

A

天然アルカリ温泉水 99 のある暮らし

99 magazine

Onsen-sui 99: Hot spring water for beauty, health, and delicious cooking. This is an informational magazine dedicated to helping you lead a richer, more beautiful life every day.

特集 温泉水 99 のかごしま探訪

霧島市・霧島神水峡を訪ねて

春の薬膳 温泉水 99 レシピ ~新玉ねぎ~

健康コラム：その不調、寒暖差のせい？

Vol.2
March & April
2026
春号

お便り・ご感想大募集!読者プレゼント企画!

応募締切
2026年
5月10日(日)
23:59まで
当日消印有効

お声投稿で豪華賞品が当たる!

A賞 1組 数寄の宿 野鶴亭 本館客室 ※シャワーブース付き
1泊2日ペア宿泊券

800年の歴史を持つ日当山温泉。和の情緒溢れる数寄屋造りの宿。

西郷隆盛も愛した、日当山温泉郷に佇む数寄屋造りの温泉宿。和の意匠が光る客室で、和と美が追求された癒しのひとときをお過ごしください。

※本券は素泊まり専用です。お食事代は含まれておりません。
※食事をご希望の際は予約時にお申し込みください。(別途料金にて承ります。)




【景品の注意事項】本券は1泊2日ご利用になります。本券は1枚で2名様(1回限り)でご利用いただけます。本券のご利用希望日が満室の場合や、施設の定める利用除外日はご希望に添えない場合がございますので何卒ご了承くださいませ。なお利用除外日に関しては施設へ直接お問い合わせ下さい。空室確認についてはホテルホームページからも確認出来ます。【お食事についてのご案内】本券は素泊まり専用です。お食事代は含まれておりません。食事をご希望の際は、予約時にお申し込みください。(追加料金にて承ります。)

B賞 5名 温泉水99配合 無添加スキンケア NUCCA+フルライン3点セット

温泉水99から生まれ、日本の自然の力を活かした無添加スキンケア(NUCCA+(ヌッカプラス))の、クレンジングジェル・ローション・セラムのフルライン3点セットをプレゼント。

NUCCA+について



- 1 ハガキまたは下記 WEB応募フォームより応募ください。
- 2 お声・お名前・電話番号・年代・ご住所・メールアドレス 上記の必須項目をご記入ください。
- 3 ハガキでお申し込みの方はポストへ投函ください。WEBからお申し込みの方は送信ボタンをクリックしてください。

【プレゼント方法】ご応募はお一人様1回限りとなります。厳正なる抽選の上、当選メール・賞品の発送をもって発表に代えさせていただきます。当選者には、ハガキまたはフォームにいただいたメールアドレス宛に当選の旨をご連絡します。当選者への商品の発送は2026年5月下旬~6月中旬頃を予定しています。当選者の住所・転居先が不明、または不在票投入後ご連絡がなく賞品が当社に返送された場合などで賞品をお届けできない場合は、当選を無効とさせていただきます。※当選の権利の譲渡、売却はできません。

わたしのそばに、自然の恵み

エスオーシー株式会社 〒891-2112 鹿児島県垂水市本城3908-5

お声をご投稿いただくと豪華プレゼントが当たる!

A賞 1組 数寄の宿 野鶴亭 本館客室 ※シャワーブース付き
1泊2日ペア宿泊券

B賞 5名 温泉水99配合 無添加スキンケア NUCCA+ ヌッカ プラス フルライン3点セット




【景品の注意事項】(数寄の宿 野鶴亭ペア宿泊券)本券は1泊2日ご利用になります。本券は1枚で2名様(1回限り)でご利用いただけます。本券のご利用希望日が満室の場合や、施設の定める利用除外日はご希望に添えない場合がございますので何卒ご了承くださいませ。なお利用除外日に関しては施設へ直接お問い合わせ下さい。空室確認についてはホテルホームページからも確認出来ます。【お食事についてのご案内】本券は素泊まり専用です。お食事代は含まれておりません。食事をご希望の際は、予約時にお申し込みください。(追加料金にて承ります。)

キャンペーン期間
2026年
5月10日(日)
23:59まで
当日消印有効

抽選プレゼント 応募方法 How to apply for the campaign

①右のハガキまたは以下のWEBフォームより応募ください。

WEB応募フォーム

②お声・お名前・電話番号・年代・ご住所・メールアドレス等の上記の必須項目をご記入ください。

③ハガキでお申し込みの方はポストへ投函ください。WEB申し込みの方は送信ボタンをクリックしてください。

応募締切
2026/5/10(日)
当日消印有効/23:59まで

プレゼント方法

ご応募はお一人様1回限りとなります。厳正なる抽選の上、当選メール・賞品の発送をもって発表に代えさせていただきます。当選者には、ハガキまたはフォームにいただいたメールアドレス宛に当選の旨をご連絡します。当選者への商品の発送は2026年5月下旬~6月中旬頃を予定しています。当選者の住所・転居先が不明、または不在票投入後ご連絡がなく賞品が当社に返送された場合などで賞品をお届けできない場合は、当選を無効とさせていただきます。

お声投稿ハガキ ~お便り・ご感想など自由にお寄せください~

エスオーシーでは毎号、皆さまからのお声を募集しております。「温泉水99」を使ってみて感じたことや、今号のご感想、日々の暮らしの中での小さな出来事、趣味のお話、どんな内容でもかまいません。どうぞお気軽にお声をお寄せください!

お買い上げ商品 温泉水99 ・ それ以外()

わたしのそばに、自然の恵み

エスオーシー株式会社 〒891-2112 鹿児島県垂水市本城3908-5

西郷隆盛が湯治に訪れた宿で 明治維新の時代へ

多くの温泉地を愛したことで知られる西郷隆盛。日当山温泉を訪れた際、たびたび滞在したとされる「龍宝家」を資料に基づき忠実に復元したのが、「西郷どんの宿」です。畳の間に座わり日本庭園を眺めていると、まるで幕末にタイムスリップしたような情景を感じることができるのが「西郷どんの宿」の最大の魅力です。宿のすぐそばには無料で利用できる足湯があり、気軽に温泉気分を味わえます。



日当山西郷どん村 ひなたやませごんむら
鹿児島県霧島市隼人町内1487-1
TEL0995-42-5880
営業時間/9:00~17:30 入場料無料
西郷どんの宿、足湯休業日/年末年始

「西郷どんの宿」で歴史散策を楽しんだ後は、敷地内にあるレストラン「日当山無垢食堂」と物産館へ。ここは霧島の「食」の豊かさを五感で楽しめるスポットです。
地元客も多く訪れる、レストラン「日当山無垢食堂」のランチは、体に嬉しい「汁三菜」スタイル。その日の気分に合わせて献立をカスタマイズできるのも、嬉しいポイント。メイン料理は3種類から、副菜も数種類ある中から好きなものを選びます。ずらりと並んだ



新鮮な野菜や地元の加工品、鹿児島ならではの特産品が豊富



目の前に並ぶ食材を選ぶのも、楽しみのひとつ

お惣菜を前に「どれにしよう?」と迷うのも楽しい時間。中でも一番人気は、大きくてジューシーな唐揚げ。自分好みの組み合わせで作る定食は、お腹も心も満たしてくれます。
食後は併設の物産館も要チェック。霧島の農家さんが育てた採れたて野菜や、昔ながらの製法で作られた調味料、手作りのお惣菜などが所狭しと並びます。旅のお土産にはもちろん、夕飯のプラス一品など普段使いにもぴったり。霧島の「おいしい逸品」を持ち帰ってみませんか。



唐揚げがメインの「汁三菜」



日当山無垢食堂 ひなたやまごころ
鹿児島県霧島市隼人町内1487-1
TEL0995-56-8615
レストラン/11:00~14:30(ラストオーダー14:00)
物産館/9:00~17:30
定休日: レストラン、物産館ともに第一水曜日



今回のレシピ
鯛のポワレと
新玉ねぎの
スープは立て

春の薬膳 温泉水99レシピ

素材の旨みを引き出す超軟水の温泉水99と旬の薬膳食材で、あなたの健康と美容を育むレシピをお届けします。

3・4月の食材 新玉ねぎ



春は気が上がりやすい季節。新玉ねぎで巡りを整え、香り豊かな薬味で心身もリフレッシュ。



レシピ監修 薬膳料理教室主宰 堀之内 夕子さん
薬膳料理教室やお香セラピストの主宰者として食と香りの両面から美容と健康をサポートしている。調香師、香薬膳、香辛料アドバイザー

材料(2人分)

- 温泉水99 800ml(4カップ)
- 鯛の切り身 約200g(2切れ)
- 新玉ねぎ 1/2個(100g)
- じゃがいも 1個(150g)
- コンソメキューブ... 1/2個
- オリーブオイル..... 大さじ2
- 酒 大さじ1
- ローリエ 1/2枚
- 粗塩 小さじ1と1/4
- 黒こしょう 少々
- タリアンパセリ 適量
- レモンの皮 少々

付け合わせ

- バケット 4枚

作り方

- 鯛に軽く塩・こしょう・酒をふり、10分ほど置く。出てきた水分をキッチンペーパーで拭き取る。皮目がある場合は、焼いたときにパリッと仕上がるよう、皮に浅く切れ込みを入れておく。
- 新玉ねぎは薄切り、じゃがいもは皮をむいて1.5~2cm角に切り、水にさらす。
- 鍋にオリーブオイル大さじ1を入れて熱し、玉ねぎとじゃがいもを中火で炒める。全体がしんなりしたら、温泉水、コンソメ、ローリエを加える。中弱火にして、20~30分煮込む。
- 別のフライパンにオリーブオイル大さじ1を熱し、鯛を皮目から中火で焼く。皮がこんがりパリッとしたら裏返し、弱火にして中まで火を通す。
- スープを温め直し、塩・黒こしょうで味を調える。器に注ぎ、中央に鯛のポワレを乗せ、刻んだタリアンパセリとレモンの皮を散らし、香りよく仕上げる。



温泉水99 湯けむり紀行 鹿児島温泉めぐり Vol.2 日当山編

弱アルカリ炭酸水素塩温泉 数寄の宿 野鶴亭



Information

数寄の宿 野鶴亭
鹿児島県霧島市単人町東郷1丁目8
TEL 0995-42-6400
泉質：弱アルカリ炭酸水素塩温泉
効能：神経痛・筋肉痛・関節痛・五十肩・運動麻痺・関節のこばり・うちみ

公式サイトはこちらから
<https://yakakutei.com/>



日本一の鹿児島黒などを使用した懐石料理

明治の英雄たちも愛した名湯と日本庭園に癒やされる
鹿児島県・霧島市に佇む日当山温泉は、800年以上の歴史を誇る名湯。西郷隆盛や坂本龍馬などの明治維新の英雄に愛されたとも言われる温泉地です。
「数寄の宿野鶴亭」は、情緒あふれる日本庭園と源泉かけ流しの湯を心ゆくまで堪能できる、贅沢な空間が特徴の温泉宿です。地下深くから汲み上げられる源泉は、とろりとした肌触りで「美人の湯」としても知られる弱アルカリ炭酸水素塩温泉。庭園と一体となった大浴場では、昼は木漏れ日の中で、夜は幻想的な灯りと星空を眺めながら。歴史ある名湯と数寄屋造りの静かな空間が心身共に喧騒からそつと解き放してくれます。

疲れが抜けない、眠れない、気持ちが沈む……

その不調、寒暖差のせい!?

この時期、何となく調子が上がらない……と感じることはありませんか？
それはあなたの問題ではなく、この季節特有の「寒暖差」が関係しているかもしれません。
季節の変化に負けない健康な体を保つための役立つ情報をお届けします。



気温差による自律神経の乱れで疲れが回復しにくい状態に



寒暖差に対応しようと血管が収縮・拡張を繰り返すことで、筋肉が緊張しやすくなります



気温差による自律神経の乱れで体がリラックスできず、睡眠の質が低下している可能性があります

まだある!

寒暖差疲労のよくある症状

気分が落ち込みやすくなる

自律神経の乱れが心のバランスにも影響し気分が沈みやすくなることも。

朝の顔にむくみを感じる

血流が悪くなると、水分代謝が滞ります。

手足だけが氷のように冷たい

気温の変化に自律神経が追いつかず、体温調節が誤作動しているサイン。

寒暖差による

自律神経の乱れ

春は寒暖差が大きくなりやすい季節です。体は気温の変化に対応しようと自律神経を頻繁に働かせるため、寒暖差が大きい日が続くと自律神経のバランスが乱れやすくなります。自律神経が乱れると血行不良を招き、

老廃物が排出されにくくなります。その結果、疲労感や頭痛・肩こり、寝つきの悪さなど、さまざまな不調が体に現れます。

春特有の不調を感じたときは寒暖差疲労の可能性も意識してみることが大切です。ぜひ、手軽にできる「寒暖差疲労を乗り切るケア」を取り入れて、春の寒暖差を乗り切りましょう。

寒暖差の影響で不調を感じるメカニズム

自律神経が乱れる

血行が悪くなる

倦怠感や頭痛、不眠

寒暖差疲労を乗り切るセルフケア

POINT01 首を温める

首には太い血管と自律神経が集っているため、首を温めることで全身の血流が改善し、自律神経の乱れを整えてくれることが期待できます。

首に蒸しタオルや温熱シートを貼る



タオルの首ストレッチで血流改善

タオルの両端を持ち、後頭部を包んでゆっくりと斜め上へ引き30秒。斜め下へタオルを引き30秒。

POINT02 体を温める食材

体を温める食材や発酵食品で腸内環境を整えるのがおすすめです。温かくして水分補給をするのも効果的です。



「香道」の世界



監修・香司 菟道竜門 堀之内 夕子さん

受け継がれる、日本の美意識 香りが導く向き合う時間

香道は、花道や茶道と並ぶ、日本古来の芸道のひとつです。香りを「嗅ぐ」のではなく、「聞く」と表現するのが大きな特徴で、そこには香りに心を澄ませ静かに向き合うという日本ならではの美意識が息づいています。

忙しい日々の合間に、ほんの数分。お気に入りの香を焚き、立ちのぼる香りにそっと意識を向け、深く息を整える。香りの移ろいや残り香を感じるうちに、心は自然と静まっていきます。香りと向き合うそのひとときが、日常に穏やかな安らぎをもたらす。香りと向きを整える時間へとつながっていくのです。

身近なものから始められる、キッチンにある「香りの素材」



緑茶・ほうじ茶を茶香炉(ちゃこうろ)で



柑橘類の皮を耐熱皿に乗せ、少し熱を加えて



シナモン・クローブを軽く砕いて置いておく



詳しくはココをチェック!



商品の投稿やお便りをお待ちしています!
#Onsensui99
#温泉水99

USER VOICE Vol.02 — お客様のお声紹介 —

知人に紹介されたのがきっかけですと定期購入しています。
食生活には欠かせない存在です!!
高山果は水も美味しいですが、温泉水99を定期購入する様になってからは水道水は飲んだ事が有りません。持には足りはくはて追加する事も(笑)
おゴミの運送便も大好きで時々注文して食べています。特にごま揚げが大好きです。危険なので食べ過ぎ注意です!!

富山県 コマメママ様

温泉水99。もう何年も前から定期購入しています。BOXタイプを月に4回買っていますが、一人暮らしなのでちよと良い量です。(たまたま足りなくなる時もあり) そのまゝ飲んだり、コーヒー・お茶を淹れたりお米の炊飯。また化粧水代わりに使っています。活用の幅が広いので、これからもずっと続けるつもりです!!

東京都 ふみら様

今年も師走にたります。温泉水を飲めだしてから何年経過するかしら。この年(72才)にたりますか。元気で過ごせるのは温泉水99のおかげでと思っています。夏は定期便だけでは足りず、何回か追加でお頼ました。冬は毎朝毎日かかさず飲んでます。来年も続けて飲みたいです。お礼が

愛知県 みち様

私の温泉水99との出会いは、産後大さかう5年が経ち産後と言えなくなってきた頃にジムに通いはじめ、身体への吸収率が良いお水を探求めこの温泉水99と巡り合いました。常温のお水が苦手な私もゴクゴク飲んで、今は18kgの減量に成功。プロテインももちろん温泉水99と溶かして飲んでます!カ、コイ身体になるためこれからはお世話になります!ちなみに5歳になる娘も自分でお水をコップにそいで飲むので飲んでいます。登園する際の水筒の中身も温泉水99がいいそうです。

大阪府 ぷぶちゃん様



@yuriko49様



@neko_musume様



@fu.emi12様

Editors note 編集後記

霧島神水峡の自然が作ったアートのような景色に感動し、日当山せごどん村へ。西郷さんも湯治で入ったという温泉の足湯にゆっくり浸かりながら、当時の情景や西郷さんの心に想いを馳せる贅沢な時間を過ごしました。無垢食堂でいただいた地元産の材料たっぷりの料理も、どこか懐かしくて心までほぐれるよう。そんな鹿児島の温かな恵みである温泉水を今月もお届けします。皆様の毎日が潤いに満ちますように。(福本)



SNS投稿

郵便はがき
891-2190
鹿兒島中央局 承認 1027
エスオーシー株式会社
Vol.2 お客様のお声投稿
プレゼントキャンペーン 行

フリガナ
お名前
年代
ご住所
メールアドレス
お客様のお声掲載可否
Vol.2 抽選プレゼント

個人情報の取り扱いについて
私たちエスオーシー株式会社は、お客さまからお預かりした個人情報を厳重に管理いたします。取得させていただいたお客さまの情報は、商品の発送やご確認、当社の情報のご提供などに限り使用し、お客さまの許可なく他の目的で使用することはありません。

※個人の感想です。使用感には個人差があります。※文章は薬機法により一部変更しております。