

サウナ・水風呂を利用の際の注意事項



飲酒されているお客様は、
サウナへの入浴は避けてください。



メガネ・ピアス・ネックレス・指輪など
貴金属類を持ち込まないでください。
変形や火傷の恐れがあります。



サウナへの可燃物（新聞・雑誌・タバコ等）の
持込は、禁止です。



サウナストーブの中に物を投げ込んだり、
水を掛けたりしないでください。発火の恐れがあります。



心筋梗塞・うっ血性心不全・急性感染症・
重度の高血圧症、出血性疾患・妊娠中・
生理中の方はご遠慮願います。



水風呂（プール）は心臓病、腎臓病、高血圧等の方は、
ご遠慮願います。



サウナの入浴後、シャワーで汗を流してから、水風呂（プール）へ
入水してください。
シャワーご利用の際、心臓の遠いところから順番に
掛け水をされるなど、無理のない範囲でご利用ください。



サウナ入浴後の、水風呂（プール）への入水は心臓から遠い部分、
足先から入水し、肩までゆっくり時間をかけて入水してください。



サウナ入浴後、体温が高い状態での、水風呂（プール）への
飛び込みは禁止です。
急激な体温変化でヒートショックを引き起こす危険があります。



入浴前後はしっかりと水分補給をしてください。

#nakedinc #ネイキッドインク

NAKED
SAUNA & SPA

五感で楽しむサウナ&スパ