



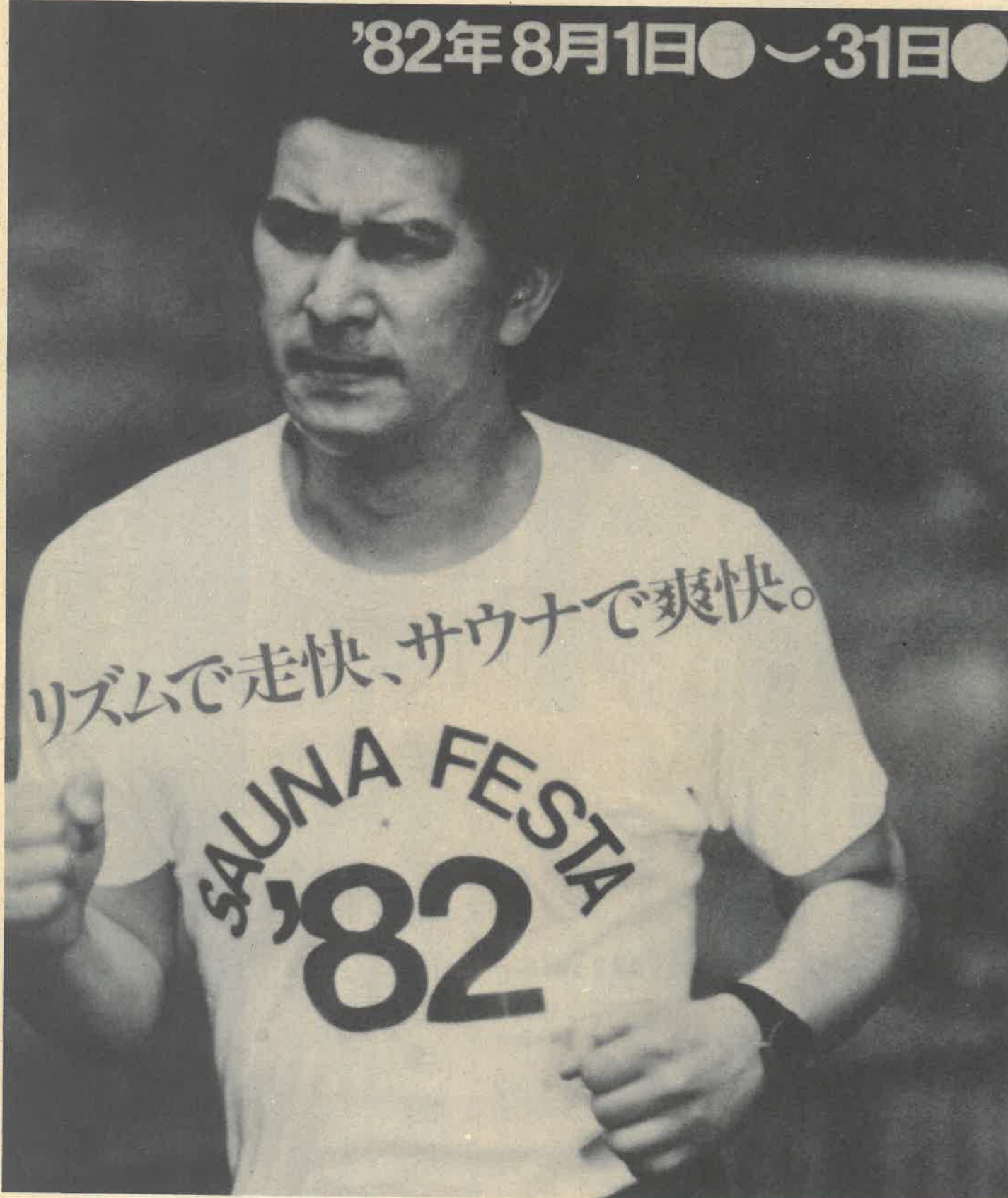
SAUNA

7 73号

発行所 日本サウナ協会広報委員会
大阪06 (211) 0463(直)
〒542 大阪市南区道頓堀2-4-6
(三光ビル)

日本サウナ協会発行「健康に奉仕する」サウナ業界唯一の専門紙!!

'82年8月1日●～31日●



8月は第3回全国サウナ祭!!
いい汗かいて・ジヨウキンクウオツチ 2010本が当たる

技術で創造する

National
松下電工



もみたいツボに手軽にあわせられます。
疲れ、コリのツボを手押し
の味でマッサージ。もみ幅が
調節できて、背中じゅう絶妙
のみみ味で快くほぐせます。
●背すじローリング付。●マ
イコン内蔵のワンタッチ操作
器。●ランバーサポート(腰椎
支え付)。●専用布カバー付。
●お求めは電気店、デパートで。

〈ツボあわせタイプ〉

ナショナル モミモミ

医療用具
番号56B1339

新発売
モミモミEP560
¥135,000

肩コリ、疲れ
腰の痛みにも。
プロに学んだ
手押し
の味。

8月1日~31日

'82第3回全国サウナ祭

●全国サウナ祭参加店で盛大に実施

ごあいさつ

日本サウナ協会の機関誌『健康』を、この七月号から表題『SAUNA』と改め、タブロイド判の業界唯一の専門紙として、サウナ業界だけでなく、広く一般サウナ愛好者を対象にして、『健康とサウナ』を中心に、楽しい話題を提供いたします。どうかご支援のほどお願い申し上げます。

昭和五十七年七月十五日

日本サウナ協会 会長 中野 幸雄
 広報委員長 橋田 吉平

経済、社会ともにスッキリしない、会社、商売もむつかしいやりにくい時代に、ストレスの解消は、サウナでいい汗かくのが一番と思うがどうだろう。いい汗かいて健康も増進とくれば、商売繁盛(会社もふくめて)、無病息災、家内安全と善循環すること間違いがない。仕事も家庭も健康であれば守れるものでいつの世にも不変である。文字通り体が資本の時代に逆戻りした。最近では栄養価の高い食品のせいで若い人でも肥満が増加しつつある。運動すれば汗もかき体もスリムになるのが分かっていても実際には運動する事が苦しく長続きしない。またその時間もなかなか作りにくい。そういう理由だけではないだろうが、着実にサウナの利用率が増えてきている。若い人

には今やファッションとしても取り入れられている。昨年のサウナ祭は抽せん券が全国で一〇六万余枚がサウナ利用者へ手渡された。この枚数はサウナ協会に入会している店だけであるから未入会の店を利用した人数を合算するとおそらく一日五、六万人の人がサウナの愛好者と言えるのではなからうか。今年第三回全国サウナ祭が八月一日~八月末日まで開催される。これはひとえに日ごろご愛用していただいているお客様に謝意を表した感謝祭でもあります。景品にはシチズン商事発売のジョギングウォッチ(ヘロードランナー)が全国で2010



ロードランナーの特長

アラーム/ペースメーカー機能 (ビッチ 0.5239分) / ストップウォッチ(100分の1秒LAP、1位2位同時計測)

このへべが・ロードランナーが
 2010本当たると!!

キャンペーン期間中、全国サウナ祭参加店でご入浴いただいたお客様に、走行距離や平均速度を計算できる回転リング付きのデジタルウォッチが、その場で当たる三角クジを差し上げます。生活をリズムで演出するベガウォッチ・ロードランナー。毎日の健康に心がけてください。

サウナ浴の一般的な心得

サウナ入浴前は、しばらく休息するとよい。とくに、一日の仕事の後やスポーツの後、内臓の血液が体表面や筋肉中に集まっているため、急にサウナに入ると脳貧血を起しやすいし、心臓や血管の負担をまして、突然重大事故の原因にもなりかねません。

サウナ温度は、八〇~一〇〇度程度がよいが、一〇〇度以上もある高温がよいと錯覚している人もありますから、注意してください。あまり高いサウナは、血圧を急上昇させ、心臓に強い負担をかけ、皮膚を痛め、神経の働きを乱すなど有害な条件が少なくありません。

入浴時間は、8分から12分ぐ

本も当たる豪華版であります。このほか各店の獨創性により景品があるところもあります。今年のサウナ祭のキャンペーンキワードは「リズムで走快、サウナで爽快」という「走快・爽快」をもじったところ合わせでB版ポスターにはSAUNA FESTA'82のキャンペーンTシャツを着た男性が力強くジョギングする印象的で迫力のあるポスターです。健康に奉仕する産業としてがっちり根をおろしたサウナ。このキャンペーンを契機として愛好者はもちろんのこと、未体験者にもぜひ利用していただきたい。

サウナ利用の目的は

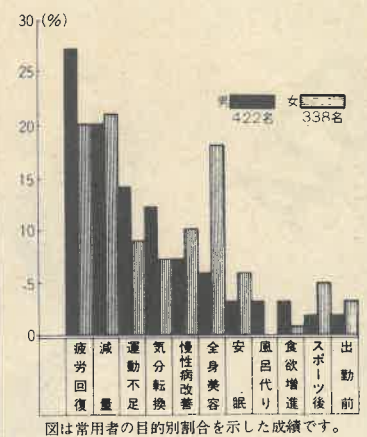
サウナの利用者は、月間一千万人を超えています。そして、愛好者たちは、自分

て疲れたり、湯ぎめしたりして調子を崩すことも考えられます。それは高温刺激に對抗して、副腎皮質の過剰な防衛反応が、かえって疲労困憊となり、だるさ

を一つつてしまおうのしょう。しかし、ぬるめのサウナは鎮静作用があつて、ストレス解消や安眠効果もありますから上手に使ってください。

サウナの利用者は、月間一千万人を超えています。そして、愛好者たちは、自分

の健康生活のために、それぞれ目的をもって効果的な入り方をしています。



SANSYO

健康的サウナと暮づくり
 専門業者の設計施工がキメ手

①くつろぎの場 ②消防基準への合致
 ③顧客ニーズに合わせる——のは、モ
 チ屋はモチ屋の演出するところ。サウ
 ナ店がサウナ本来から離れては、お客
 様が離れるのはあたりまえだ。これか
 らのお客様づくり、健康サウナの営業
 には、まず北欧の本格サウナにかえれ
 といいたい。

公衆浴場と家庭風呂のつをふまないキ
 ム手をシリーズで提言します。

代表取締役 小山 隆史

製造元 **サンヨーサウナ製作所**
 販売元 **三商機器株式会社**
 大阪市南区谷町8丁目8-2 ☎06(762)8233

新発売

サウナ経営の省力化に
 マイコン搭載のホットな一台

サウナ券や入浴券など、10種類の券を発売できるクボタのTV-CE5形。マイコンが日計・累計をカンタンにプリントアウトして、金銭管理や売上げの管理集計がラクになります。人件費の節約と経営効率のアップに頼もしい最新鋭機です。

充実機能で便利さいろいろ

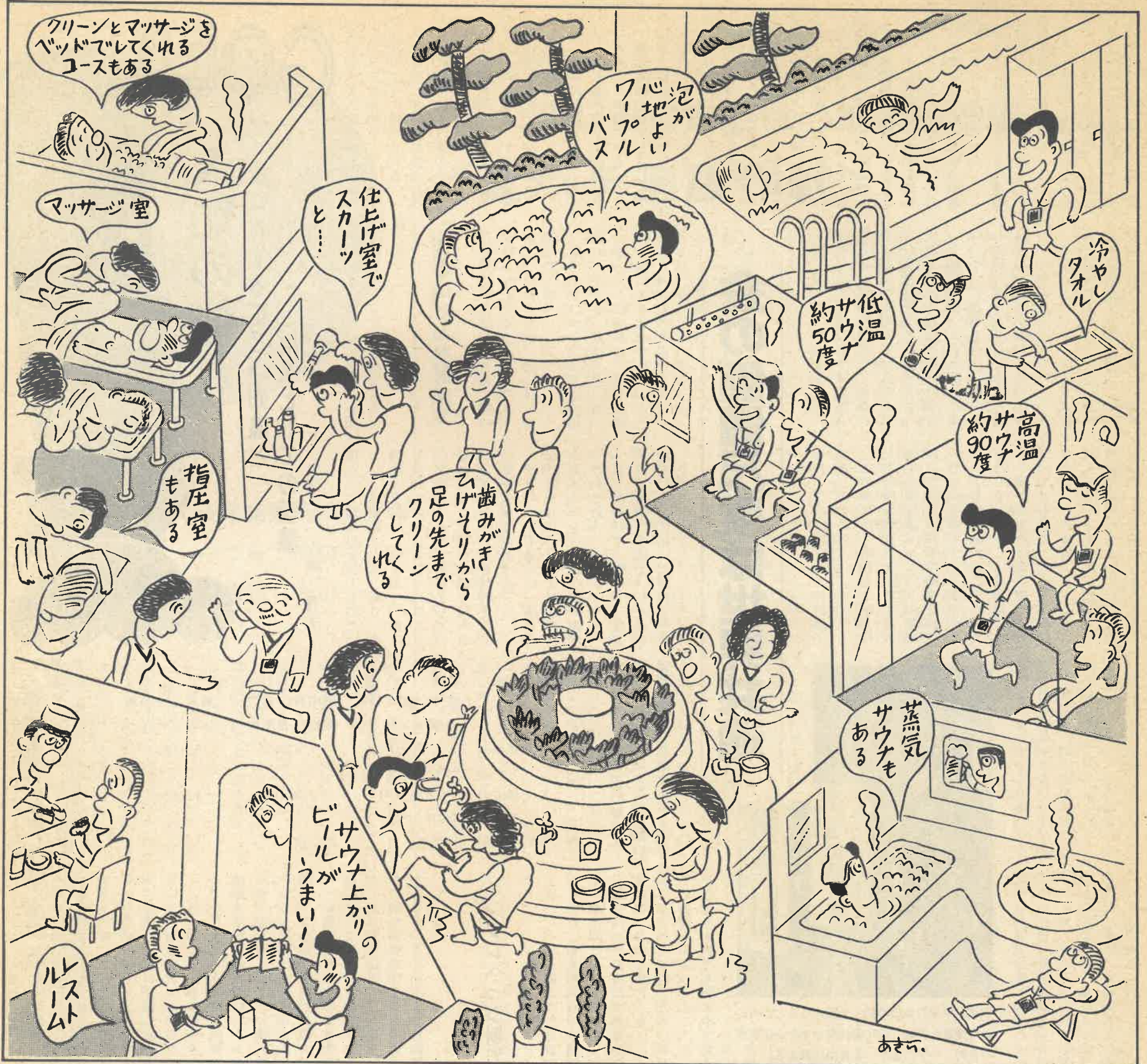
- マイコンで、一日の売上げ枚数、金額、合計や一定期間の累計をプリントアウトできます。
- 10種類の券を10円から8,000円まで、それぞれ異なる金額に設定できます。
- 奥行555%のコンパクト設計に前面操作タイプで後びったり、設置場所をとりません。
- 10円、50円、100円、新500円硬貨、500円札、1,000円札のすべてが使って両替の面倒がありません。
- お客さまを待たせないスピード発行です。
- つり銭は自動補給式で手間がかかりません。

技術で応えるたしかな未来

マイクロコンピュータ

のボウ入場券
 自動発券機
 TV-CE5

●自販機に関するあらゆるご相談・ご注文は下記の当社窓口へ
 本社：大阪市浪速区東津東1-2-47 ☎556 06(648)2214/東京本社：東京都中央区日本橋室町3-3-2 ☎103 03(279)2111/九州支店：福岡市博多区博多駅前3-2-8(住友生命博多ビル) ☎812 092(451)1121/北海道支店：札幌市中央区北三条西3-1-44(札幌富士ビル) ☎060 011(231)8271/名古屋支店：名古屋市中村区名駅3-22-8(大東海ビル) ☎450 052(563)1511/東北支店：仙台市本町2-15-11 ☎980 0222(25)8151/広島支店：広島市中区基町5-44(広島商工会議所ビル) ☎730 082(221)0901/四国支店：高松市亀井町2-1(朝日生命ビル) ☎760 0878(33)5311



汗がよく出るのは健康の証拠

しっかりと汗を流した後は、ショーツパンツのヘルス嬢が、わがムスコ以外をすっかりクリンしてくれる。サウナにおどろいた足の裏をブラシでこすられるこそばゆさ、心地よさ。ドライヤーで入念な仕上げが終わると、いよいよマッサーズだ。「お客さん、腕と足がえらいこつてますワ」とぐりぐりツボを押さえる指先に力がこもる。足をぐいと折り曲げる。このかわいヘルス嬢のどこにあるかと思われる強力(ごうりき)で、身体の裏表をすっかりみほぐされた。

フィナールは冷えたビールのサービス。ごっくん、そのうまいこと、まさにサウナのハイライトでありました。

頭を使い、気を使い、そして身体を甘やかしている人のストレス解消法にはサウナが一番というから、まさに私にぴったり。そこで締め切り前の仕事をうつちやつてこのルポにホイホイと出掛けた次第。

まずプールのような広い浴槽で一風呂あびてから低温サウナへ。低温といっても五十度はあるから、しばらくすると汗がじわじわ。汗がよく出るのは健康の証拠なんだそう。

次に九十度はある高温サウナへ。足の裏のあまりの熱さにびっくりしてとび出す。

高温サウナでがんばるコッは足をやたらに動かさぬこと、というで再挑戦。不動明王の心境で五分間をがんばった。

吹調ルポ

まんが

サ藤田あきり

自然の力に感謝する

新登場 黒松千年屋株式会社

大阪市淀川区西三国1-2-35 ☎06(392)3750

100% 天然梅果汁

※品質は☉マークが保証します。

フロントにお申し込みください。製造元に直接お申し込みの場合12本入りのカートン単位です。ご入金しだい現品をお届けいたします。

日本サウナ協会会員店ご利用の方に限り送料サービス。(限定販売)

600ml ¥2,500

ひと汗流したら、「アルギンズ」

味の素KK

アルギンズ

アルギニン入り健康ドリンク

■駅売店、サウナ、酒店、食料品店、スーパー、薬局などで求めください。

サウナでひと汗流したあとの「アルギンズ」はまた格別。「アルギンズ」は味の素KKのAMINO酸技術から生まれた新しいタイプの健康ドリンク。人間の体に欠かせないタンパク質を構成するAMINO酸のひとつ、アルギニンが主成分です。

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
フェスタオル
タオルケット
ロッカーキーホルダー

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)

見本・御見積りお送りします。

GOLD

人類の憧れ

金に対する正しい知識と財産としての認識

金研究者 佐藤 秀夫



金に対する人間の姿を、かつてイギリスの首相デズレリイは、次のように語っている。「恋愛で心の平静を失うよりも、金で平静を失う人の方が多

い」。人類が国を築き、文明を持ったといわれるのは、ナイル流域に都市国家が興った紀元前五千年の頃からであり、人類が金を発見したのは、紀元前四千年オリエントに青銅器文明が興った頃であるといわれている。つまり、金は人類の歴史と共に、すでに六千年という長い年月を経ている。しかし、どんな人でも

金塊をはじめて手にしたときに、心臓が高まり、異様な興奮におそわれる。それはなぜか……。金は全人類にとって、何よりも至高の価値があり、神にも似た近寄り難い威厳のある存在だからだ。だからこそ、金に寄せられる人類の「信頼」は絶対であり、普通の価値を持つものになつた。そして金は、人類の憧れの的だったからこそ、いつの時代でも金にまつわる悪事や誤解が絶えることがなかった。

日本では昭和四十八年に金輸入自由化、次いで昭和五十三年金輸出自由化が実施されたことにより、だれでも自由に金が売買できる時代を迎えた。しかし、昭和六年から約半世紀にわたる金統制時代が続いたために、大

半の人々は金に対する正しい知識や財産としての認識を忘れてしまった。

金とはどんな財産か

「金」といえば、はじめて関心を持った人はほとんど次のような二つの考え方を、金に対して持っている。

第一に多いタイプは、金は相場ものだから、安いときに買って高いときに売れば、大きな儲けが期待できるのではないかと考えている人である。

金の価値尺度は世界共通

第二のタイプは、金を上手に運用すれば、預貯金や証券類よりも高い利回りが期待できるのではないかと考えている人だ。

いずれも金に資金を投下して、大きな儲けや利益が得られるという期待を持つ人が圧倒的に多い。こうした考え方は、いずれも間違っている。なぜなら、金は利益や儲けを生むものではないからである。

こういふと、中には金を売買した経験のある人がいて「数年前の金価格よりも時価が二倍も三倍にもなっているのに、なぜ

が、値上がりはそれよりも高いわけで、当然儲かっていると判断されるわけだ。

③	
買った金の量	
①÷②=③	③
1,629円	4.419g
3,385円	4.342g

表1		①※	②	③
		住宅公団3DK 分譲マンション	田中貴金属月 平均小売価格/g	買えた金の量
S 50年 6月	720万円 (48.13平方米)	1,629円	約2倍	約2倍
S 56年 6月	1,670万円 (46平方米)	3,385円	約2倍	約2倍
		(値上げ率)	約2倍	約2倍

この資料は、昭和五十六年六月と六年後の昭和五十六年六月の住宅公団分譲マンションの価格、および同月の月平均価格を比較したものである。六年間でマンションも金価格も約二倍に値上がりしているから、六年前にマンションかまたは金を買った人はいずれも儲かっていると判断される。それは仮にマンション購入資金を年七分の年利回りで複利で運用したとしても、元利合計で一・五倍にしかならない

しかし、こうした物の見方は、正しい見方とはいえない。物の価値を正しく判断するには、紙

インフレヘッジ財だ

従って、金が儲かったとか利益を生むと考えられるのは錯覚で、金は同じものを購入する力を保ち続けているにすぎないの

である。このために、金は「インフレ・ヘッジ財」だといわれている。

私たちが目にする頭の中で

私たちが目にする頭の中で考

えている計算で注意しなければならぬのは、物の価値を見る場合に、知らず知らずの内に紙幣のものさしで計っているという

習性だ。本当の物の価値を計るには、金の重量におきかえて見

とは、今も昔も変わらない。そこで、六年前のマンションの購入代金で買った金の重量と、六年後の購入代金で買った金の重量を比較してみることで、正しい物の価値を計ることができ

也是確かめたの意味

私たちが日頃使い慣れている領収書に「一金〇〇円也、右正に領収いたしました」という文面を用いている。この文面で、円とは、明治四年に制定した日本の貨幣法(新貨条例)で「純金量四分をもつて円と称す」としたことで、一円とは純金量で一・五割としたのである。(一匁十分三・七五匁)

また、「也」という字は秤垂を意味し、着物のすそを表している。このことは昔、男も女も着物を着ていたために、すそをまくって性別を確かめたことから、「也」には「確かめた」という意味があり、ソロバンの読み上げで「〇〇円也」ということは、間違いない〇〇円あるという確認を表している。従って、領収書の言葉は金本位制の昔にもどして書いてみると、拾円とは、「二金十五匁也」となる。そして金十五匁で明治のはじめに買えたものは、金で持っていたら今でも買えたことになる。金十五匁でお米を買ったとすれば、大人一人が一年半生きられるお米が買えるが、これは百年昔も、五十年前も、そして今もほとんど変わっていない。



住渡、甲州の金山の話、全国いたるところにある埋蔵金の話、時代劇に欠かせない山吹色の小判……その金がいま自由に見える。

(写真右上はGDバーの下はクルーガーランド金貨。左側はコインバー)



まかせて安心 白興のリネンサプライ

〇完備されたサービスネットワーク〇サウナ・特殊浴場・ホテル専門!!

—リース品目—

- 〇タオル類
- 〇浴衣
- 〇パンツ
- 〇シーツ
- 〇ガウン
- 〇その他

本社 東京都荒川区荒川5の2の6 ☎ 30-807-0306 (代)

足立工場 ☎ 03-853-6082
川口工場 ☎ 0482-24-1369
渋谷工場 ☎ 03-461-5298
池袋工場 ☎ 02996-2-3496
橋本工場 ☎ 0287-32-2544

株式会社 白興

大塚製薬

サウナのあとに

のどごし

痛快

元気ハツラツ

オロナミンC

輸入発売元、株式会社リムーバル
〒101 東京都千代田区神田富山町18
西川ビル2F1号 ☎(03)256-1022(代)

悪臭はお客の足を遠ざけます

スエットレスは全く新しいタイプの、バクテリア増殖脱臭剤です。国立競技場・後樂園・ドゥスポーツプラザなど、有名サウナ、アスレチッククラブで愛用されています。浴室の排水口、サウナ室、更衣室の汗や体臭による強い悪臭も、スエットレスのスプレーで全く無臭になり、お客様はさわやかなご入浴に満足されます。お店のイメージアップにお役立てください。—お問合わせ、ご用命は、サウナ用品問屋または当社へ—

アメリカ特許

スエットレス

効きめで信頼



おたのしみのあとは心地よい安眠

〈夏バテ追放作戦〉ドクトル・チエコ

ムシ暑い夏の季節になると、夏バテをおこすかたも多く「仕事を休んで、もうドカッと疲労があるのに、また夜にセックスのおつとめなんて、ムリだ！」

遠なさるかたがいらつしやいます。もつたない。夏はまた女性に、肌をミズミズしくさせ、美しくみえるとき。どうぞ、昼の疲労を解消し、情熱的なひとときをおたのしみください。

それには夏バテを、すばやく一掃する方法を実行するのが一番。高温多湿で不快指数が高まる、体内は汗を出そうとするため、ビタミンB類が不足したり、血液のアルカリ度が低下して酸性にかたむき、だるさや、エネルギーの消耗で、疲労感が高まります。疲労感を取り除くには、まずビタミンB類の補給が肝心。昔から、ビタミンBには麦がよいと、夏に麦ごはんを食べたり、麦湯を冷して飲む習慣があります。これも悪くはありません。しかし、量的には不足です。もつと他のものでもと

つてください。うなぎ、どじょう、鯉、鮎といった川魚、アサリ、シジミ、アワビのキモ、レバー、ハモ、アナゴ、サラミン、サーヂ、馬の肉、豚肉など、食べやすく、さっぱりした料理法で食べましょう。野菜は、緑色や黄色の野菜。大豆、セロリなどにはとてもビタミンB類が多いです。生のサラダでたべると、たちまち、リフレッシュされます。ビタミンB類のなかには、ビタミンB²、B⁶、B¹²という成分があり、これは大脳の性欲中枢の栄養になり、性欲を強化するスタミナ食品。ただの夏バテ回復のみならず、性欲が年とともに減退しているときにも使え、強精の力が十分ある食物。食欲があまり出ないときは、セロリジュースや、トマトジュース、ニンジンジュースといったもので、元気づけるのも悪くはありません。また、血液のアルカリ度を維持するには、クエン酸の含まれる食物をよく食べる。食酢、梅干、プルーンやレモンなど酸っぱいものを

食べると効果的。早く元気になるのに、毎日盃二杯の酢を召しあがると、たちどころに疲労がとれます。(一日にわけて飲み、温めて飲んでよい) 暑いと主食が食べられませんか。こんなとき、蜂蜜を(大さじ二杯が一日分)クエン酸と混ぜてのむと元気が出ます。(梅酒も良い)

暑くて、食欲まったくないから、いくら食べていわれても、胃を言われます。食欲を出し、消化をよくするには、忘れずに酵素でできている消化剤(エビオス、ワカモト、ジアスターゼといったもの)を一日三十錠くらい飲んでおくこと。害はありません。ヨーグルトや乳酸飲料を多目にとり胃腸の働きを促進させれば、自然に元気がつく食物も食べられ、夏バテ解消や、夏バテ予防に役立つものなので

夏バテを、おこさぬためには、暑さのひどいときは、サッパリしたものが良いと、お茶漬や、野菜ばかりにかたよらず、動物のたんばく質(アミノ酸のアルギニンのあるもの。前述したレバーや豚肉、うなぎなどにあります)を十分とることは、体内の活力を増加させ、疲労を受けつけぬだけでなく、回復力も早くなります。

夏の暑さで、眠られぬ夜も多いと、バテかたも早いのです。夜の睡眠は短めでも、仕事のヒマに十五分か三十分、うたた寝をするのも疲れを防ぐ一法。昼食の後は、スポーツなどせず、ゆっくりとした気分で、仕事場のイスにかけ、別なイスに足をのせ、ちよつとひと眠り。明るいのが気になるかたは、アイマスクをかけ、目だけでもとじて休息しましょう。

こんな体制を実行されれば、夏バテなどよせつけません。そして、仕事が終わったら、サウナでさっぱりして、今度は夜のたのしみへの力をみなぎらせ、おたのしみのあとは心地よく安眠をとりましょう。

おとことおんなの12ヵ月 7月の営み



8月の日の出入り
1日 5:08-19:00
15日 5:19-18:46

夏

★宇宙船も流れ星の一つ★でもロマンを大事にしたい

星座の夜をみよ

☆何万、何億光年の宇宙の光のメッセージを送り続ける星々。宇宙の神秘を感じずにはいられない。

だが今では、宇宙の神秘から宇宙の科学へと変化しつつある。ボーイジャーII号の土星接近、惑星直列など、話題も豊富。

夏の夜空について、大阪市立電気科学館主査、佐藤明達さんに聞いてみました。

☆夏の星座には、へびつかい座、へび座、いて座、さそり座など沢山あるが、天の川(ミルキーウェイ)をはさんで見つめつづける織女星と牽牛星は言うまで

また、宵の三星星(火星、木星、土星)も見のさせない一つ。惑星直列(地球を中心に、90度の角度に惑星が集合)も、とても珍しい現象。

☆まだまだ、星の楽しみ方は沢山ある。星座の本と双眼鏡でもつとつと幅広く楽しめる。人口灯の少ない、空気の澄んでいる所で、美しい星を見つめよう。

大都会からロマンを求めて、銀河の世界へ。コバルトブルーの銀河の光をあなたに、星が語りかける。

ラドン温泉とその効果
発刊を祝って

ラドンとは、天然のラジウムやトリウム等の微粉鉱石から放出される不活性(他の物質と化合物を作らない性質)の気体の元素の名前です。

ラドン健康法は、東ヨーロッパ(チェコ、オーストリア)や、ソ連(ロシア)等で、広く普及しているもので、アメリカでも、アーカンソー州では、ラドンを含んだ温泉を、国と州の指導のもとに、リハビリ(機能回復訓練)や健康保持に、大いに利用しています。

日本ラドン普及協会では、日本ドクターズクラブの指導のもとに、世界最新鋭のラドンガス発生装置を開発し、日本国内でも、六年前から、各地のサウナやラドンセンターに、おくり出しています。

このラドン健康法は、α(アルファ)線の効果を利用するもので、入浴時に、ラドンカプセルに入ると、ほとんどもが、呼吸器系を通じて、ラドンガスが血液循環系に入り全身に拡がっていきます。このラドンガスによる電離エネルギーが、各種のホルモンの分泌や、神経のバランスを整え、ひいては、身体の中の各器官を賦活化し、身体の自律調整機能を活性化させるのです。

なお、ラドンのお風呂には、冬場は39℃、夏場は37℃、38℃と一般のお風呂に比べて低温になっていますので、ご婦人方やご年輩の方々にも無理なくご利用いただけます。若壮年層にはサウナ、ご年配の方々にはラドンをお勧めしながら、サウナとラドンの相乗効果が今後、大いに期待できるでしょう。

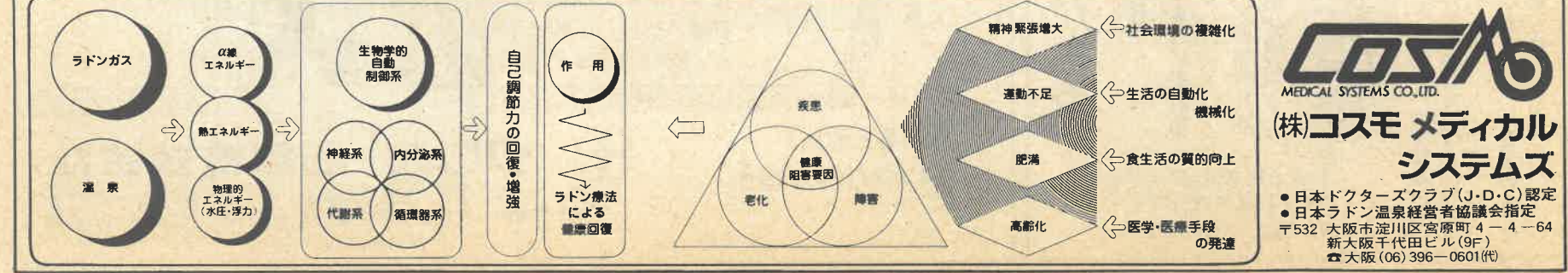
ドクターズクラブのデータによれば、ラドン泉の治効率は次のとおりです。

ラドン泉の治効率

疾患名	治効率	疾患名	治効率
糖尿病	87%	関節リウマチ	92%
自律神経失調症	77%	関節痛	85%
高血圧	88%	腰痛	93%
痔	75%	夜尿症	95%
気管支炎	90%	骨折後遺症	96%
胃腸病	91%	打撲	90%
各種神経痛	90%	捻挫	95%
各種皮膚病	90%	椎間板ヘルニア	87%
		腰痛	91%
		頭痛	90%

(日本ドクターズクラブ)

日本ラドン普及協会
会長 田口 廣則
(06)3996-6708



COSMA
MEDICAL SYSTEMS CO., LTD.
(株)コスモメディカル システムズ

●日本ドクターズクラブ(J.D.C)認定
●日本ラドン温泉経営者協議会指定
〒532 大阪市淀川区宮原町4-4-64
新大阪千代田ビル(9F)
☆大阪(06)396-0601(代)



フィンランドのスマッグ Sauna くらしの中に Sauna

東京都サウナ協会事務局長
山田 秀男

地図を見るといちばん北のはずれにあるから、フィン(終り)ランドかなあ、と思う。フィン人は自国をスオメンというが、それは沼(スオ)が六万余りもあることから出たような気がする。

昭和四十七年(一九七二年)

だから、今から十年も前になるが、オスロ郊外に原発研究で赴任しての甥を訪ねる道筋をチョット回り道して、コペン、ストック、ヘルシンキに立ち寄りサウナ発祥地の味の濃いところを拝見しようと思い、「オーロラの上に神の姿を見る」と絶対の自信を持つ彼、小学校時代同窓の久住俊作と二人旅で羽田を立つた。

さて、風呂の話だが、最初にヨーロッパ諸国に拡がったのはトルコのフロ——いま流行のお行儀の悪いアレでなく、純粹の——であつたが、わずかに遅れてサウナプロが拡がっていったのである。

トルコもサウナプロも流汗を主として身体を快適にする目的は同じだが、根本的な相違は、トルコのフロは湿気でダンブなのに対し、サウナのフロは乾いてドライであることだ。

我々はストックホルムからバルト海を船で渡り、フィン人の商港ツルクに上陸、バスに乗り、視線の果てまでつく美しい針葉樹の並木と北欧特有の雄大な一枚岩などを左右に眺めながら、やがてヘルシンキに着いた。

さすがに都市のサウナだから、ビルの中にある営業型のももいくつかあつたが、まるで広い公園みたいな区画に数か所のサウナ小屋が点在し、中央に一つ大型のサウナがあつて好みに応じてそれらのサウナを満喫できるような公共施設的というか、民間浴場風のものが多いのはやはりこの国の庶民的な国民性が出ており、我国のごとく豪華にする必要はいささかもないようである。

サウナは 家族の団らん

だが一たび都市を離ればなおさらのこと。湖畔の村の中、あるいは雪の原野にボツンと綿帽子をかぶつた、まことに情緒ゆかしいスマッグ(煙)サウナがケムリを立てているのを所々で見かける。

丸太造りの小屋で部屋はたった一つ。隅っこに原始的な炉があり、そこに石が積み重ねられている簡単なもの。森と湖の国だから薪の心配はない。燃えた煙も室内に入らぬように出来ている。部屋の隅に階段というか台(プラットフォーム)があつて、のぼると屋根の下にたちだめた熱気の中で最愛の家族や親しい友人などが裸になり、横になり、または白樺の葉で身体を叩いたりして団らんしている。

翌日、彼は北へ向けて去つた。フィン人の北方三分の一はラップランドといひ、北極圏である。ラップで最大の町ロバミエまで飛行機で、そしてさらに北のイヴァロまで行きトナカイの活躍やラップ人の生活を見、そしてオーロラの上のまぶしいほどの神の姿を見るために旅立った。

温度はおそらく最高で華氏二八

あんなに楽しみにしていた北への出発に彼が妙に無口だったことは、後になって私の胸を痛く締めつける思い出となった。というの、それから二カ月後、私が再びヘルシンキへ戻つたとき彼が極北の地で生命を絶つたことだ。

サウナの原点を 忘れないで

あれから十年。日本も相当なスピードで変わり、もはや本場のフィンランドの比ではないほど立派になった。最近では店名に「フィンランド」「スオミ」など命名するサウナはなくなつた。だが将来、文明に毒されて資本力と合理化の化け物のようなサウナにはなつてもらいたくない。「文化的にひなびたサウナ」になるよう人知を働かせて欲しい。

人類が合理的の極致に至つて生命維持に栄養剤を服用し、食事を摂らなくなったとき神もまた極北の彼方に姿を消してしまうだろう。

だが、フィンランドでも当時のの、チョット言い方は悪いが留置場内を思わせるほどのサッパ



サウナ人口は約百万人というが、その入り方は、まったく個人的な経験でやっている。わが

汗が演出するサウナ

阿久津 邦男著
人間と歴史社
八八〇円・B6判213頁



国では、サウナに関する情報が少ないだけに当然である。本書はこの意味で幅広いサウナの常識を教えてくれ、その使い方と効果など、一読、サウナ党へひっぱって行く。

主な内容を拾ってみるとサウナとは何かサウナとからだの変化

リ様式のものがかなりモダン化されていると耳にするが、私はやはり草深い、いな雪深い田舎の傾いた小屋の綿帽子が「わしや知らんよ」とばかりケムリを

サウナの入浴法を工夫しようサウナ浴の一般的な心得風呂のいろいろ新しい遠赤外線サウナなどとともに、サウナ浴とからだの変化では、血圧はむしろ降下することを教えられる。また、サウナならではの十四の身体効

果をくわしく述べる。汗をかく行為こそ健康法であり、一日に一回は汗をかく人の健康法として、サウナの価値を評価し、自分自身に合ったサウナの使い方を体得する道しるべの役割を果たしている。

「運動不足」「太り過ぎを防ぎたい」「ジョギングは苦手」「スポーツの時間が無い」といった人たちに、簡単にスポーツ以上の効果が期待できるわけだ。

吹いているあの姿が、今後何百年も変わることがないし、またそれが本場のサウナであること信じて疑わない私である。(二百歳万歳より転掲)

飲みごたえある
140ml

ビタミン入り栄養飲料
リアルゴールド
Real Gold

販売: コカ・コーラボトラーズ
Real Gold is THE COCA-COLA COMPANYの登録商標です。
Coca-Colaとコカ・コーラは、The Coca-Cola Companyの登録商標です。

ラドン温泉装置の本流

「美容と健康に素晴らしい効果がある」というお店の評判を生む。

■一室定員一人〜二人用までスペースが活用できるように設計施工します。

■密閉されたサウナ室の充滿した湿気にアルファイオンが加わり38℃〜45℃で乾式サウナと同様な感覚が得られ、健康効果は最高です。

サウナ式ラドン温泉装置

代理店 募集 東海ラドン研究所では、ほかにラドンセンター向けの大型営業用(三人〜八人用)や、ホテル、ゴルフ場、公衆浴場等のサービス設備、家庭用など製作しています。

※立野信実著『アルファイオン泉療法』ご希望の方は切手200円分を添えてお申し込みください。

株式会社東海ラドン研究所
〒500 岐阜市神田町9-11
☎ 0582-63-2875

協会指定

日本サウナ協会特選石鹼

日本工業規格「JIS」合格品で品質保証

規格並包装

重量(個) 製造時135g (標準重量125g)

包装形態 150個ダンボール詰

石鹼の型色 日本サウナ協会マーク刻印入 色、白

※ 類似品が出回っておりますのでご注意ください。

清潔なお肌に
さわやかさが香る

クロバー石鹼株式会社

本社 大阪府東成区神路2-1-4 TEL (06)981-7037代表
東京営業所 東京都墨田区緑4-16-9 TEL (03)634-3511代表
(第2柏ビル内)

サウナ協会だより

京滋サウナ協会が発足

基本理念の実現めざし前進

京滋サウナ協会発会祝賀式が七月五日午後四時すぎから、大將軍(京都市下京区)で開かれ、会員十六社十九名、来賓七名、指協会十名の計三十六名が出席した。

この日、京滋協会会長新井元



道氏は緊急案件のため欠席、代わって、石山良三氏(大將軍商専務)が開会のあいさつ。

「二カ月前、具体的に日本サウナ協会の働きかけをうけてふみだした。地区業者のご理解のうえに、きょうの発会式を迎えることができた。今後は協会の基本理念の実現に向かって業界の発展、企業の社会的地位向上のため、お互いに手をとりあつて前進したい。ご援助をお願いいたします。ありがとうございます。」

次いで後藤事務局長(同営業部長)から設立にいたる経過報告があった。

来賓の京都府会議員、

神奈川

理事会及び

サウナ祭の説明会

神奈川県協会は、六月九日横浜市中区長者町千歳観光ビル会議室で、五十七年度定時総会後、初の理事会並びに、日本サウナ協会主催「サウナ祭」の説明会を開催した。

出席者十二名、会議は佐々木専務理事司会のもとに進められた。

まず熱海で開催された、日本サウナ協会総会には当協会から二十七名の出席を見ることができ成功を収めたことを感謝し、神奈川県協会総会の際、会長一任として保留されていた、川

長崎

県北部へ

積極的な働きかけ

第三回サウナ祭への参加を呼びかけている長崎県協会に、ロイヤルサウナ・向井マサコ氏が



京滋サウナ協会顧問高山寛氏、日本サウナ協会会長中野幸雄氏、関西指協会会長山田隆紹氏からそれぞれ祝辞をいただいた。

祝電が京都府知事、京都市長および愛知県協会より寄せられた。

五時すぎに発会式を終わり、祝賀会に移った。

(役員)(敬称略) 会長新井元道/副会長前田泰造/専務理事安田伊佐治/会計理事洪明雄/会計理事明本欣也/会計監査理事吹原弘一/事務局長理事後藤卓弘。写真(左)会長に代わって石山氏の開会あいさつ。(右)日本サウナ協会中野会長の祝辞。

崎地区の理事として、サウナ員塚社長川嶋仁志氏を決定した。

次いで「サウナ祭」の説明を行い討議した結果、合計六十三口の引き受けを決定した。また賞品として、神奈川県サウナ協会加盟店共通サウナ入浴券、六三〇枚を印刷して配布することを決定した。

こういった運動を通じ、協会加盟店の連帯意識を高めていくとするものである。

宮崎

サウナ祭後に

発会式を行う

昨年六月十五日以来、宮崎県下の同業各位で準備会をもち、宮崎第一メンズサウナ坂東英保社長が会長となり、その後、第二回サウナ祭に参加や、日本サウナ協会加盟の準備を着々と進めること一年、この六月二十三日、宮崎第一ホテルで会議を開き、本年度サウナ祭の参加を機に、日本サウナ協会に全県下四

都市にわたり八軒加盟を(七月一日より)正式決定した。

なお発会式は八月のサウナ祭終了後挙行の予定である。

宮崎県サウナ協会メンバーは次のとおり。(順不同・敬称略)

健商事(第一サウナ) 佐藤健一/平林産業開発(中央サウナ) 平林義光/日都商事(メンズサウナ日向) 井上潔人/宮崎第一ホテル(第一メンズサウナ) 坂東英保/美容センターばら徳永クニエ/宮崎交通(宮崎スタレーンサウナ) 渡辺綱纜/丸一會館(サウナラドン千日センター) 野崎重利/カワタ商会(リバーサイドサウナ) 川田幸四郎

八軒目の加入をみる

本年二月発足以来、毎月「一金会」を開催するなど、協会相互の親睦の輪を広げる運動のなかで、このほど八軒目の加入をみた。ニュー沖繩サウナヘルセンター・新垣盛喜氏

沖繩

加入をみる

本年二月発足以来、毎月「一金会」を開催するなど、協会相互の親睦の輪を広げる運動のなかで、このほど八軒目の加入をみた。ニュー沖繩サウナヘルセンター・新垣盛喜氏

関西

サウナ営業

指導方針をきく

関西サウナ協会六月例会六月十二日(土)午後二時からニュージャパン8Fクラブで開いた。議事は

①大阪市の環境保険局指導員より、大阪市におけるサウナ営業指導方針について話をきく。

②サウナ祭の実施要項詳細説明、ほか。

東京

五十七年度総会

出席四十名超える

東京都サウナ協会も、創立以来、いよいよ二ケタの年次総会を開くようになった。

神戸サウナ恒例の夏季サウナ祭

カラフル/ワンダフルの水着大会

神戸サウナ恒例の夏季サウナ祭が、六月十八・十九日の両日盛大に催された。日ごろから容姿には自信のあるピチピチギャル?のヘルストレーナー全員が色とりどりの水着姿でお客様にサービスをする恒例の行事。今年もこの水着大会を楽しみにしておられたお客様で、マツサージ台が足りずあちこちで仲のよいアベックの花が、あきを待つ光景まで出る始末。

普段なら待たされると気分を害されるお客様も、この日はかたは実に、こやかに順番を待つておられた。また十八日の第一日目は、夏季前売券発売記念として、お客様とトレーナーとの対抗カラオケ大会も催され、日ごろ鍛えた自慢のノドが館内



広く会員諸氏のご出席の都合を考慮し、新宿歌舞伎町の獅子林で、六月十日、午後四時から開催。だが、サウナ祭等、余り準備日数が短くて事前打合せの機会が持てなかつたため、総会一時間前に、急ぎ、理事会を開くなど、忙しいスケジュール。

総会には東部ブロックとして、地方の会員も出席したので三十名を超え、賛助会員を含めると四十名を上回って開会された。

議事は本年度の事業に対する報告、決算。新年度の計画、予算等。総会本来の議事の他、従業員構成が東京都内ばかりだったので、本年度は、東部ブロックの性格を明確にする点に考慮が払われ、他県の二氏が加えられ、ずつと幅のある役員構成となった。

次の議案で、サウナ祭、トレーナー講習会、坪数単位の会費額の整備のこと。サウナ祭のなご一層の頒布協力等、議事が盛り沢山で、予定時間の短さをしめじみ感じさせられた。

総会を終了してから、東京都議会議員で環境衛生担当の木村茂先生から、東京都における水利事業の膨大なる構想を細かに説明を頂く。

次に賛助会員の各社が自社製品の展示を行い、五分ずつ商品PRを行った。

すなわちサントリーの健康飲料。ジャクソンの麦飯石装置とミネラルウォーター。甲賀物産社のNAP板によるニコチン・タールの激減。J.P.社の消臭噴霧剤の使用でサウナ室を無臭にさせる。中山産業のラドン装置の能力等につき、それぞれ多数のサンプルを提示し説明した。

懇親パーティのなかで本年度第一回の理事会の日程がきまり、帝都サウナヘルスクラブさんがすんなり会場を引き受けてくれた。

(山田)

北海道

道博・夏休み・サウナ祭

8月はぐん〜と盛況に

いま北の時代の出発をキヤッチフレーズに、82北海道博覧会(六月二十一日〜八月二十二日)が札幌で開かれている。この関係で、札幌市内のサウナは二〇%くらいお客さまが増加しているようだ。その上に、八月の夏休み、全国サウナ祭と重なるので、よほど受け入れ体制を考えておかないと、収拾のつかなくなる恐れもある。

しかし、協会としては手放しで喜んではいられないと豊巻事務局長はいう。それは「北海道は七月九月は気候快適で、サウナとしてはオフ・シーズン。むしろ十二月の厳寒期がシーズンで、汗をかくためサウナが盛んに利用される。したがって札幌では八月の全国サウナ祭は非常にタイミングが良かったが、

報に次のように紹介された。

8月にはサウナ祭

北海道側では初めての県サウナ協会が発足、八日、新潟市の万代シルバードホテルで設立総会が開かれた。とかくトルコと混同されがちな業界のイメージアップを図ることによって新規顧客を開拓、併せて会員相互の利益をめぐらそうというもの。八月の「サウナ祭」を皮切りに多彩な行事を繰り広げることになっている。

ここ数年、サウナ利用者の数は順調に増加。月間のサウナ利用者は一千万人を超すほど。ところが、一部ではトルコと同じようにみられているなど、イメージ的にはもう一歩。そのため健康産業としての業界を広く理解してもらう一方、従業員教育の徹底を図ろうと、五十一年に日本サウナ協会(本部は大阪)を結成、これまで全国に十二の支部協会が相次いで発足した。本県は沖繩に次いで十三番目の支部。

設立総会は午後一時から開かれ、県内十九業者のうち十二業者が参加した。まず、田中正輝会長ら役員を選任した後、八月一日から一カ月間、「サウナ祭」を開催することなどを決めた。

ファミリー賞 3000本

八月開幕の全国サウナ祭については、北海道協会独自に五百万円の予算で、ポスター、テレビ・ラジオのスポットなどPR作戦を展開。また景品は全国共通のジョギングウォッチのほか、ファミリー賞として、コーヒーマシン、なわとび、のり詰合せなど三千本が当たるなど盛り上げに、いろいろと工夫をこらしている。

新潟

新潟県サウナ協会設立総会の模様は、57年6月9日付新潟日報に



SAUNA

7 73号

発行所 日本サウナ協会広報委員会
大阪06 (211) 0463(直)
〒542 大阪市南区道頓堀2-4-6 (三光ビル)

8月のいよみ

行

- 5日・食中毒予防週間
- 6日・広島原爆記念日
- 8日・全国高校野球選手権大会
開会・立秋
- 9日・長崎原爆記念日
- 15日・終戦記念日



夏本番。豪華な祭り絵巻が全国でくりひろげられる。今年特に東北では、新幹線開通で大フィーバー。

- 1日・富田林市PL花火大会
- 2日・弘前ねぶたまつり(1~7)
- 2日・青森ねぶたまつり(2~7)
- 5日・秋田竿灯まつり(5~7)
- 6日・仙台七夕まつり(6~8)
- 山形花笠まつり(6~8)

きせつのはなし

夏はすべからず、さわやかに過ごしたいもの。湯上がりゆかたがけで散歩に出かけるのはもう最高。その日の疲れが一遍に吹きとぶような気がしませんか? 特に手づくりのゆかたはいい。安上がりだし、ミシンでも簡単に縫える。あなたもいかがですか?



また、夏のめん類もこたえられない。しかし、食事が片寄りがちなのは注意したい。暑さとたたかう体力を養うには、冷蔵庫の残り野菜を利用して、冷進揚げ、塩焼きの魚、卵焼きなど手軽にできるものを添えて、タンパク質と脂肪の補給を考えたい。



- 26日・愛知一色町一色大提灯祭(26~27)
- 28日・登別温泉地獄まつり
- 31日・山形羽黒町出羽三山神社山伏下山行列

建設大臣許可
特定特53第80022号
一般般53第80022号

VILLEROY & BOCH
METOS SAUNA
STA-RITE
BELLFIRES
HEATIAID
CONTURA
DOVRE
sole agent



“日々爽快”サウナのある暮らし。

体内にたまった老廃物や疲れ、ストレスを汗とともにサラッと流し、明日にそなえる。サウナ発祥の地フィンランドに生まれたメトスサウナは、業務用から家庭用まで、各種サウナのトップブランドです。

サウナの代名詞 **metos** 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) 千104 TEL(03)542-0331(代)
大阪市中央区中津1-18-18(森ビル) 千531 TEL(06)375-1751(代)
札幌市中央区南1条西5丁目(札幌サウナセンター) 千064 TEL(011)541-9265(代)

設計及び施工

サウナバス設計施工
超音波バス、パイプバス設計施工
プール設備設計施工
浴槽設備設計施工
暖炉設備設計施工
空調及給排水衛生工事
給湯給水全自動管制装置
スポーツ・レジャー施設設計施工
ラジウム・ラドン温泉装置設計施工

ラジウム
ラドンシステム

◎詳しくは資料を
ご請求ください。

世界的なネットワークで奉仕するAIU

The Best Service for
The Best Client

日本サウナ協会総合保障制度
AIU保険会社大阪南支店
〒542 大阪市南区船場3-12-12
TEL 06-253-0731

FRESH UP!

スポーツドリンク・タケダ

汗が演出する
サウナ

好評発売中!!

阿久津邦男著

汗が演出する自然健康法—サウナ—
100万人の愛好者に送る、サウナ入浴に関するこれまでになかったガイドブック
定価八八〇円(税別)

格調高いサウナには、気品ある香りエロイカ。

(昭和57年5月1日よりエロイカ商品一部価額改定いたします。)

エロイカ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。

紳士化粧用品エロイカシリーズ

お問合わせ、ご用命は。

〈関東地区〉 順不同	〈中部地区〉
㈱日祥商会..... ☎(974)0711	(有)千代田実業..... ☎052(331)4654
㈱イトー商事..... ☎(268)4367	(有)カミタ洋行..... ☎052(703)1345
㈱東京マツシマ..... ☎(370)7241	〈関西地区〉
㈱カネフク..... ☎(811)1310	福助石鹸㈱..... ☎06(211)4420
㈱村山..... ☎(352)2318	おせ商店..... ☎06(372)4981
㈱リード..... ☎(316)4126	福助南店..... ☎06(706)0101
	㈱フアースト産業..... ☎06(358)3363