臟之處適應溫泉的泉質也很重要。

●半身浴で足のむくみを和らげる

全身浴ほど水圧がかからない分、身体への負担が少ない半身浴は、高血圧や心臓・肺の弱い方にもおすすめです。

Half Body Bathing Relieves Feet Swelling: With less water pressure than a full body bath, half body baths, which do not burden your body much, are recommended for people with high blood pressure, and people with weak hearts or lungs.

반신욕으로 다리의 붓기를 완화시키기: 전신욕에 비해 수압이 높지 않아 몸에 부담이 적은 반신욕은 고혈압이나 심장, 폐가 약한 분들에게도 추천합니다.

泡半身浴緩解腳部浮腫: 半身浴不像全身浴那樣承受水壓,相應地身體負擔小,也建議高血壓、心肺功能弱的人士泡半身浴。

泡半身浴緩解腳部浮腫: 半身浴不像全身浴那樣承受水壓,相應地身體負擔小,也建議高血壓、心肺功能弱的人士泡半身浴。



●なぜ頭にタオルをのせるの?

内湯や夏の露天風呂では冷たいタオルを頭に乘せると、のぼせ防止の役割となり、冬の露天風呂では熱いタオルを乗せて、立ちくらみを防止させる事ができます。

Why do you put a towel on your head?: In indoor baths and summer outdoor baths, putting a cold towel on the head prevents hot flashes. In winter outdoor baths, putting a hot towel on the head prevents lightheadedness.

왜 머리에 수건을 얹어두는가?: 실내탕이나 여름의 노천탕에서 차가운 수건을 머리 위에 얹어두면 피가 머리에 쏠리는 것을 방지할 수 있고, 겨울 노천탕에서는 뜨거운 수건을 얹어두면 일어섰을 때의 어지럼증을 방지할 수 있습니다.

為什麼把毛巾放在頭上?: 在室內浴池和夏天的露天浴池裡,將冷毛巾放在頭上,會起到防止血液衝到頭上的作用;在冬天的露天浴池裡,將熱毛巾放在頭上,可防止站起來時頭發暈。

為什麼把毛巾放在頭上?: 在室內浴池和夏天的露天浴池裡,將冷毛巾放在頭上,會起到防止血液衝到頭上的作用;在冬天的露天浴池裡,將熱毛巾放在頭上,可防止站起來時頭發暈。

