

# お知らせ

皆様、各種報道でご存じと思いますが、都内のサウナ施設において痛ましい事故が発生いたしました。

オアフクラブは、多摩川・若葉台両店ともサウナドアはラッチ（ロック機能）式ではなく、押しタイプのドアとなっております。

またサウナ内の緊急ブザーも、正しく作動することを確認済みです。

サウナのご利用にあたっては、気温やご自身の体調、疲労度等によりご利用時間を短くしてみたり、ご利用自体を控えるなど、その都度ご自身で確認をしてから、ご利用くださいますようお願いいたします。

## オアフクラブ

### ドライサウナの注意点！

汗がたくさん出て気持ちがいいんです・・・でも入りすぎは禁物！

- ・ サウナに入る際は、タオルを身体に巻いてから入るようにしてください。
- ・ 6分以上の継続入浴はお勧めできません。一旦外に出て汗を流してください。
- ・ サウナ内で横に寝そべったり、居眠りなどしないように注意してください。（居眠りをしている方には、声を掛け合ってください。ご協力お願いいたします。）
- ・ ストープの囲いに絶対にタオルを干したりしないでください。引火の危険がございます。
- ・ サウナから出たら、必ず水分補給を忘れずにしてください。

### CAUTION

- サウナでは、大量の発汗で水分が排出されますので、サウナを出たら、ゆっくりとこまめに水分補給をしてください。
- サウナは、発汗作用により血液の粘性が増し、脳梗塞等を引起す原因になるので、長く入りすぎないようにしましょう。
- サウナは、交感神経を刺激し、心臓への負担が大きくなり、心筋梗塞の原因にもなり得ます。長く入りすぎないようにしましょう。



気分が悪くなったらすぐにフロントまでご連絡ください