

※写真はイメージです

身体いたわる、
季節の湯。

ぬる湯

ぬる湯とは36～38度ほどに設定したお風呂のこと。

ぬる湯にゆっくりと長く浸かることで微温熱が副交感神経に優位に働き、
食欲増進、安眠、リラックス効果などが
期待できるといわれています。

極楽湯
ごくらくゆ