

水素の泡に包まれるリラックス体験

水素入浴習慣で  
毎日を美しく

カンタン 水素入浴習慣

Hydrogen-Bath

Re●●lax●●  
(リラックス)

入浴・半身浴・足浴兼用

電源不要

抜群の低コスト



カンタンお湯に沈めるだけで  
入浴・足浴等に



株式会社 オペス

# 水素のチカラ

## 究極の抗酸化(還元)物質

### 病気・老化の根本原因は「カラダの酸化(錆び)」 「還元」こそが 健康・美容・若返りのコツ！

私たちの身体の中では日々“酸化”と“還元”反応が行われていますが、病気・老化は“酸化”が原因で起こると考えられ、「いかに酸化を抑えるか=還元力のあるものを摂り込むか」が“健康・美容・若返り”の最も重要なポイントとなります。



### 老化・若返りのキーワードは「水素(H)」

活性酸素による細胞の損傷を守ってくれるのが“水素(H)”です。人は歳をとるにつれ「細胞から水分が減り、同時に水素の貯蔵が枯渇」していきます。従って、健康で若返るため最も重要なことは、体内にたくさん水素を供給してあげることなのです！体内に水素を摂りこむと、水素が悪玉活性酸素とくっつき、水にし、尿や汗となって体外に排出されます。このため悪玉活性酸素を減らすことができます。この効果が「水素が体に良い」といわれる理由です。

活性酸素と脂質が結合することにより、メラニン色素が増加し、シミやくすみの原因となります。水素が活性酸素を除去することで、シミ・そばかす・くすみ・くまの改善が期待できます。また、紫外線から皮膚細胞を保護する働きもあり、シワの増加抑制も期待できます。さらに毛髪にも作用し、髪の毛にツヤ感・サラサラ感・ボリューム感を与えます。



### 美容と健康と老化防止(アンチエイジング)！

- アトピー、肘・膝の関節炎、リウマチ性関節炎の効果に期待
- 体温アップが長時間持続でき免疫力もアップ
- ヒートショックプロテイン効果～がん予防
- 抗酸化作用により身体の錆び防止効果～抗老化
- 皮膚/毛髪によい～肌がスベスベ美肌/髪がサラサラ美毛
- ストレス軽減
- 脂肪燃焼作用
- 皮膚のかゆみの改善

## 水素の基礎知識

### ■ 悪質な悪玉活性酸素「ヒドロキシルラジカル」のみを 選択的に除去

ビタミンEは抗酸化物質として有名ですが、抗酸化力が強すぎるため活性酸素であるスーパーオキシドと過酸化水素をも除去してしまいます。

これに対して水素は、悪玉活性酸素「ヒドロキシルラジカル」のみを選択的に除去してくれます。



### ■ 水素だけが水にも油にも溶ける 唯一の抗酸化物質

細胞は細胞膜で周囲を覆われておりその中に水分が内包されています。従ってビタミンEでは細胞膜を通過しても細胞の内部に入れないしポリフェノールでは、まず細胞膜を通過することができません。

これに対して水素は、いとも簡単に細胞の内部に入ることができ内部のミトコンドリア・核にまで達することができるため遺伝子/DNAを守る・修復することができるのです。

### ■ 弱酸性の水がアルカリ性へ

水素水の濃度に関しては約0.4ppm(4,000ppb)までが効果と水素濃度に密接的な関わり合いがあるといわれています。水道水のお湯は弱酸性ですが水素が解けたお湯はアルカリ性になっています。



※酸塩基指示薬をしみこませた試験紙を溶液に浸し、変化した色からその水素イオン濃度を知ることができます。Ph0~6が酸性、ph7が中性、ph8~14がアルカリ性で示されます。

### ■ 摂取する水素量の目安は 1日あたり 2.0mg



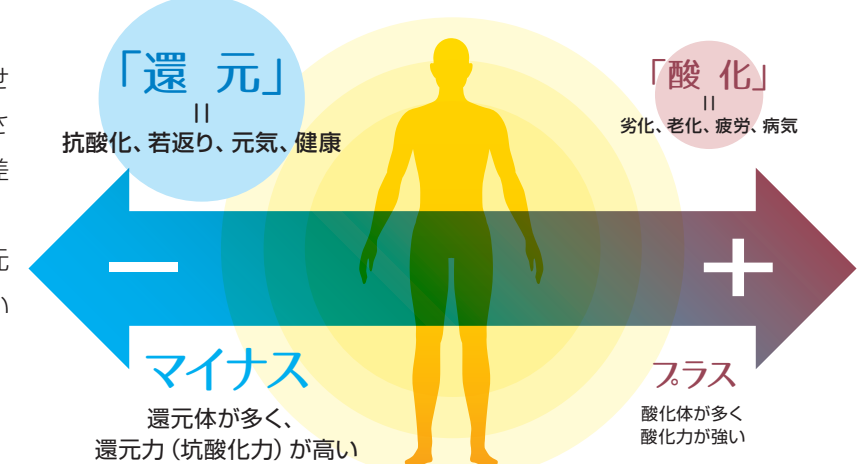
最も効果的な水素摂取量は1日当たり2.0mgです。2.0mgという量は、1.0ppmの水素豊富水2ℓに相当します。

水素を取り入れるうえで重要なのは「どのくらいの量の“水素”を摂取したか」です。そのため、1日の摂取量の目安は水素水の濃度によって変わります。低濃度の水素水であれば多くの量を飲まないと必要な水素量を摂取できません。逆に高濃度の水素水であれば少量飲むだけで必要な水素量を摂取できます。

### ■ 水素を取り込むことによる効力 酸化還元電位(ORP値・mV)

酸化還元電位とは、酸化させる力(酸化体の活量)と還元させる力(還元体の活量)との差を電位差で表したものです。

マイナスの値が高いと還元体が多いため、還元力が強いということになります。





# 水素入浴習慣「Re·lax」は もっとも効率的な 水素吸収方法



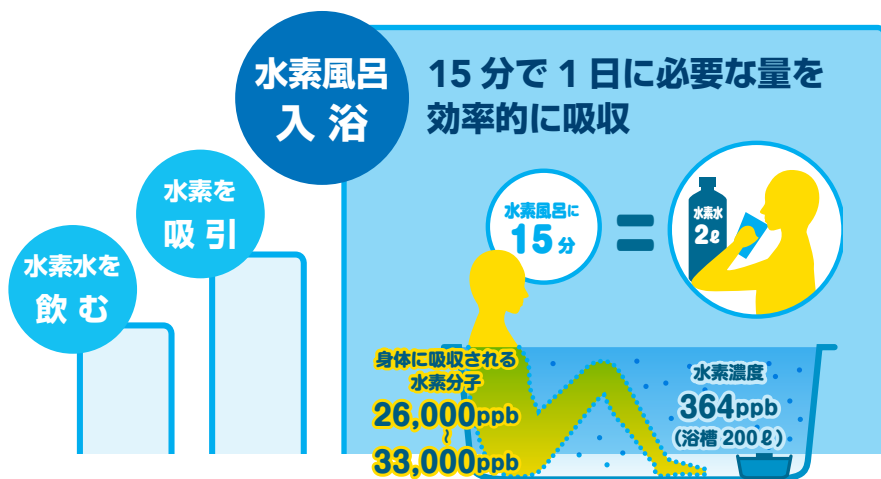
「水素風呂入浴」という手法は、水素をカラダに取り込むのにとっても効率的な方法です。「Re·lax」の水素風呂に15分程度につかれば、水素水約2ℓ以上を1日かけて飲んだのと同量の水素をカラダの隅々まで効率的に取り込むことができます。

また、水素を皮膚から摂りこむので、アトピー等の皮膚疾患に対しても大変効率的で、「皮膚のトラブル」「お肌のケア」に最適な方法です。

## 水素分子は皮膚を通して効率的に体内に吸収されます

水素を身体に取り込み方法は「飲む・吸引・入浴」と様々ですが、水素分子は皮膚を通して大変効率的に体内に吸収されます。

「Re·lax」は大量の水素量が浴槽に含まれますので、理論的には26,000～33,000ppbもの大量の水素がカラダに吸収されていくことになります。



水素濃度	ORP 値 (酸化還元電位)
測定開始 15 分後の 容器内水素濃度 <b>1,270ppb</b> 浴槽 (200L) で 測定した場合 <b>364ppb</b> (メーカー調べ)	測定開始 15 分後の 容器内 ORP 値 <b>-323mV</b> 浴槽 (200L) で 測定した場合 <b>-37mV</b> (メーカー調べ)

通常の1気圧での水では、約1.6 (160,000ppb) ppmが自然界の水素分子が溶け込む溶解水素濃度の飽和値であるということは科学的な計算でも証明されています。水素水は、Ph 値、水素濃度の他に酸化還元濃度の数値が商品の性能を見るのに重視される数値です。

水素濃度=酸化還元電位ではありません。還元力の強い酸化還元電位がマイナスの水を生成する為には水素を含有させることが不可欠となり、イコールではありませんが、水素水に水素が含まれているかどうかを確認できる数値です。

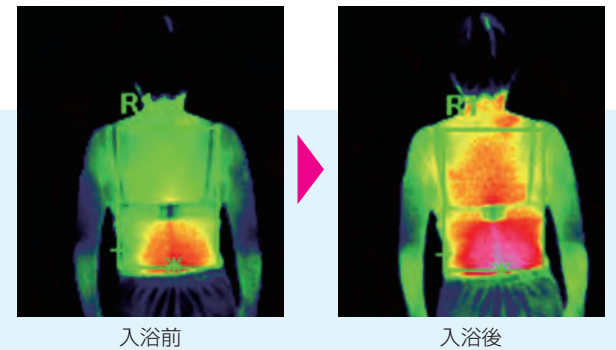
酸素の還元値は+815mVで還元されていくと水素-420mVという電位が測定できます。水素水の水素濃度とはほぼ比例し、体内での活性酸素による酸化を抑制する力を表しているとも言えるでしょう。

## 「Re·lax」の水素風呂入浴で身体の芯まで温まる

水素が身体の隅々まで行き渡ることによって血行がよくなり、身体の芯からあたためてくれます。

### 皮膚表面温度が1.6℃アップ

- 測定依頼先：日本水素振興協会
- 測定機器：(株)アイ・アール・システム社製 MobIR 型
- 200ℓの浴槽で40℃のお湯に20分間入浴後の皮膚表面温度の変化を測定
- ※類似品は同条件で30分間入浴後に測定し0.3℃アップ



## ■浴槽に沈めるだけで水素風呂が実現！



ステンレスの蓋を開けて、クエン酸の入った専用容器を3振り(約4g)し、蓋を閉じてください。



ステンレス容器にお水を入れてください。

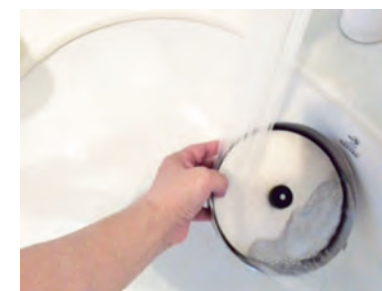


ステンレス容器を湯船に沈めてください。

### 最低15分から20分は湯船に浸かってください。

「水素は皮膚から吸収されて約7分で身体の隅々まで到着される」と言われていますので、これくらいの時間は湯船に浸かることをお勧めします。

## ■お手入れも簡単！



ステンレス容器をお水で濯いでください。



よく水を切った後乾燥させます。

(ご注意)  
浴槽に入れてお湯に浸けている間は、化学反応により水素が発生し続けますが、その分マグネシウムプレートが浸食し寿命が短くなりますのでご理解ください。

## 洗顔への応用

水素水洗顔・水素水パックはお肌の自然治癒力を高め、皮膚細胞を正常な状態に保ちます

水素の作用で洗顔効果がアップします！

メイクを落としてから、水素水で顔をゆすぎ、コットンに水素水をたっぷりしめらせて顔に乗せて数分。それだけで十分なのです。

水素水のお湯は弱酸性（pH5～4）ですので、古くなった表面の皮膚の角質を溶かして皮膚の代謝を促すと共に、皮膚から摂りこまれた水素は細胞を活性化させシミ・くすみに作用し、また血流が促進される事でお肌の透明感がでてきます。



【ご注意】目に入ってしまった場合は清水で目を洗ってください。

### 水素水の美容的作用

- 水素水は、細胞培養において、1型コラーゲンの産生を1.85から2.03倍増加させる。
- 水素水は、細胞培養において活性酸素スーパーオキシドアニオンの発生を抑える。
- 水素水は、皮膚表面で死んでいく細胞に起こるDNA障害を抑制する。

【参考文献】水素豊富電解温湯は繊維芽細胞の1型コラーゲンの産生と酸化ストレス抑制、ケラチン生成細胞の細胞障害の抑制を伴って紫外線照射によるシワの形成を軽減する。(S. Kato et al. 所属機関：広島県立大、中国電気工業)

## 足浴(足湯)への応用

入浴ができない場合やネイルサロンで！



足先が温まると、血行が良くなり、体が温まり、リラックスできます。また、下半身の疲れ、むくみ等の解消に足浴は効果的です。水素を肌から吸収することによりお湯だけの足浴効果をさらにバージョンアップ！！

### ■足浴のポイントや注意点

- 足首より少し上くらい(弁慶の泣き所)までつかる桶(バケツ)と「Re・lax」を準備する。内くるぶしの少し上に、体を温めるつぼがあり、そこを温めるとより効果的です。
- やけど防止のため、必ず足を入れる前に手で温度の確認をしてください。
- 38～40℃の湯を入れる。冬場は、足が冷えているので、ぬるめのお湯から、徐々に温める方が良いです。
- 足をつける時間は「体が温まって気持ちいいなあ～」と感じる程度。あまり長くつけると、汗が出て、その汗で体を冷やす事があるため、気をつけてください。
- 湯は、すぐに冷めてしまうのでポットなどを用意して、湯を足すと良いです。

### 足浴(足湯)の効果

- 下半身の血液循環を改善し、体全体の血流を促します。
- 足先を温めることで、下半身～体全体が温められます。
- 腰痛、膝や足首関節の痛みにも効果があるといわれています。
- マッサージと合わせると、足首下の筋肉が活性化し歩行時の転倒防止にも効果的です。
- 体温を温めることにより、免疫力が高まり風邪を引きにくくなります。
- 爪がやわらかくなり、切りやすくなります。

## 抜群のランニングコスト

商品名	構造	水素発生量 (測定時間 15 分後)	ランニングコスト (1回あたり)	使い勝手・その他
水素入浴習慣 Re・lax	純度 99.95% マグネシウム + お湯の化学反応で水素を発生	生成部 / 1,270ppb 200ℓ 浴槽 / 364ppb 200ℓ 浴槽還元電位 / -37mV	約 20 円	クエン酸を入れてバスタブに入れるだけ！ 故障ゼロ！ 電気代不要
他社製品 A	電気分解方式 コードレス バッテリー内蔵型	生成部 / 1.6ppm 200ℓ 浴槽 / 112ppb 200ℓ 浴槽還元電位 / 公表データなし	65 円 / 回 (5 年で償却仮定) ※ 3 年後 バッテリー交換 14,040 円 1 日あたり電気代 2 円で算出	4 時間充電 電池寿命 2～3 年 1 回 20 分作動 連続で複数人入浴は不可
他社製品 B	電気分解方式 コードレス バッテリー内蔵型	生成部 / 1.6ppm 200ℓ 浴槽 / 110ppb 200ℓ 浴槽還元電位 / 公表データなし	109 円 / 回 (5 年で償却仮定)	4 時間充電 電池寿命 2～3 年 1 回 20 分作動 連続で複数人入浴は不可
他社製品 C	袋入りパウダー 炭酸 Mg + クエン酸 Na	水素発生量 / 公表データなし 還元電位 200ℓ 浴槽 / -250～-360mV	200 円 / 回	ランニングコストが高いため毎日気軽には使えない

### 低ランニングコスト

1回あたり  
約 20 円

68,000円 ÷ 3000回 = 約 23円 / 1回  
4000回だと 17円

電子機器ではないので、全く故障もなく、電気代も不用！

使用可能期間 (1回 30分)

一人だと約 8～10 年  
2 人家族 → 約 4～5 年半  
4 人家族 → 約 2～3 年

毎日家族全員で気軽に水素入浴習慣

### ■水素入浴習慣「Re・lax」価格

商品名 水素入浴習慣 Re・lax (リラックス)  
希望小売価格 68,000円 (税・送料別)  
使用 ●パッケージ内容  
・本体×1台 (マグネシウムプレート3枚セット付)  
・クエン酸専用容器 (180g) 入り×1本 ・取扱説明書  
●材質/サイズ  
[容器] SUS304 H51mm × φ 163mm  
[マグネシウムプレートセット] 純度99.95%Mg / H5mm × φ 155mm



### ■オプション・消耗品

純マグネシウムプレート (3枚セット)  
38,000円 (税・送料別)



詰替用クエン酸 (500g)  
800円 (税・送料別)



クエン酸専用容器 (180g 入り)  
1,200円 (税・送料別)



オーリングセット (大1・小3)  
700円 (税・送料別)



足湯用浴槽 (60L)





カンタン 水素入浴習慣

Hydrogen-Bath

Re●●lax●●  
(リラックス)

入浴・半身浴・足浴兼用

商品の詳細についてのお問い合わせ

【お客様相談室】  
フリーダイヤル 0120-977-801  
月～金曜日 9～17 時迄、土日祝除く



—“心と体”の潜在能力開発コンサルティング—  
株式会社 マインド フィットネス

〒 541-0042 大阪市中央区今橋 1-7-19 北浜 BLD.6F

[取扱店]

[販売元]



株式会社 オペス

本社 / 神奈川県相模原市緑区橋本 3-9-17 〒 252-0143  
TEL. 042-770-7005 FAX. 042-770-7710

<https://www.opeth.co.jp/>