

日本サウナ協会機関紙

発行所 日本サウナ協会
 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 大山真一
 発行支局 各県協会広報部
 印刷所 (株)KIシステム

総会の決定に従い事業推進委開催

五十四年度の事業推進方策を検討

七月二十一日(土)午後二時から、大阪のニュージャパン観光(株)の会議室において、五十四年度の事業推進方策を検討する推進委員会が開催されました。

まず、今総会で選任された二三名の理事のなかから一五名の常務理事を選出、理事会に推せんして承認をうる手続が行なわれました。

次いで、事業の第一として、協会加盟会員の増強運動を展開することが決議されました。

その内容として、全国をいくつかのブロックに区分し、その拠点とも

なるべき本部を札幌、東京、名古屋、大阪、福岡におき、加盟成果の向上に従って、県協会の設立、ブロック本部の分割化を進めてゆきます。

とりあえずの目標は全国各県に必ず加盟店ありといえるようにすること。それが府県単位でまとなり、地方ブロックでまとなり、全国的にまともって、はじめて、日本サウナ協会が法人資格を取得する基礎ができるというものであることを認識しました。そのためにはまず文書活動を行ない、次いで個別訪問も辞さないという心づもりをもつ協会役員の業界結束のためにする努力を、未加盟業者の方々にぜひご理解いただきたいということになりました。

次に昨年度から盛大にスタートしたサウナ・トレーナー講習会に関する議題に移り、各地に異常な反響をまきおこしているこの講習会を今年も普通科、高等科に分けて実施する旨の決議がなされ、さらにヘルス諸嬢のレベルアップに負けないための管理者研修会も実施することが決定しました。

テーマは次の二点で、

「実績をあげるための計数認識と管理ポイント」

「お客さまの気持になるサービスの実際」

まず関西協会で実施してみることになりました。

この研修会のおもな目的は重油の値上げその他難問に対応して、苦しい経営を余儀なくされている経営者の強力な協力者を養成しようというものです。

サウナ・トレーナーの正式な養成所を、東京、名古屋、大阪に設置したいという協会の願望に対して、厚生省としても前向きに検討を約束されたという明るいニュースも披露されて、会議は予期以上の成果を得て終了いたしました。

〈出席委員〉

- 戸村委員長、今井(代人)、吉田、北野、副島、浜田、橋田、坂本、大山の八委員。

〈特別参加〉

中野関西協会会長



会議後談笑する出席委員

ラドン泉の効用

病気になるらない真の健康を得るには

ドイツルール教育大学元教授 草島 時介
東京教育大学元教授

サウナ第三十五号で、サウナにラジウム温泉をプラスしたら、と題して、ラドンのことをご紹介いたしました。が、巷間ラドン温泉に対する意識が意外に高いので、敵を知り、己を知る良いチャンスでもありますので、専門家のご意見を特集いたしました。

人体は生きた統一 よい調和と均衡が必要

人の最大幸福は、健康と長寿にあることは誰も否みません。人は病気になるてから、やれ糖尿病、心臓病、胃がん、高血圧、神経痛、胆石などと訴え、医者に走り治療を求め、医者はこれに対して医療を施し、これを癒そうと専念します。これは一応当然です。しかし、その前に、我々は病気になるぬような健康を考えることが先決問題です。それには、人体とはどんなものかについて十分な知識をもつ

ていることが最も必要です。人間はあらゆる機能の連関する生きた統一体です。単に細胞の集ったものではありません。

人体というものは、社会とよく似た存在であり、単に細胞や組織の加算集積した全体でないように、社会も、火事やお祭りに、たまたまより集った、単なる鳥合の衆ではありません。人体は生きるという大目的をめざして、いろいろの機能が有機的に連関した出きた統一体です。社会も一定の目的を追い、統制された、やはり生きた統一体であります。両者はよき調和、平衡を保ちながら進む生きた統一体なのです。だから両者はこの統一を失わないことが最も大切です。この調和平衡を失うと、人体は病に犯され、世は犯罪、事故、惨事等に見舞われるものです。

よき教育、よき思想、よき政治、よき人々の社会には、これが影をひそめると同様、よき管理下にあ

る健康な人体からは、病が遠ざかるのは当然です。一旦かかった病気のみを癒そうとするのは、犯罪人のみを罰そうとする手おくれの糊塗策に過ぎません。よき調和平衡を失ったという、もつと本原因に遡ろうではありませんか。社会の全体的治療はいうはやすいが、容易に近づけません。人体の健康化は、意外に手近にありません。が、今健康なので、不慮の病気を等閑視する向も多々ありますので、次のご注意を是非一瞥お願いいたします。

健康の条件

人が最も念願する健康のためには、次の四つの事項が必要なので、すから、これを目指して、ご自分の健康を管理してください。

(1) 人体には、元来、弱アルカリ性の血液が流れて、生命が保持されているのです。このアルカリ性

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!!

—リース品目—

- タオル類
- 浴衣
- パンツ
- シーツ
- ガウン
- その他

本社 東京都荒川区荒川5の2の6

☎ 30-807-0306 (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

酸性の調和が破れ、時に酸性体質にでもなると、そこに病気がおこるものなのです。弱アルカリ性体質は、病気の発生に抵抗し、自然治癒力を発生するものなのです。

アメリカのがん研究の大家ランシング博士は「あの恐るべきがん細胞もアルカリ性体質の中では育たない」とさえ極言しています。

ところが悲しいかな、現今、酸性体質の人が日一日と増え、健康維持に、大きな問題となっている始末です。成人病、心臓病、糖尿病、胃腸病その他の諸病は、概して酸性体質の人に多く発生いたします。この酸性化の防止こそ、人間健康の第一歩であります。



(2) 近頃世の中は電化され、機械

化され、飽食暖衣して体を動かすことが減り、そこにカロリーの摂取、消費の調和、平衡が崩れてきました。人体の機能は、必要なカロリーをとって動き働くことにより、これを消費化されるようになっていくのです。ところが、今日のように、楽をして動かず、カロリーを使い余すと、人は肥満する者が多くなり、こんなバランスの失調は、やがて糖尿病、高血圧等の諸病を招く原因となります。このカロリーの摂取、消費の正しい調和、平衡を維持することが、最も健康のためには必要な条件となってくるのであります。

(3) 血液は全身をくまなく流れて

います。私たちの生活環境にはこれを汚染させる種々の悪い原因があります。すなわちわれわれをとりまく種々の物質に浸みこみ、やがて血液中に過剰糖分、中性脂肪、窒素化合物、コレステロール等が蓄積され、血液を汚染してしまうのです。こうして、大事な自己の体の老化を促進し、動脈硬化をきたし、脳出血、脳血栓、脳卒中、心筋硬塞、糖尿病などという難病

の原因になると考えられています。この血液の代謝障害は、生活環境と生活方法上、避けることが容易ではなく、人体の健康を悪化することになります。であるが故に、健康を得るには、この血液汚染による代謝障害を克服せねばなりません。

(4) 今日の社会は心身上の公害にさらされ、さらに繁雑混乱した社会生活のなかで、人はしばしば自律神経の調整を失い、そのあげくは自律神経不安定症、失調症に陥ってしまうものが多いのです。これはとくに内臓に器質的変化は認められないので、自律神経の調整によって苦痛を除去し得るはずのものです。

症状としては、頭痛、めまい、動悸、息切れ、不眠、疲労、四肢冷感、異常発汗、胸痛、食欲不振、下痢、便秘等多種多様であります。これは、体質的基盤に心身の要因が加わり、さらに、自然的社会的な外的因子も加って現れるものであります。

人が健康なためには、自律神経が調和平衡を失い、不安定であつ



てはなりません。

上述したように、人はどこまでも機能が有機的に連関した生きた統一体であります。

以上述べた四つの重大事項において、自律神経は失調におちいらず、調和、平衡のほどよくとれた状態にあらねばなりません。要言すれば、弱アルカリ性体質、カロリーの摂取消費のよき調和、血液中の過剰な糖分、中性脂肪、窒素化合物等の除去、すなわち血液代謝の障害除去、自律神経の不安定性、すなわち失調除去が健康上の最大要件なのであります。

病気になるために……
もし病気になるのなら

不幸にも、人は病気になる。から医師を訪れても、その治療は、単にその病気の治療にとどまり、結局今日の医学では、いわゆる対症療法以上に打つ手はありません。いまさら、がん患者を前に、機能の調和平衡などと口にしたとて、病気を発生させぬよう、平素から上述の四大要件をみたら健康体を作っておくようにせねばなりません。



ようとする対症療法では、病気は治癒しても、元通りの健康に回復させることは困難なことです。

元来、西洋医学では病気を癒そうとしますが、東洋医学では病人を癒そうとします。医学の目的は、一切の機能が有機的に連関する生きた統一体である人間の機能上の欠陥を修復して、もとのあるいはそれ以上の機能の有機的連関統体に復することを期すべきであります。今の分化の極に達した西洋医学では「がんは治ったが、病人は死んだ」ということも考えられることです。医療術は単なる科学ではありません。どこまでも科学を基礎としながら、病人を癒す術であるべきだと信じます。

**この目的に沿った
健康保持法・療法**

私は、ここに紹介するラドン泉（アルファイオン泉）療法こそ真の医療だと固く信じています。これは、あらゆる機能の有機的連関統体たらしむべく人を導くからだと思います。すなわち、ラドン泉入泉は、上記の人間に不健康をもたらす四大原因を除去し、人間をし

て、円満なるあらゆる機能の連関統体に導くことにおいて、卓越した効果を発揮することが確認されているからです。人間をして、根源的に、本質的に健康に導くことが約束されているからです。約一〇分間のラドン入泉を数日続ければ、肥満停止、弱アルカリ性体質化、血液浄化、自律神経正常化等々の卓効が、すでに内外において実証され、全身健康が約束され、躍動する生きた人間を癒す点において正に東洋医学と撓を一にするといえると思います。

生きた人間の身心のあらゆる機能がよき調和、平衡をもつことが健康の第一歩の重大要件であることはわかって来ましたが、この健康の優れたよるこびを、どうして実現するか、さしあたりの問題として重要視され、心ある人は対症療法の世界の中で、その方法をさがし求め、さがしあぐねてまいりました。だが、この方法としては、あるものは長期を要し、あるものは繁雑で操作困難、あるものは規模が極端に広大で即座には実現不能のため、おつこうに流れ、同時に科学発達のため、対症療法に分

スカーとさわやか コカ・コーラ

Drink

Come on in. Coke

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〉
Coca-ColaとCoke、コカ・コーラとコークは The Coca-Cola Company の登録商標です

化発展に押されてしまい、ついに人間の本性性をわすれがちとなり、ピカピカした医療器具などの光彩に幻惑されて、今日の窮状に追いこまれてしまったのが実状でありましょう。

もつと病気などのある種類のものは、これで難なく治癒するものがないとはいいません。しかしこと全身の健康に関する限り、西洋医学の対症療法は、その前に道を譲らねばなりません。

病気にかからない保健手段、薬害などのない治療法、高年になれば必ずおそわれる更年期症、その他成人病、老人病に対して、日常

の物心両面の準備など、日常からの、計画的な実行をおすすめします。

理想的な健康保持法・療法 —ラドン泉入泉法—

この目的にピタリと答えるのがラドン泉療法だと確信し、これをおすすめいたします。この健康法は、物珍しくひびきますが、ソ連のヨーロッパ区域において、国営の健康施設が普及し、その数が何と二万五千もあるということです。ラジウムを使用して発生させた高濃度のラドン液を配給したラドン泉なのです。とくにコーカサス地方ではこれが普及し、健康障害を解決して、その地方が世界一の長寿地であることでもその効果がわかります。これが、アメリカならぬソ連での普及なので、われわれには目新しく見えるだけのことで

ラドン療法の効果は、ラドンそのものではなく、アルファイオンにあるといえましょう。そのメカニズムは、天然の微弱な放射性同位元素を含有する物質から発生させるアルファイオンの必要量を、

特殊な装置を使って発生させ、気密性を有する浴室内の浴水と空気に滞積させ、それが入浴と共に皮膚からと、呼吸によって体内の血管に入り、体内の老廃物(足、腰などの痛むところにたまった硬結、コレステロール、過剰な糖分、窒素化合物、中性脂肪等にイオン化作用(電離化作用)を与えて、これを溶解して、体外に排出するので

す。だからこそ、短時間内に血液の代謝障害は改善され、全身における健康障害になる原因を除去し、細胞組織に対する賦活作用により老化を遅らせるものと考えられます。さらに、体質の弱アルカリ性を促がし、自律神経を調整するので、更年期、老人期の健康要件を整え、健康障害を除去することになります。このアルファイオンの作用は、単に入浴という日常生活に即して行なわれるので、極めて簡易な方法で健康目的が達成されるのであります。さらにアルファイオン泉の入泉によって、男女ともに皮膚がなめらかに美しくなることも目立ちます。これは、アルファイオンが皮膚または呼吸を通して、血管に流れこみ、身体各所で、アルファイオン独得のイオ

ン化作用をおこなうためであります。イオン化作用は人体の血液の組織に働き、血液内の老廃物質、すなわち血液を悪化老化させる中性脂肪、コレステロール、窒素化合物、過剰糖分の代謝を促進もするためであります。これを見ても、人の美しさは、単に外面的のものでなく、体内の健康によって作りだされるということがわかります。

上述のように健康を約束し、たいていの諸病を癒す卓効のあるこのラドン泉(アルファイオン泉)療法は、その卓効のわりに、意外に簡易な方法で行なわれることです。日常生活の中で、計画的に定期的に実行することが望まれます。この療法は、ラドン泉に約一〇分内外の入泉を、ほんの数日間行なうだけで、健康化の実績が見えはじめるほどすばらしいものです。このラドン泉入泉によって、一刻もはやく真の健康、真の美容をかちえることをおすすめいたします。



(医博)



考え直してみたい休暇のスポーツ 下

動と静をたくみに配列し
有益な休暇をすこすこ

休暇の一日一日は大変貴重なのです。充実したものにしなければなりません。

ですから、一日をうまく割りふって計画的に使うべきです。

そこに活動的休養と受動的休養、つまりせかせかせしないで、動と静をたくみに配列することが大切です。

ダンスやその他の娯楽的な催し



休暇は計画的に有効に

ごとを休暇の主目的にしてしまうべきではありません。

そうではなくて、例えば、壁かけを変える、ことでもよいのです。

こういった新しい印象、刺激、気候風土の変化（山とか海）等は、保養効果が非常に大きいといえます。

例えば高山地帯のうすい空気が高度二〇〇〇mで空気中の酸素含有量は約一六％。これに対し海面では普通二一％）は、肉体活動は別にしても、大変よいトレーニング刺激（循環系の活発化）を与えてくれます。

このように高所の気候風土に我々の体を順応させると、すばらしい効果が生じます。

しかしこの場合、余分な負荷が加わることになるわけですから、このことを十分に計算に入れ、はじめの数日は体に極端な負荷をかけないようにしなければなりません。

すなわち「高度順化」することを忘れてはならないのです。

スキーでの傷害がとくに三日目に多く生じていることからそればかりです。

ただ季節的な保養効果は夏よりも冬のほうが大きいことも確かです。

家族ぐるみのスポーツは 親子の信頼関係を増す

休暇中の健康スポーツはできるだけふうをこらして行なうのがぞましいといえます。

とくに家族ぐるみのスポーツやプレーは、親子の信頼関係を最も深めるものとなります。

バドミントン・リングテニス・バレーボール・重い石投げ・跳躍・ランニング・体操・水泳などは非常に適したものであるでしょう。

この記事は「あなたを救う健康スポーツ」(B・グリーン・ネヴァルト、F・ヴェルツェン・ミューラー共著、福岡孝行訳)より一部転載したものです。

編集部

お店の御繁栄は清潔なガウン・タオル・パンツで...

-----サウナ用-----

ガウン・パンツ
バスタオル
フエスタオル
タオルケット
ロッカーキーホルダー
見本・御見積りお送りします。

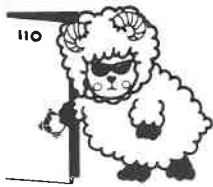
ご報参上飛んでまいります

タオル・ユカタ・ガウン・シーツ・テーブルクロス・ユニフォーム

株式会社 **ジャクラン** 商事

東京都墨田区緑 1～2～13 TEL (03) 635-1321(代)





お客様へ

盗難防止のお願い

貴重品類は必ずフロント
にお預け下さい。
万が一紛失の場合、責任
を負いかねます。

店主



日本サウナ協会加盟

念には念を！
盗難防止のシールをロッカーへ

どこのお店でもフロントやロッ
カールームに大きくお客様へのお
願いとして貴重品の処理が書き出
されていますが、一つ一つのロッ

カーにシールを貼り付けたらより
一層注意を喚起することになりは
しまいか。そこでおすすめするの
が左のシール。

現物大です。ご必要の向は日本
サウナ協会へ直接お申込ください。
一枚六十円でお頒けいたします。
枚数は何程でもけっこうです。

香花石に水をかけて楽しむ本格派

メトスサウナ



お客様に喜ばれる本場のサウナ

本場フィンランドの伝統技術が生んだ
本格サウナです。熱効率・安全性・耐久
性にすぐれており、業務用から家庭用ま
で世界50カ国の支持、信頼をいただい
ております。魅力あるサウナを、ぜひ。

ステライト濾過機

技術革新が生んだ決定版

●小型で軽量●湯・水の両方に使え、
フィルターが洗淨が可能●濾過材は
不要●30～50%の大幅なコストダウン
に成功

中山産業株式会社

東京都中央区錦堀3-11-5(第2中山ビル) 千104 TEL.(03)542 0331(代)
大阪市大淀区中津1-18-1(新西杉ビル) 千531 TEL.(06)375 1751(代)
札幌市中央区南1条西3丁目(健康センター) 千064 TEL.(011)641 9269(代)

地区だより

北海道

盲人組合とのトラブル和解

同紙先月号でも報告いたしましたが、先般来問題化しておりました苫小牧地区某サウナと盲人組合とのトラブルは、七月二十日無事円満解決、和解が成立し、盲人組合側は告訴を取り下げました。

和解条件としては、

一、有資格者を総員の半数以上とする事

一、無資格者については、マッサージ助手扱いとすること

の二項目だけで、この内容を早速道庁衛生部にも報告いたしました。ご心配いただきましたが同業各位に心からお礼申し上げます。

次に北海道サウナ協会として、九月を期して、全道業者の加入勧誘運動を行なうべく、目下協議検討中です。勧誘効果をあげるにはどうすればよいか、名案がありましたらご教示ください。

事務局よりおねがい

従来から日本サウナ協会のシンボルを示すシンボル灯が、各サウナの店頭をにぎわしておりますが、このマークをさらに周知徹底させるため、このほどシンボルマークのシール(写真)を作成、協会加盟のみなさま方へお送りいたしました。

このシールは二枚まで無料配布いたしますが、追加ご希望の分につきましては一枚二百円でおわけいたします。どしどし事務局までお申込ください。

健全サウナの店ここにありの心意気を示すこのシンボルマークを一枚でも多く、お客さまの目にふれやすいところに貼付していただきたく、おねがい申し上げます。



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、あたくのサウナに
一級のお客さまを呼ぶでしょう。



紳士用化粧品エロイカシリーズ

お問い合わせ、ご用命は。〈関東地区〉 順不同

カネボウ化粧品(業務用)
サウナ代理店

㈱日祥商会……………☎ (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
 ㈱リード……………☎ (316)4126

〈中部地区〉

(合)千代田実業……………☎052(331)4654

〈関西地区〉

福助石俣㈱……………☎ 06(211)4420
 おせ商店……………☎ 06(372)4981
 福助南店……………☎ 06(706)0101
 ㈱ファースト産業……………☎ 06(358)3363