



入浴方法&マナーガイド

Proper Use of the Bath and Bathing Manner Guide

● 入浴说明及其注意事项 ● 入浴説明及其注意事項 ● 入浴 방법과 매너 가이드



入浴方法

Proper Use of the Bath ● 入浴说明 ● 入浴説明 ● 入浴 방법

正しい入浴方法で、上手にお風呂を楽しみましょう。

- Follow the recommended procedures for your enjoyment of the bath. ● 掌握正确的洗浴方法、充分地享受泉水浴。
- 掌握正確的洗浴方法、充分地享受泉水浴。 ● 올바른 입욕 방법으로 능숙하게 목욕을 즐겨봅시다.

最初は3~10分程度に慣れるに従って延長していきましょう

Limit initial bathing duration to 3-10 minutes. This can be extended as you become used to the water.

开始时3~10分钟左右, 习惯以后再延长时间
開始時3~10分鐘左右, 習慣以後再延長時間
처음에는 3~10 분 정도로 익숙해 지에 따라 연장해 나갑니다.



入浴中は安静に(運動入浴は除く)

Except for exercising, remain calm at all times while in the bath.

在浴池中不要走动(运动浴除外)
在浴池中不要走動(運動浴除外)
목욕중은 안정하게 (운동을 위한 목욕은 제외)



熱いお湯に急に入るのはダメ!

It is dangerous to immediately enter hot water. Enter the bath slowly.

不試水温就入池, 不可!
不試水温就入池, 不可!
뜨거운 물에 갑자기 뛰어 들어가서는 안돼요!



熱いお湯に注意! 心臓病・高血圧症・動脈硬化の方は熱いお風呂に入らない

People who have heart problems, high blood pressure and arteriosclerosis should not enter the hot bath.

注意水温! 心脏病、高血压、动脉硬化症患者要避免水温过高
注意水温! 心臟病、高血壓、動脈硬化症患者要避免水温過高
뜨거운 물에 주의! 심장병·고혈압·동맥경화인 분들은 뜨거운 욕조에 들어 가지 말기



入浴後は湯冷めしないように注意し安静を保ちましょう

Rest and avoid becoming chilled after taking a bath.

出浴后不要走动, 以免着凉
出浴后不要走動, 以免著涼
목욕 후에는 몸이 식어지지 않도록 주의하며 안정을 유지합니다.



高齢者や体の弱い方は一人で入浴せず、付き添いを

It is recommended that, while bathing, a friend or family member accompany people who are advanced in years and those who are not in good health.

高齢者以及体弱者不要独自洗浴, 最好有人陪同
高齢者以及體弱者不要獨自洗浴, 最好有人陪同
고령자나 몸이 약한 사람은 혼자서 목욕하지 마시고 도움을 받기를



食事の直前・直後、運動の直後、体調の悪いときは入浴を控えましょう

Do not bathe immediately before or after meals, immediately after exercising, or when not feeling well.

飯時之前、剛吃过饭、刚做完运动、身体不适时, 最好避免入浴
飯時之前、剛吃過飯、剛做完運動、身體不適時, 最好避免入浴
식사 직전·직후, 또한 운동 직후, 컨디션이 나쁠 때는 목욕을 삼가합니다.



マナーを守って、お風呂を楽しみましょう。

- For everyone's enjoyment, please observe the following manners:
- 遵守規矩, 享受泉水浴。● 遵守規矩, 享受泉水浴。● 매너를 지켜 목욕을 즐겨 봅시다.

入浴前に かけ湯をしたり、 体を洗いましょう

Pour water over your body or wash your body using body soap and then rinse thoroughly prior to entering into the bath.

入浴前请用淋浴将身体洗净
入浴前请用淋浴将身体洗净
목욕 전에 따뜻한 물을 끼이거나 몸을 씻읍시다.



シャワーを使う時は 隣や後ろの人に お湯がかからないように 注意しましょう

While taking a shower, be considerate not to splash others nearby.

淋浴时不要让水溅到他人身上
淋浴时不要让水溅到他人身上
샤워를 사용할 때는 옆 사람에게 물이 닿지 않도록 주의합니다.



長い髪は ゴム等でまとめて 入浴しましょう

People with long hair should put their hair up or bind it with something such as a rubber band.

长发用皮筋兒等绑起来再进入浴池
長髮用皮筋兒等绑起来再進入浴池
긴 머리는 고무등으로 묶어서 들어 갑시다.



湯船をひとりじめ しないように しましょう!

The bath is not for the exclusive use of one person or one group. Always be considerate of others.

不要长时间独霸浴池!
不要長時間獨霸浴池!
목욕통을 독차지 하지 않도록 합시다!



湯船にタオルを つけないように しましょう!

Do not put your towel in the bath.

在浴池中不要使用毛巾!
在浴池中不要使用毛巾!
욕조에 수건을 넣지 않도록 합시다!



サウナは 身体を拭いてから 入りましょう!

Dry your body before getting into the sauna.

桑拿浴要将身体擦干再入内!
桑拿浴要将身體擦幹再入內!
사우나는 몸을 닦고 들어 갑시다!



小さなお子さまを 遊ばせないように しましょう!

Do not allow children to play on the premises.

不要让年幼的孩子随处玩耍!
不要讓年幼的孩子隨處玩耍!
어린 아이들이 자유로이 놀지 않도록 합시다!



入浴中やサウナ内では 大きな声を出さない ようにしましょう

Do not be loud anywhere in the bath or sauna.

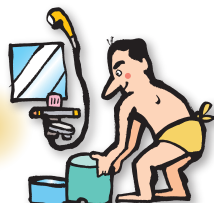
入浴以及桑拿时不要大声喧哗
入浴以及桑拿時不要大聲喧嘩
목욕중이나 사우나에서 큰 소리를 내지 않도록 합시다.



洗面器・椅子など 使ったものは もとに戻しましょう

After use, return the wash basin and stools to their proper original location.

臉盆、小凳子等用過之後要放回原處
臉盆、小凳子等用過之後要放回原處
세면대, 의자 등 사용한 물건들은 원래 있는 곳으로 돌려줍니다.



脱衣所に戻る時には タオルで身体を 拭きましょう

After taking a bath, dry your body lightly with a towel in the bathroom before proceeding to the changing room.

去脱衣处时要用毛巾将身体擦干
去脫衣處時要用毛巾將身體擦幹
탈의실로 돌아 갈 때에는 수건으로 몸을 닦아서 나갑시다.

