

コカ・コーラは The Coca-Cola Company の登録商標です

スカッとさわやか  
コカ・コーラ



東京 コカ・コーラ ボトリング 株式会社  
TOKYO COCA-COLA BOTTLING CO., LTD. (コカ・コーラ指定会社)

月刊

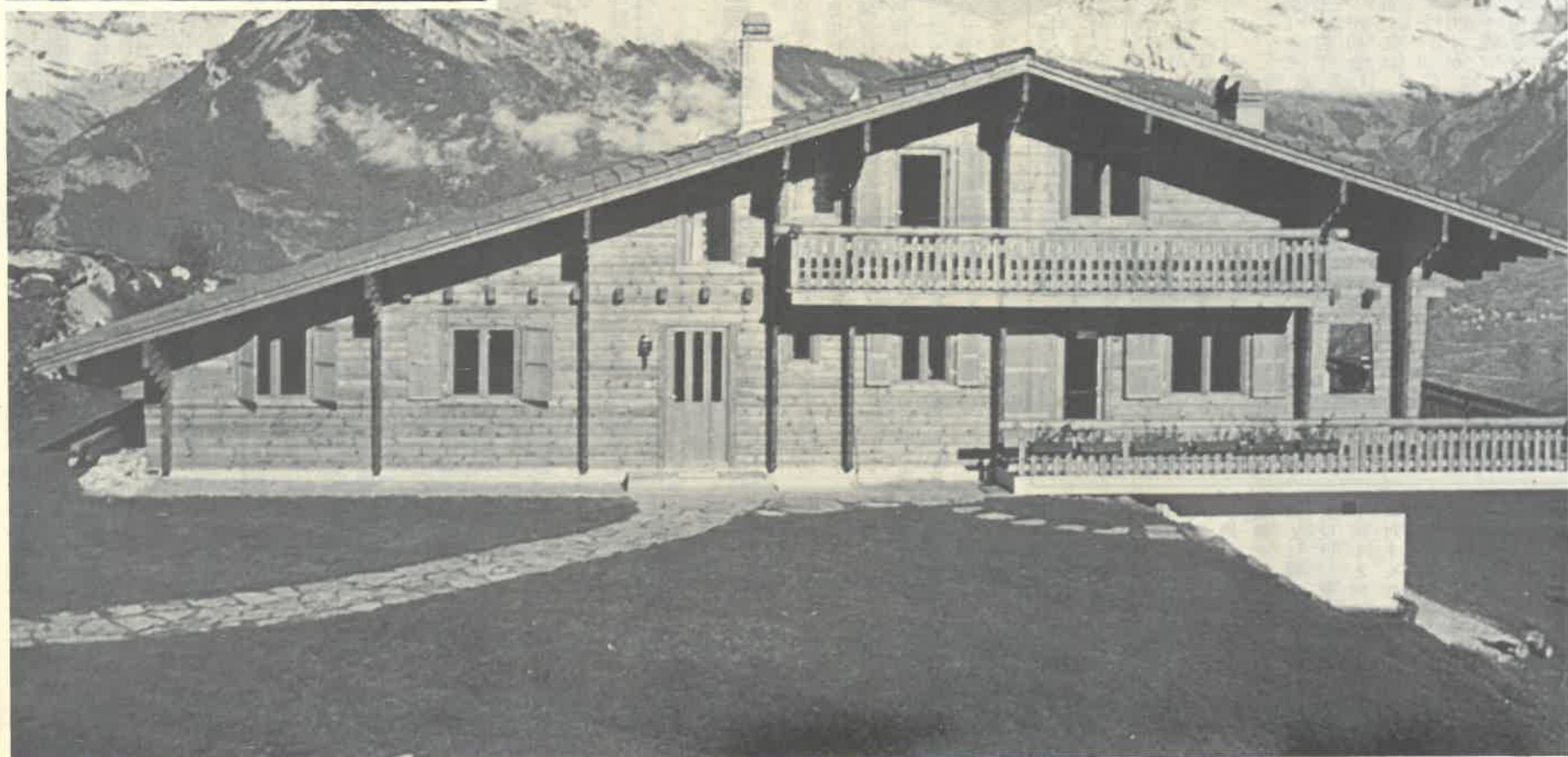
# サウナ

日本サウナ協会連合会機関紙

発行所 日本サウナ協会連合会  
東京都中央区銀座6-13-16  
東京温泉株式会社内  
TEL 東京 03(541)3021

編集 発行人 山田 秀 男  
発行支局 各県協会広報部  
発行日 毎月15日  
購読料 毎月 150円

# 賀 春



## 格調高いサウナには、格調高いエロイカ。

エロイカのあの独特の清涼感とまろやかさ、心にゆとりを生む気品ある香り。英雄は英雄を知るとか。エロイカは、おたくのサウナに一級のお客さまを呼ぶでしょう。



お問い合わせ、ご用命は。

**カネボウ化粧品(業務用)サウナ代理店**

〈関東地区〉 順不可

㈱日祥商事……………☎(974)0711  
 ㈱イトー商事……………☎(268)4367  
 ㈱東京マツシマ……………☎(370)7241  
 ㈱カネフク……………☎(811)1310  
 ㈱村山……………☎(352)2318

〈中部地区〉

㈱千代田実業……………☎052(251)7626

〈関西地区〉

福助石鹸㈱……………☎06(211)4420  
 おせ商店……………☎06(372)4981  
 福助商店……………☎06(702)8587



# 年頭の辞

日本サウナ協会連合会会長  
東京温泉株式会社社長 許斐氏利

新年明けまして、お目出度うございます。

本年も相かわりませず皆様の御協力をお願い致します。

さて、龍は飛雲を呼び天を翻ける勇ましきもの、古より龍虎とは強きもの、譬えの如く、本年はお互いの力を結集して昨年の不況を吹き飛ばし、安定した社会状態を築き上げ、このサウナの醍醐味を未だ味

われない人々にも、こよなき幸せを贈り「人生は楽しき哉」の実感を世上に具現させることは、この恵まれた業務に携わる我等の義務と心得、一意専心そのことに精進努力しようではありませんか。

## フィンランド政府、川崎秀二氏に「最上級獅子勲章」を贈る。

当協会連合会名誉会長、世界青少年交流協会々々長川崎秀二氏は、この程フィンランド政府から、両国の親善に功績があつたものとして、同国の「最上級獅子勲章」を贈られ、その授与式が十二月十一日午後、駐日フィンランド大使館で行われた。

か、二十六年のヘルシンキオリンピック大会に際し、当時、国際復帰した直後の日本スポーツ界の要望に協力し、国会スポーツ議員連盟の理事長として、日本代表団の大量派遣を衆議院で決議する推進的役割としてその実現を見たほか、両国の青年交流、フィンランドの伝統たる健康「サウナ」を近年、日本全国に普及させたこと等が、今回の授賞となつたものである。

## 新工夫によるサウナ営業の出現

都協会主催の九州視察の訪問先九州熊本市のGサウナには、棘腕のK専務の永年の研究により設置された最新の人体冷却室がある。

常温四度とかにて天井を通るパイプが霜で凍てついていた。又、偶ま中部財界誌十二月号ニュースボックス欄によ



近日出張研究の上、報告の予定。

真理であります。龍は龍でも龍頭蛇尾にならぬよう、業者総意の示す正しい指針の線に沿って、且つ自信のある強い意志で経営を為し遂げ、この世の楽園「サウナ」を完成させるは今年こそ！の意気を出発する年でもありましょう。

こ、長きに亘って耐え忍び身についた自信力を根幹と致し、健全強力なサウナ経営の年があげ、期待をもって、年頭に際しての、ごあいさつを申し上げる次第でございます。

## 各県協会では

東京都協会は十二月二日ストロキにも不抱ず泉興業協会にて理事会を開催。その後の水道料金対策。セミナー開催の打合せ。サウナ管理士(仮称)制度設置委員の選任をした。

## サウナ忘年会

「ゆく年くる年をサウナで」のキャッチフレーズで大和観光グループが宴会コーナーを特設した。A・B・Cコースで、二千五百、三千、四千五百円とあり、予約金前受け(前日解約迄は全額返戻)で、セールスマンの足の努力をかけて相当の成果を挙げた由、営業上、一考を要するもの。

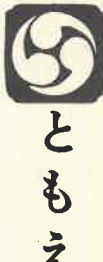


▲汗を流して、「グーッ」と一杯——サウナ忘年会風景

大阪協会では、業者各位の希望として共同購入に関心多き事に注目、五十一年初頭開催予定の、日サ協連理事会待ちの形勢。

## 清水友治氏

(富士商事代表取締役社長) (愛知協会常任理事) 本年九月より肝臓ガンにて入院加療中のところ、病革まり、十二月四日享年六十才を以て物故がられました。まことに悼しいことでございます。



## ともえ

どうしたら自分自身を識ることが出来るだろう。それは観察によつては到底出来ないが、行動によつては出来る。「汝の義務を果して見なさい。そうしたら汝の実力がわかる。」これをあなたの日常の例で示して見れば、書物はスラスラ読めてもサテ字を書く段になると、至極簡単な字の偏(へん)や旁(つくり)が案外、辞書の御世話になる事の屢々がそれを証明している。

## これからのサウナ志向 ヴァッサー・クールシステム

サウナに入る動機で多いのは身体がだるい(疲労)、美容そしてストレスの解消や精神的な休養のためです。これらの原因は血管が押しつぶされて血液の流れが悪くなり、筋肉に酸素が足りなくなるからです。また、体内に有毒な一酸化炭素がたまるといろいろな病気のもとになります。

## サウナ+ヴァッサー・クール=冷・温水浴

水治療法は、日本では古くからリハビリテーション施設でその効果は実証済みですが、スウェーデンはじめ、医学の国ドイツでもWasser Kur(ヴァッサー・クール)といつて、ますます盛んです。当社ではサウナ店向けに、楽しく、明るい雰囲気の中



フィンランド・メトスサウナ日本総代理店  
**中山産業株式会社**  
本社 東京都中央区銀座3-11-5(第2中山ビル) TEL(03)542-0331(代)  
大阪営業所 大阪市北区今井町40番地(八光ビル) TEL(06)352-3626(代)  
札幌営業所 札幌市中央区南1条西20丁目(理美容センター) TEL(011)641-9269(代)

# 新春放談

## ドイツの松茸

浪越徳治郎

久しぶりで晴れ上がった日曜日、今年八十二歳を迎えた吉村きぬ女史を筆頭に一行十三人、信州八ヶ岳に出かけた。

かねて、建築中だった水岡さんの別荘が、このほど落成したので、泊りがけで来てくれ、とお招き、そこで気の合った連中に連絡してこの日曜日を選んだ次第だったが――。

なんせん心がけのいい、連中なので、こ、四週間も日曜ごとに降っていた雨が、この日はカラリと晴れて雲一つない天皇日和――。

中央本線、特急（あずさ3号）で新宿を九時に出発して茅野駅に着いたのが十一時五十分だった。

水岡さん夫妻がニコニコ顔で迎えに来ていた。タクシー三台に分乗して山麓に向う。約三十分、舗装道路の終わった所で、タクシーを

下車。そこからは徒歩で二十分――。

土を踏んで歩くのは久しぶりである。北海道で育った少年のころを思い出した。空は、青く澄み切って、木の間を吹くそよ風に、頬を撫でられて、吸う空気がとてもおいしかった。

雑木林の中に、赤い屋根の瀟洒な家が目についた。これが、水岡さんの「健康山荘」である。

玄関の上に掲げられている横書きの看板の文字が、中村不折の字体で仲々味がある。フト新宿の中村屋の看板を思い浮べた。

玄関に入って、上がりカマチの戸を開けたら、そこに一間四方もある大きな炉が仕切られて、もう五十年も使われたような古ぼけた自在かきがつるさき、鉄瓶のお湯がたぎっていた。

一行は早速、炉ばたを囲

んで先づ一服――。

井戸水を沸かしたお茶の味は、また格別である。

お昼の弁当はおむすびと沢庵が出された。これがとてもおいしくて、大きいのを三つも食べて、お腹がパンパンに満腹――。

案内されるま、に二階に上がったら、これはまたおどろき――。

二十畳敷きほどの大広間に蒲団がズラリと敷かれ、枕と掛蒲団まで用意されている。至れり尽せりの「母ご、ろ」である。

腹の皮が突っ張れば目の皮がタルム――。

渡りに舟とそれぞれ浴衣に着替えてゴロゴロと横になる。

それでも若くて元気な、木村さんと川上さん、飛田クンの三人は、八ヶ岳まで来て昼寝をしては、もったいないと、茸を取りに出かけた。

本題はその夜のことである――。

飛田クンたちが取ってきた茸のシメジに酢醤油をかけてイッパイやっているところへ、高橋さんが、大きな「松茸」を持って入ってきた――。

「これは昨夜、京都から届いたもので、新鮮なんです。明日の朝、松茸ごはんをしましうようよ」

その松茸が実に見事なモ

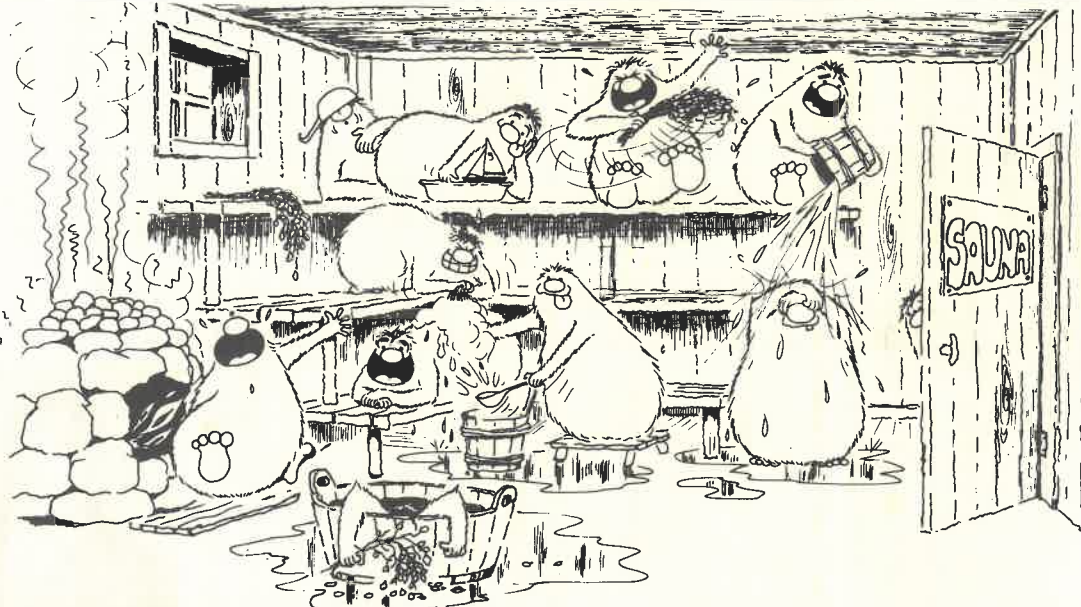
「ドイツの松茸は高いぞー」

「アラ！ ドイツにも松茸売ってるの？」

「その松茸、眺めるだけで十ドル取られたんだ！」

「へー？……」

事情はこうである。



ノです。しげしげと眺めていた女性の林さんが、生つばを飲みこんで――。

「それ――それに、刃ものを入れて切るなんて残酷だワ――」

その嘆声――を聞いた山本さんが、突然叫んだ――

この春、山本さんが社長のお供をしてアメリカからヨーロッパを旅行した時、ドイツでの出来事である。

もうソロソロ帰国も近づき、かれこれ一カ月余りも禁欲で、いさ、か昂ぶってきた山本さんが、今夜は旅

「SACKをくれ――」

と言っても相手に通じない。モドカシクなった山本さんが、カウンターの中心に入りこんで社会の窓を外して、代表者を取り出し、これに冠せるフクロが欲しいんだ、と実物で説明した。

呆っ気にとられて眺めていた薬局の親父さん。やがて顎をシャクッて領いた。

「マナー、あるか？」

山本さんは十ドル渡して内心、おつりがくるだろうと思っていたら、親父さんは金庫から同じく十ドル取り出して机の上に二枚並らべて置いた。変なことをするなアーと見つめていると、今度は親父さんが同じ行動をとった。而かも多少の操作を加えて――固く拡張して――。

我乍ら比較ではなかった。親父さんは、自分の松茸と山本さんの松茸を交互に指して、その大小、優劣を、ハッキリさせて、いかにも満足そうにニコッと笑って十ドル二枚を取り上げて――。

「サンキュー」

山本さんの実物説明がウラハラに、親父さんはシンボル競べの他流試合を挑まれたと勘違いしたらしい。

見るだけのドイツの松茸は高かった。と八十二歳の女性を交えたこの一座の爆笑を誘うのだった。

### 浴室はきれいですか。

天井・壁・浴槽等とはかく汚れやすい場所なのでお客様の眼で見直して下さい。

現在販売されている各種の洗剤ではきれいに出来ない汚れでもあきらめないで日本特殊化学洗淨に相談して下さい。今までに実績のある化学洗淨剤にて満足して頂ける結果が出る事と思えます。多額の資金を費した浴室・サウナ室を日頃の手入れで最大に生かして下さい。化学洗淨剤の販売と洗淨工事も行なっておりますので御一報下さればすぐお伺い致します。

◆営業品目◆

- 冷房機のスケール溶解除去工事
- 源泉給湯管洗淨工事
- 浴室内のカビ・湯垢除去工事
- サウナ室内木目洗淨工事
- 化学洗淨剤の販売

カビ除去用 AK-1 5ℓ ¥5,000  
水垢除去用 4-C 5ℓ ¥6,500  
タイプクリン

(有)日本特殊化学洗淨  
〒142 東京都品川区中延6-10-17  
TEL. 03-786-3340 (代)

### まかせて安心 白興のリネンサプライ

- 完備されたサービスネットワーク
- サウナ・特殊浴場・ホテル専門!!
- 営業品目
  - タオル類
  - パンツ
  - ガウン
  - 浴衣
  - シーツ
  - その他

本社 東京都荒川区荒川5の2の6  
☎ 03-807-0306 (代表)

足立工場 ☎ 03-853-6082  
川口工場 ☎ 0482-24-1369  
渋谷工場 ☎ 03-461-5298  
潮来工場 ☎ 02996-2-3496  
栃木工場 ☎ 0287-32-2544

株式会社 白興

座談会

「健康とサウナ」とストレス解消と

—月刊時事11月号より転載—



サウナを語る

出席者

敬称略・順不同

- 元厚生大臣 川崎 秀二
- 東京温泉常務 許斐 勝彦
- 日本サウナ協会専務理事 山田 秀男
- 日本ビクター専属歌手 英 亜里
- 〔司会〕東京企画社長 森 菊蔵

サウナは、今日わが国にすっかり根をおろした。健康によいのはもちろん、爽快、ストレス解消といった効用面は都会人の精神衛生上、欠かすことのできないものとなりつつある。そこでサウナ業界、サウナ愛好家に愛好するがゆえの展望、意見、要望といったものをザックバランに開陳してもらうと……。

本誌 きょうはお忙しいところお集まりいただきまして、どうもありがとうございます。

川崎先生はサウナもさることながら、青年層の育成というところに非常に力を尽くされており、若い人たちが「青年の船」に乗せては外国に行ったり、自らはマラソンなどスポーツをされたりしておられる。こと健康問題には特に関心の深い政治家です。

そこできょうは、国民の体位向上のためにも、川崎先生が総裁になっておられるサウナ党、サウナについての話を伺おうということに皆さんお集まり願ったわけです。森君は日本サウナ文化協会の常任理事の筆頭でいらっしゃるので進行係をお願いしたいと思えます。

森 今、宮原社長からいろいろお話がありました。これがタイムリーな企画だと思えます。日本で最初に東京温泉がこれを取り入れたときには、いったいサウナというのは何だということ、だいぶ誤解されていた面がありました。ところが、最近非常に日本にも普及してきました。

川崎先生は、フィンランドとの友好、あるいは文化の紹介、またフィンランド

が特に健康保持のために力を入れておられるサウナについて、その普及に一段の力を尽したということで、特別に感謝状が送られたわけです。と同時に、民間としてサウナ普及を実質的にやられた東京温泉の許斐社長にも、フィンランドから感謝状が送られました。

そういうふうには、川崎先生は日本の青少年育成、健康増進、あるいはサウナという問題についても幅広い活躍をされていて、政治家として非常にグローバルな観点をお持ちになっている。前には、日本サウナ党という愛好者の団体もつくったり——これはその後サウナ文化協会と改名しましたが、それらのほうも……。

また、それと前後しまして、今年の春には日本サウナ協会連合会というのが結成されました。東京温泉の許斐社長（注：勝彦氏の実父）が会長をなさり、きょうおいでの山田さんが専務理事をされております。

そのほかに最近では女性サウナも盛んです。きょうはビクターレコードの英亜里さんにも来ていただいて、サウナの効用について質問をされるような形で、座談を進めていきたいと思えます。

まず最初に、川崎先生から

フィンランド 中・長距離陣の強さの秘訣



川崎 秀二氏

ら日本に最初にサウナというものを紹介された動機か

ら入っていただきたいと思

の新聞で読んだんです。それで、フィンランドの陸上競技や体育全般についての書物を送ってもらいたいと当時フィンランドの公使だった市川彦太郎さんにいったわけです。そうしたら、あなたがフィンランドに興味を持ってもらえるの非常に感心しました。私はあなたのお父さんも知っていることだし、今後できるだけ協力したいと、そういう返事が、そのころは航空便がなくて鉄道便です。それでもシベリア鉄道で十日くらいかかって来たんです。そのときに、フィンランドを理解するには、スポーツだけじゃなしに、サウナをほんとうに理解してくれというのがあったんです。だからそのへんから勘定すれば、四十一年くらい前の話です。私がまだ二十二、三ですからね。

それからあとは、われわれの先輩である織田幹雄、大島謙吉、西田修平は私と同年代ですが、彼らがフィンランドに行つて、サウナがスポーツに有効性があるということを紹介してくれました。

それで、もっと突きつめて考えてみたら、それはスポーツの選手に有効だけじゃないんだ。フィンランドという国は北の端にあつて極寒の国、冬は寒くて子供はなかなか日光を浴びないから育たない。ところがだ

んだん長寿になつていて。最近では世界の四番目か五番目の長寿国です。また北歐四国は皆平均年齢が高いですね。その長寿の原因は、一つはサウナの愛好にもある。こういうことを知つてから私のサウナ研究熱はどんどん病膏盲に入つていったわけです。

一九五六年のメルボルン・オリンピックのときに、許斐さんが射撃の選手として大会に参加した。許斐さんは日本一の選手だったんですね。しかし、そのころは日本の射撃のレベルが低くて、入賞まで行かなかった。そのかわりメルボルン・オリンピック大会に出たフィンランドのサウナを一個持つてこようというのが、東京温泉のサウナを採用した最初のきっかけです。

私はその前の一九五一年に、社会保障制度審議会から派遣されて、ヨーロッパに行つてフィンランドのヘルシンキでサウナに入ったんです。で、サウナというのはいいものだ。なんとスカツとするもんだなど。おれは金がないからできないけど、誰かやらないかなと思つておつたら、東京温泉がやり始めた。そ

ういうことをいっているの何

川崎 私は早稲田大学の競争部のマネージャーをしておつたんです。その前に選手もしておつたわけですが、そのころの——一九二八年のアムステルダム

のオリンピックで、フィンランドは千五百、五千、一万メートルに全部優勝したんです。一着、二着、三着独占したこともあるし、たまにスウェーデンの選手が二等になつたこともあるんです

……で、われわれは中・長距離を走つておつたので、フィンランドの中・長距離陣の強さというものに興味を持ち、その強くなる秘訣が何かあるんじゃないかと思つたわけです。

そういうことをいっているの何

ら入っていただきたいと思

の新聞で読んだんです。それで、フィンランドの陸上競技や体育全般についての書物を送ってもらいたいと当時フィンランドの公使だった市川彦太郎さんにいったわけです。そうしたら、あなたがフィンランドに興味を持ってもらえるの非常に感心しました。私はあなたのお父さんも知っていることだし、今後できるだけ協力したいと、そういう返事が、そのころは航空便がなくて鉄道便です。それでもシベリア鉄道で十日くらいかかって来たんです。そのときに、フィンランドを理解するには、スポーツだけじゃなしに、サウナをほんとうに理解してくれというのがあったんです。だからそのへんから勘定すれば、四十一年くらい前の話です。私がまだ二十二、三ですからね。

それからあとは、われわれの先輩である織田幹雄、大島謙吉、西田修平は私と同年代ですが、彼らがフィンランドに行つて、サウナがスポーツに有効性があるということを紹介してくれました。

それで、もっと突きつめて考えてみたら、それはスポーツの選手に有効だけじゃないんだ。フィンランドという国は北の端にあつて極寒の国、冬は寒くて子供はなかなか日光を浴びないから育たない。ところがだ

んだん長寿になつていて。最近では世界の四番目か五番目の長寿国です。また北歐四国は皆平均年齢が高いですね。その長寿の原因は、一つはサウナの愛好にもある。こういうことを知つてから私のサウナ研究熱はどんどん病膏盲に入つていったわけです。

一九五六年のメルボルン・オリンピックのときに、許斐さんが射撃の選手として大会に参加した。許斐さんは日本一の選手だったんですね。しかし、そのころは日本の射撃のレベルが低くて、入賞まで行かなかった。そのかわりメルボルン・オリンピック大会に出たフィンランドのサウナを一個持つてこようというのが、東京温泉のサウナを採用した最初のきっかけです。

私はその前の一九五一年に、社会保障制度審議会から派遣されて、ヨーロッパに行つてフィンランドのヘルシンキでサウナに入ったんです。で、サウナというのはいいものだ。なんとスカツとするもんだなど。おれは金がないからできないけど、誰かやらないかなと思つておつたら、東京温泉がやり始めた。そ

ういうことをいっているの何

ら入っていただきたいと思

の新聞で読んだんです。それで、フィンランドの陸上競技や体育全般についての書物を送ってもらいたいと当時フィンランドの公使だった市川彦太郎さんにいったわけです。そうしたら、あなたがフィンランドに興味を持ってもらえるの非常に感心しました。私はあなたのお父さんも知っていることだし、今後できるだけ協力したいと、そういう返事が、そのころは航空便がなくて鉄道便です。それでもシベリア鉄道で十日くらいかかって来たんです。そのときに、フィンランドを理解するには、スポーツだけじゃなしに、サウナをほんとうに理解してくれというのがあったんです。だからそのへんから勘定すれば、四十一年くらい前の話です。私がまだ二十二、三ですからね。

それからあとは、われわれの先輩である織田幹雄、大島謙吉、西田修平は私と同年代ですが、彼らがフィンランドに行つて、サウナがスポーツに有効性があるということを紹介してくれました。

それで、もっと突きつめて考えてみたら、それはスポーツの選手に有効だけじゃないんだ。フィンランドという国は北の端にあつて極寒の国、冬は寒くて子供はなかなか日光を浴びないから育たない。ところがだ

健康とストレス解消に 抜群の効果

して、しばらくして許斐さんと知り合いになつたんです。

森 川崎先生のお話を受けまして、ひとつ東京温泉の許斐さん、東京温泉がそういうことか

らヒントを得られて始められたというの、私も初めて聞く話なんです。その後の話をちよつと伺いたいと思つています。

許斐 当時は蒸風呂といつておりまして、これは昭和二十六年からやつておりました。ただ本格的なフィンランドのサウナというのは、うちの社長がメルボルンのオリンピックに行つたとき実際に自分で入つて、それと同じ効用のあるものをとつたことで、会社で改造してつくつたんです。これは非常に健康によろしいですね。心臓を強く

します。

川崎 それから、高血圧の予防です。

許斐 先生がおつしやいましたように長距離選手がサウナを愛好して強くなるというのは、心臓が強くなるせいじゃないかと思つています。

川崎 それと、心臓のまわりの贅肉がなくなるんですね。

森 東京温泉は、誰でも入れるような大衆的な感じでオープンされましたね。

許斐 うちは大衆が基盤です。今でもいわゆる大衆サウナに

ちばん力を入れております。

日本の方は健康的なというところもありまして、いちばん日本の方が欲せられるのは、ストレスを解消するということが非常に多いんじゃないかと思つたわけです。今のサラリーマンとか皆さん、運動をなかなか





### 謹賀新年

旧年中は格別の御引立を賜り厚く御礼申し上げます

本年も健康産業サウナに相応しい清潔サウナで一層の御発展をお祈り申し上げます

昭和五十一年元旦

品川区中延六〇一〇一七

#### 日本特殊化学洗淨

あけまして

おめでとーございませう

旧年中は格別のお引立を賜り有難うございませう

本年もいろいろと問題の多い年になりそうで、経営上のご苦心もさぞやと拝察いたします

今年こそはよき年になりますよう念願すると共に私どもも一層の研磨につとめたく存じます。引き続きご愛顧のほどお願い申し上げます

フィンランド日本総輸入元

#### 中山産業株式会社

東京都中央区銀座3-11-5(第2中山ビル) 〒104 TEL(03)542-0331(代)  
大阪市北区今井町40番地(八光ビル) 〒530 TEL(06)352-3626(代)  
札幌市中央区南1条西20丁目(狸美登センター) 〒064 TEL(011)641-9269(代)

### 謹賀新年

旧年中は格別の御引立を賜り厚く御礼申し上げます

尚本年も変わらぬ御愛顧の程御願ひ申し上げます

昭和五十一年元旦

有名化粧品・日用品・雑貨  
総合業務用品・元卸

#### 株式会社 カネフク

東京都文京区小石川二丁目三番二八号  
電話(〇三)八二一三三〇(代表)

### 謹賀新年

昭和五十一年元旦

東京都台東区浅草一五三三

ニューグランド東莫株式会社

#### 東莫サウナ

社長 武井達司

(八四四)二一五一

### 謹賀新年

昭和五十一年元旦

東京都中央区銀座六一三三三六

#### 東京温泉株式会社

社長 許斐氏利

(五四二)三〇二一(代)

### 謹賀新年

昭和五十一年元旦

〒160 東京都新宿区歌舞伎町二二一三

#### 恵通観光株式会社

代表取締役社長 林 瑞祥

### 賀正

昭和五十一年元旦

#### 大和観光株式会社

社長 米田一也

神戸市生田区下山手通二二九一四

電話(三三三)九一〇七(代)

名古屋市中区栄町三十九一三二

電話(二六一)一五〇一(代)

### 謹賀新年

昭和五十一年元旦

大阪市南区九郎右エ門町十三

#### ニュージャパン観光株式会社

社長 中野幸雄

電話(二二二)〇八三二(代)

### 恭賀新年

昭和五十一年元旦

名古屋市中区金山町四一〇

#### 日新観光株式会社

社長 津村 徹

電話(三三三)四五二一(代)

### 謹賀新春

昭和五十一年一月元旦

墨田区江東橋四の二七の九

#### 東京楽天地グループ

#### 泉興業株式会社

楽天地温泉会館

電話(六三三)三二二二

### 謹賀新年

昭和五十一年元旦

東京都文京区後楽一の三

(株)後楽園スタヂアム

#### 後楽園サウナ

電話(八一)二二二一

#### 株式会社 後楽園スポーツ

電話(五一)二二二二

### 謹賀新年

昭和五十一年元旦

東京都台東区蔵前二丁目一番五号

#### 株式会社 ホテルマタイ

支配人 加藤貞夫



# サウナとは.....

その

## —サウナを知りすぎている人に—

《外誌より》

ある国ではキュアス石に女性用にはポートワインを、男性用にはシェリー酒を注ぐなどという話を聞くと、ぞっとする。彼らは、それが密室恐怖症を取り除くためののだ。密室恐怖症が蒸発したワインで治るなどという話は信じ難いことであるし、たまたまし飯にそうであったとしても、キュアス石に注がれたアルコールは、その変りのもつと悪い災難をもたらすにすぎないであろう。

### 《サウナの形》

サウナの浴場は普通、スチーム・ルームと浴室と化粧室からなっている。スチーム・ルームはペンキなど塗られていない完全な木製である。というのは、熱せられるとペンキはいやな匂いを放つし、木の表面が乾くのを妨げるからである。

キュアス石の入れ方は、レンガ積みかあるいは鉄板敷かである。換気用に、スチーム・ルームの床のところに風窓があり、壁と天井の接点にシャッターがある。またその他に、大勢が一度に入浴し、体臭で空気が悪くなったたりした場合に簡単に開くことのできる窓もある。

スチーム・ルームの台はフィンランドのえぞ松やポプラで作られているが、その多孔性のために、腰をかけた時他の種類よりも熱さを感じない後者の方が多く使用される。

しかし、入浴者はいつもタオルか、腰かけ用の特別の布を持つてくる。実際、大きな公衆サウナなどでは衛生的な面からみてもタオルを使用することは、大変良いことである。

これらは別にして、他にはスチーム・ルームにはほとんど何の装置もいらぬ。キュアス石にかけられる水は木製かプラスチックのバケツで運ばれる。その水を石にかけるとき、指などにやけどをしないで使用することのできるひしゃくが必要である。これもまたプラスチックでもよいが、美しい木の取手付きの銅製のひしゃくが今でも名工によって作られている。

こういったものはサウナの持ち主にとって格好の贈り物となる。温度計とか湿度計が壁にかけられるが、これは必ずしも必要ではない。温度計はサウナを熱する人にとっては大変有用であるが、入浴者はスチームが自分の好みに合っている

るか否かは、地肌の感じでもわかる。キュアス石の扉の開閉により熱をあげたり下げたりすることができ、石に水をかけることで湿気を増すこともできる。自分の肌を息を吹きかけてみて、もしヒリヒリしないようならばサウナは丁度良い具合に乾燥しているのである。

浴室については、都市と地方とでは設備の点で多少異なる。両方ともベンチと木製の背のない腰かけと、熱いお湯と水と同じ様な容器を持つている。町のサウナには、その上、たいていシャワーがついており、床はコンクリート製で、壁には通風のよい木よりも長持ちで手入れの簡単なタイルが、部分的にあつてはいる。

また、素足で歩くには気持のよくない冷たいコンクリートの上には、何か板敷のようなものが敷かれている。洗面器は木製かプラスチック製のバケツやボウルである。化粧室とか休憩室とか冷却室は好みによって設備されるが、脱衣のための十分なスペースと、すわり心地のいいベンチ一つか二つと、安楽イスとテーブルを置く場所は必ずほしい。化粧室の備品はサウナの利用の仕方によって変ってくる。

(例えば、そこは客室として使用されることもあるが、そんな時にはベッドのような物が必要となる) 暖炉は部屋を暖め、明かるくし、雰囲気をつみだす宝物である。サウナソーセージも特別のサウナ用焼き網のついている暖炉で焼かれ

る。決してキュアス石の上などでは焼かない。幻想的にほの暗い灯の中

でサウナに入ることもよい。それにふさわしいムードを作り出す助けとはならない。奥地では家の中にあるサウナでも電気を引き込んでいるのはまれである。暗い季節には二重窓の枠の間に二本のローソクが置かれたり窓の外にランタンが掛けられたりする。ランタンは灯油の匂がムードをこわすためサウナの中にはおかないのだ。ローソクはいつもサウナの内部でつけられるがキュアス石の近くに置くと溶けてしまったため、なるべく遠くに置かれる。

### 《サウナの小ぼうき》 (ヴィウタ)

フィンランド人は、ヴィウタを欠くことのできないものと考えているが、それを使用しない人もたくさんいる。フィンランドでは普通、小ぼうきは若い樺の木葉の多い小枝で作られるが、近くに樺の木がない場合は、他の広葉の種類が使われる。ユーカリを使う南の国々もあるが、フィンランドのいくつかの地域では菩提樹も使われてきた。葉の多い小枝は、もし平年並に春が訪れたとしたら、普通真夏に集められる。そして冬の供給をまかなうヴィウタが前もって一度に作られるのである。名工の手になる本当に良いヴィウタは美しく長持である。

風呂用のホウキを保存するもつともよくある方法は、涼しくて広い天井につるして乾かすことである。農場の屋根裏や納屋はこのための理想的な場所である。ヴィウタは、またその色を保つために塩づけにされるが、冷凍が現代的な方法である。一月の吹雪が吹きあれている時に、新鮮で香り豊かなホウキが使用できるようにという配慮は、本当にすばらしい。

ホウキを冷凍にするならば、フリーザーに、たくさんしまい込めるように普通より少し小さめにした方がよい。また、ホウキを作り上げるや否やプラスチックのバッグに入れ、冷凍室に置くのが良い。ホウキは使用する前に部屋の温度で溶かさなければならぬが、決して、湯気を出すようにとキュアス石の上に置いたりしてはいけない。もしホウキが乾いたら使用前に浴室の暖かいお湯の中に浸すとよいが、スチーム・ルームでずぶぬれになるのを好まない仲間の入浴者達を、ぬらさないように気をつけなくてはならない。

入浴の方法に関しては、人の数ほど意見がある。ここで古い言い伝えの変形を応用するならば、「お父さんにとつて良いことは、お前にとつてもよいことだ」とはならないということだ。一人一人が試し、失敗をくり返すことより、自分にもつともあつた方法を見つけ出すのだ。唯一の基準は、入浴中も入浴後も気分が良く感じられるということである。(つづく)

### 《さあ、サウナへ！》

入浴の方法に関しては、人の数ほど意見がある。ここで古い言い伝えの変形を応用するならば、「お父さんにとつて良いことは、お前にとつてもよいことだ」とはならないということだ。一人一人が試し、失敗をくり返すことより、自分にもつともあつた方法を見つけ出すのだ。唯一の基準は、入浴中も入浴後も気分が良く感じられるということである。(つづく)

## 恭賀新年

昭和五十一年元旦

北九州市小倉北区鍛冶町一六六一  
正交観光株式会社  
小倉サウナプラザ

山田 淳雄  
電話(五三二)〇〇八五七七

## 賀正

怒濤の海から安定の島へ上陸する今年こそ  
皆さまの新年企画に参加させて下さい。

マツサージオイル 西独ピノー社総代理店  
マツサージローション 日本ピノー社  
ピノポン美容剤 今井義晴  
電話 〇三(二六五)三七〇二番

## 賀正

昭和51年新春

日本サウナ協会連合会  
東京都サウナ協会  
大阪府サウナ協会  
愛知県サウナ協会  
九州サウナ協会  
神奈川県サウナ協会  
青森県サウナ協会  
兵庫県サウナ協会  
北海道東サウナ協会



# お安くします 買って下さい

## サウナのプロセスは

### 冷・温水浴を利用して はじめて完成する。

「サウナでトップリ汗を流した後の爽快さはこたえられない」とサウナファンは言う。一分間に二〇〜三〇グラムもの多量な汗と共に有害な老廃物は放出され、筋肉は生き生きと若返り、血液の流れが活発になるからだ。

しかしこれだけでサウナのプロセスを終わらしたと間違ったサウナの入浴法をくりかえしてきたことになる。サウナ浴の後で冷・温水の交互浴Ⅱヴァツサー・クールを併用すると無限の利点がある。

つまり発汗と皮膚呼吸、毛細血管の拡大（温水）と収縮（冷水）により、筋肉内の酸素不足は解消されるばかりでなく、病気に対する抵抗力は一段と高まる。

この冷・温水の交互浴Ⅱヴァツサー・クールはWasser Kur（水治療）と言って医学の国ドイツをはじめ欧米では、医薬を使わない健康法として病院、スポーツ施設から家庭にまで盛んに取り入れられている。

## 入浴客に

### 喜ばれるには……

業者の皆様には連日売上増進に経費削減に對策を講じられている事と存じます。

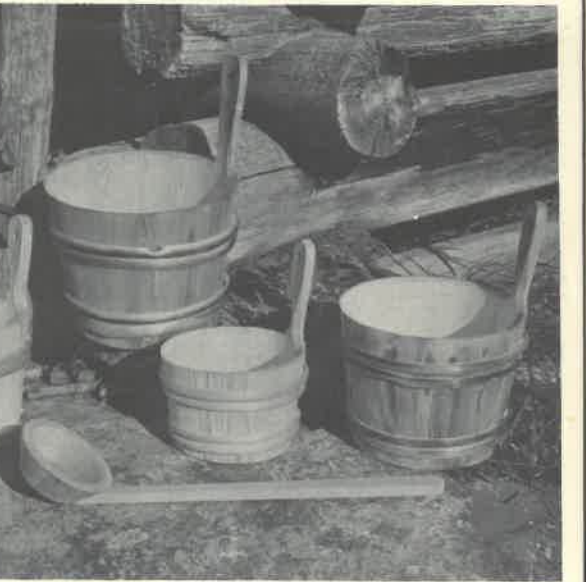
私共はこの度、良質シャンプーを安価にて販売致します。メーカーは美容業界で高級品メーカーと定評のあります葦頂堂です。量目二〇〇稀釈度約四倍、原料植物油、色ピンク、毛髪保護剤等有効成分二〇％含有する良質品です。価格一〇缶以上単価四〇〇〇円。五缶〜九缶単価四二〇〇円

なお、初回一〇缶以上御仕入頂いたお店は以後納入単価は四〇〇〇円とさせて頂きます。更にサウナ協会の会員店様は販売価格より五％割引させて頂きますので、このチャンスを生かして下さいませ。

## 当社のモットー

「サウナの繁栄なくして、私どもの発展はあり得ない」

一般に現代人は運動不足気味。これは生活のレベルアップや反自然の中で生活しているからだ。さらに一年中エア・コンデションの中で暮らしている。だから自力の治療力がなく、病気に對する抵抗力をも失っている。



常にそのように考えています。

サウナ経営にとって、欠かせないのが、お客さまへのサービス用品です。

当社は豊富な市場情報や商品動向に関する資料を分析分類し、業界の発展に寄与する、それが当社の企業理念です。

その企業理念のもとに、当社なりに追い求め、たくましい繁栄への情報を得る限り求め、各種商品の安全性・実用性・経済性について徹底的なまでの検討をくり返しています。

サウナが健康保持に最善の途である所信を持って以来、十年間サウナ関連用品

## カタログ・見積書は

### 各社へご請求下さい。

本社・文京区小石川 二一三二二八  
Tel (八二二) 一三三〇(代)

## PINO

### 林立するサウナの中で成功する為に 新しいサウナ経営に新しい製品を!!

#### 女性サウナに ◎ピノボン



血脈の泡でおしゃれな全身美容をアレルギー性のお肌アセモ、クダレにも効果的です。お風呂の掃除は要りません。汚れはスッキリ流れます。

西独ピノー社は浴用添加剤マッサージ用薬品の製造では世界有数の会社で、その製品の良質さと有効性は各界の賞賛をあつめ世界の愛用者によって支持されています。お問合せ、又は説明書、サンプル等御希望の方は左記に――

#### 快適マッサージに ◎マッサージオイル

いま日本でマッサージに使える本格派オイルは、このオイルだけです。レモン油入りと高地のハイクラスなエーテル油を使ったものがあります。



#### 男性サウナに ◎アインライビング

爽快バツグンなボディローション。スポーツのあとの疲れた筋肉、凝ったところによくすり込んで下さい。血行を促し疲労回復を早めます。又、マッサージの後の爽快感をたかめますのでお客様の十分な満足を得られます。

〒102 東京都千代田区豊町3丁目110番地  
西独ピノー社  
日本総代理店

日本ピノー社  
TEL.東京(03)265-3702

清涼飲料水

## グーツと飲んで

### 元氣を出そう!!



## 天狗 十王精ドリンク

デラックスドリンクで  
スタミナを  
つけよう!!

〒182 東京都狛江市和泉3039  
天狗十王精ドリンク  
(総代理店)  
有限会社 弁天商事  
電話東京 (03) 489-5736(代)