



# 三朝溫泉的風格

## 미사사 온천의 방식

### 流傳至今的傳統沐浴禮儀

현재로 이어져 온 전통 목욕법

自古以來三朝溫泉療愈人們的身心。從山岳信仰的思想，誕生了「往三德山修行之前要在三朝溫泉沐浴，洗淨身體和心靈」這一連串的禮儀。

오래전부터 사람들의 몸을 치유해 온 미사사 온천. 산악신앙의 개념에서 "미토쿠산 수행 전에 미사사 온천에 몸을 담가 몸과 마음을 깨끗이 한다"라는 일련의 관습이 생겼습니다.

#### 三朝溫泉的傳統沐浴禮儀

미사사 온천의 전통적인 목욕법



1

#### 在三朝溫泉洗淨身體

미사사 온천에서 몸을 깨끗이 한다



2

#### 登上三德山祈禱

미토쿠산에 올라 기도를 드린다



3

#### 在三朝溫泉消除疲勞

미사사 온천에서 피로를 푼다

## 以三種方法吸取氦氣

세 가지 방법으로 라돈을 흡수하자

### 吸

들이마시다

透過鼻子、嘴巴等呼吸器官從肺部吸取。

코·입 등의 호흡기로 폐로부터 받아들입니다.



### 喝

마시다

喝含有氦的水，從消化器官吸取。

라돈 함유의 물을 마셔서 소화기로부터 받아들입니다



### 泡

담그다

從全身的皮膚(毛孔)直接吸取

온몸의 피부(모공)로 직접 받아들입니다



## 所謂氦 라돈이란

氦是自然界存在的物質中擁有最強離子化作用的氣體。據稱當人體的組織吸收了適量的氦，它會促進新陳代謝，並有提高免疫力和痊癒力的效果。

자연계에 존재하는 물질 중에서 가장 강력한 이온화 작용을 가지고 있으며, 라돈의 적당량이 인간의 조직에 흡수되면 신진대사를 촉진하여 면역력과 치유력을 높이는 효과가 있다고 합니다.



# 一般的溫泉沐浴禮儀

## 일반적인 온천 목욕 매너



### 1 請務必先沖洗身體。

반드시 탕에 들어가기 전에 샤워를 합니다.



請不要穿著內衣或包著毛巾進入浴池。

속옷이나 수건을 두른 채로 탕에 들어가지 마시기 바랍니다.

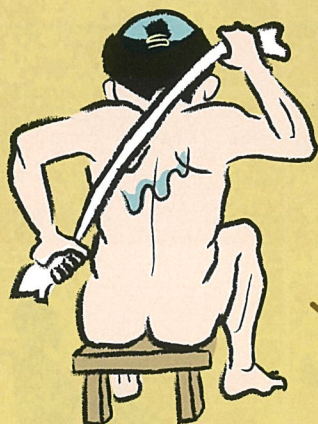
### 2 浸泡在浴池裡放鬆身心。

온천탕에 몸을 담그고 피로를 풁니다.



完全沖掉肥皂和洗髮精的泡沫後再進入浴池。

비누·샴푸 거품은 깨끗이 씻어내고 탕에 들어가도록 합니다.



### 3 在沖洗處洗身體和頭髮。

탕 밖으로 나와 머리와 몸을 씻습니다.



請不要跳進浴池或在浴池中游泳。

탕에 뛰어들거나 헤엄치지 마시기 바랍니다.

### 4 再次進入浴池浸泡一下。

다시 탕에 들어갑니다.



請不要在浴室洗衣服。

세탁하지 마시기 바랍니다.

請不要把食物帶進浴室。

욕실에 음식물을 가지고 들어가지 마시기 바랍니다.