

松之山温泉の効能

松之山温泉の湯は日本三大薬湯と呼ばれ、14世紀からその効能が伝えられてきた。その効能は、水に含まれる高濃度の多様なミネラルに起因する。

日本の法律では、19種類のミネラルのうち1種類を十分に含んでいれば温泉として認められる。松之山温泉の泉質は、8つの基準値をクリアしており、そのうち抗真菌・抗菌作用のあるホウ酸の含有量は日本一である。また、リチウム、ストロンチウム、臭素、ヨウ素、フッ素、メタホウ酸、メタケイ酸といったミネラルも含まれており、特に皮膚病に効くと言われている。

また、この温泉は高張性であり、溶存ミネラルの濃度は身体内よりも高い。そのため、浸透圧の自然なプロセスによって、有益なミネラルが皮膚を通して体内に吸収されやすくなる。ただし、脱水作用もあるため、入浴者は水をたくさん飲むように勧められる。

地熱で温められた地下水を利用している日本の多くの温泉とは異なり、松之山温泉の源泉は約1200万年前、地殻変動によって地下に閉じ込められた海水で満たされている。現在では、塩分濃度が高いため、温泉のお湯に浸かると浮遊感があり、湯上り後の保温効果も高いと言われており、十日町の寒い冬にうれしい効能がある。