

浴中禁

大酒 飽食 房事 假寝 思慮 冷風座

浴準

凡一日に三五度弱人は二三度、強人は六七度、追日漸増て入湯すべし、先杓にて頭よりそ、ぎかけ、暫くして湯の中に入、乳を限りひたし、氣を静め、腰腹をあた、め、額に汗を催時、槽より揚り、四支を伸て浴衣を著、休臥する間、暫時ばかりなるべし、浴中若微痢もあり、小便濁あり、腹痛もあり、痞動して痛も有、訝事なかれ、日數を入りて効を知べし。

寶曆十二壬午季夏

石渡親由改梓

〔熱海温泉圖彙〕浴法 ゆあみのまかた

温泉に浴して病を治するは、藥を服するに異ず、ゆゑに其度になはざれば功を奏しがたし、初てゆあみする人、第一日は朝夕二度あつきとぬるきとは、心次第なれど、はじめはあまりあつきに入べからず、入んとする時、まづ顔をそ、ぎ、からだをしめし、さて湯に入りて、いたむ所ある人は、その所をもみなどして、總身あた、まりたる時湯をいで、からだをさばし、再びざつと入りてあがるべし、是を一度の入湯とする也、第二日は食前三度、第三日は食前三度、臥す時一度、第四日同じ、第五日は夜晝六度、ひる四度、第六日第七日同じ、右七日を一まはりといふ、一ト廻りにて病ひ動くもあり、湯の利たる也、次の一まはりにて病を療治し、又の一まはりにて病を補ひ、氣血をと、のひ、支體を健にす、

〔七湯菜一〕入方用捨の次第

宮根七湯は、悉く効驗ことにして、疾病によりて其恙るし各異なりといへども、大概は老少女を論せず、養生を主とし、潤身補益の温湯なり、腎を補ひ、筋骨肌膚を固し、脾胃をと、のへ、食をす