



SAUNA

10月 88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!!



盛りあがるサウナ祭

全国各地で上々の人気

第四回全国サウナ祭も始まって早や二週間を迎えようとしています。景品のポラロイドカメラはシャッターを押すだけであざやかなカラー写真が飛び出す話題商品だけに、各地で人気を呼び、当たった方々

基本理念

サウナは人々の健康に奉仕し、
明日への活力を養い、明るく
健全な社会活動に貢献する。

から運動会、ハイキング、パーティーで大変重宝していると好評を得ています。年々未加盟業者でもサウナ祭の意義が理解され、今年は会員店と合わせて七二二口の申し込みを得ました首都圏で大幅な伸びがあり、北海道、四国、愛知、九州でも着実な増加をみました。
お客様の出足は月初め台風くずれの空模様で低調であったが、秋晴れと同時に気温も少し上昇し、活気が出て来ました。従業員が全員お揃いのTシャツにワッペンをつけたある店では、見るからにさわやかな秋祭り気分にひたっていました。
サウナは現代人にかかせない重要な健康産業です。長寿世界一の日本。その一端を担うサウナは今や国民の肉体的精神的なリフレッシュの場です。あと約二週間サウナ祭を共に頑張り、成功させましょう。

くもくじし
関西サウナ協会幹部研修会……………2面
新しいオイル・マツサージ……………3面
タウナス・テルメ体験の世界……………4面
サウナ協会だより……………5面
11月のこよみ、暮らしの百科……………6面



For Beautiful Human Life

サウナの格調を高める 気品のエロイカ

爽やかさを快適に仕上げる香り、エロイカ。
そのコクのあるまろやかな香りは、心に深い余韻を生みます。
ひと味違う満足感是一流のサウナならではのもの。
気品ある香りと共に
お客様の心に強く刻まれることでしょう。



紳士用化粧品エロイカシリーズ

研修会

お店の繁栄は

トップと幹部次第

株)田辺経営大阪本部長代理 村田 洋



村田 洋先生

関西サウナ協会九月例会は九月十三日午後二時から、二ツヤパン観光・七階会議室で、村田洋・田辺経営大阪本部長代理を講師に迎えて開催された。遠くは九州、愛知、京滋協会からの参加者もあり、会場せましとばかりに六十余人の聴衆が、熱心にメモをとりながら耳を傾けた。辻野建市副会長の挨拶、橋田吉平理事の講師紹介により、二時間たつぷり事例を交えながら生き抜くための経営ヒントについて講演され、大きな収穫が得られた。講演要旨次のとおり。

「フロン트의対応ぶりは」と現場に立つて指揮されることが大切です。中小企業にとつてトップと幹部が現場を離れることは命取りです。現場に立つて「どうしたらもうかるか」ということより、「どうしたらお客様に喜んでいただくか」を究明することが、生き抜くための条件です。

二つめは管理がずさんだと危ないということ。最近になって、倒産したことの多い業種の倒産が増加傾向にあります。それは病・医院です。五十七年度は病・医院が五十軒も倒産しました。昨年ぐら

以上でお分かりのように、いま伸びている企業は、お客様に喜んでもらえることをつづけているお店です。立地条件はもちろん大きな武器ですが、お客様の便利になるように、お客様の健康が維持され向上するように——そういうお客様

このように良い店とは、人材育成にお金とエネルギーをかけており、支配人も陣頭指揮をしています。もつとも大切にしているのは、「お客様のご満足が生きがい」という心構えであり、心の問題をスタートラインにしております。トップ、幹部が後ろ姿で人を押し出すという燃える心、

最後に人で勝負です。人づくりにすべてをかけるなければお客様に見放される時代となりました。会社を永続させるためには、従業員教育に力を注がねばなりません。人づくりの着眼は、
一、粘りのある人
二、自発性のある人
三、常識のある人
にポイントを絞っていただきたいと思ひます。繰り返して提言します。甘い考えをいっさい捨てていただきたい。世の中は大きく変化し、健康産業への社会のニーズの高まりとともに、ますますきびしく選別される時代になったことを、ご記憶にとどめていただきたいと思ひます。
ハードからソフトへ、そしてハートウエアが大切な時代に据えられましてのご発展をお祈りいたします。

毎日、五十社が倒産しています。月間千五百社が倒産すると、危機ライン突破といいますが、負債総額一千万円以上の会社のことをいいますので、もつと小さな会社は数知れず、といつてもよいでしょう。一社に百人の従業員がいると仮定して、一日に五千人が職を失うわけです。家族が四人いれば二万人が生活の基盤を失うこととなります。

毎日五十社が倒産 倒産に三つの要因 何故倒産するのでしょうか。倒産の原因は業種、業態、規模を越えて三つの共通点に集約されます。一つはお店や会社がお客様から見放されたこと。繰り返してしまわれることをためらって、たった一回だけで他店へ移ってしまわれる——ザルで水をすくう商法とはこのことです。

「おしぼりはどうか」「エレベーターでの挨拶の仕方は」こうして繁盛している店と

そうでない店は、トップのマネジメント力に差があるといふことが分かります。経営は現地・現物主義です。現場に入り込まなければ、実態は分かりにくいのです。これからお客様が爆発的に増えることはありませぬし、料金を高くすれば客足が遠のきますから、管理によって水漏れをなくし、ロスを防いでもうけることを実践しなくてはなりません。一方は戦略でもうける、もう一方は管理でもうける。ほんとうにムダはないのかどうか。ロスとは防止した分だけ純益になるのですから、ロスを退治して純益を増やす運動をすることです。こういう環境では、どうしたらもうかるか、ということよりも損をしないための対策を立てることが先決です。「もうけるより損するな」ということわざの実践をおすすめします。

倒産要因の三つめは、内部のまとまりの問題です。まとまりの悪い店は、じわじわと業績が悪くなります。一時に赤字が出るというよりも、これは大変不気味です。原因は人間関係——チームワークです。とくにサービス業では、職場の人間関係は、そのまま業績に表れます。一般的に業績のよいところは、人間関係が良いという傾向がハッキリしています。No.1といわれるヘルス嬢は、内部の人々にもお客様にも「ありがとう」という感謝の気持ちをもっている人が多いようです。こうし

チームはまとまっていきまふ。これまでのところを要約し、倒産の原因は三つある、ということ。一、お客様に見放されると、倒産予備軍の仲間入り二、ずさんな管理は命取り三、内部のまとまりが、死命を制す

生きているためには、この三つに歯止めをかけることです。伸びる企業の条件 人づくりが決め手

真剣な表情で聴講する幹部のみなさん

サウナも最近コースが多様化し、付帯設備も工夫をこらしておられますが、設備の良し悪しだけでなく、技術や衛生管理、フロントの姿勢や人間性が総合的に評価されま

「おしぼりはどうか」「エレベーターでの挨拶の仕方は」こうして繁盛している店と

生きているためには、この三つに歯止めをかけることです。伸びる企業の条件 人づくりが決め手

生きているためには、この三つに歯止めをかけることです。伸びる企業の条件 人づくりが決め手

生きているためには、この三つに歯止めをかけることです。伸びる企業の条件 人づくりが決め手

生きているためには、この三つに歯止めをかけることです。伸びる企業の条件 人づくりが決め手

生きているためには、この三つに歯止めをかけることです。伸びる企業の条件 人づくりが決め手

生きているためには、この三つに歯止めをかけることです。伸びる企業の条件 人づくりが決め手

西洋と東洋の接点に立つて

新しいオイル

マッサージ

(2)

今井 義晴

リンパについて

私が二十年前ドイツにいたころは結合組織マッサージが非常に盛んでした。ところが十年ほど前からヨーロッパではリンパマッサージが話題を呼ぶようになってきました。

先日、芝山先生のフェイシャルのお話を聞いていますと、「手技の方向は顔の中心から外へ、耳から耳の下に、耳下腺リンパ節・顎下リンパ節に集めるようにすすめていきます」とのことでした。

顔をマッサージはどの方向がよいか、顔面筋の筋線維の方向か、皮膚割線の方

向かと迷っていただけに「リンパ流」と聞いて、なるほどどうなずける気がしました。(左図参照)

これだけ軽い手技なら、当然リンパの流れを重視するの間違いないだろうと思っただけです。



ご存じのよう

に、リンパというのは血液以外の循環体液のことで、毛細血管のうすい壁を通して血液からしみ出した液状成分が各組織にしみ込み、いわゆる組織液となつて、組織のいろいろな細胞をひたし、リンパ液の中にとかつていた栄養分や酸素を供給し、また逆に細胞から代謝産物をうけとり、老廃物を体外へと排出するといふ働きを

しています。つまり細胞にとってリンパ液は命の水といふことになります。

リンパ管

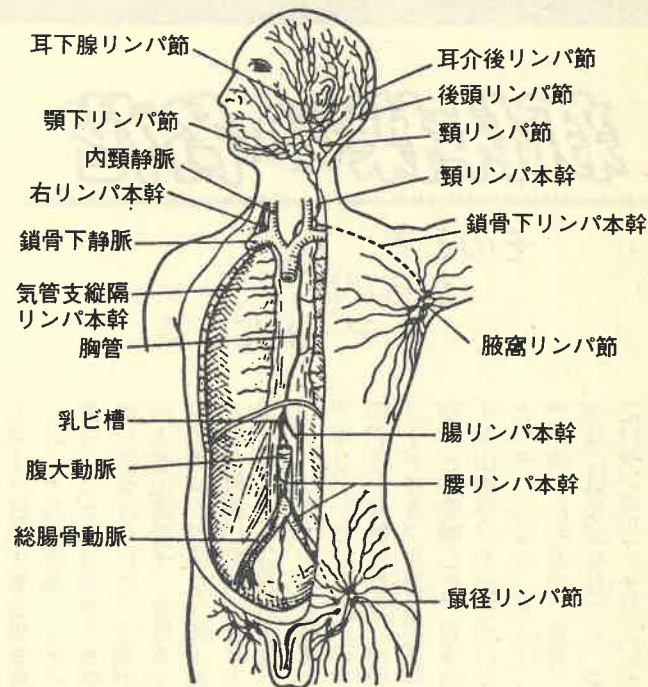
リンパ管は血管と全く同じように、全身にくまなく分布しています。また管壁も静脈に似てうすく、ところどころに弁があります。

リンパは全身の組織間の毛細リンパ管にはじまり、しだいに集合しながら、途中で各リンパ節を通過して太くなり、最後は左側の胸管と右側の右リンパ本幹となり、それぞれ左右の静脈管で静脈に流れ込みます。

リンパ節

リンパ管のところどころに一つまたは集団をなして存在します。大きさは小豆大から大豆大ぐらいのものが多く、その作用はリンパ球、免疫体を生産し、細菌、毒素、異物などを処理し、

人体のリンパ管系の本幹



全身にひろがるのを防ぐ、いわば防御装置であるといえます。

主なリンパ節は頸リンパ節、腋窩リンパ節、鼠径リンパ節、気管支肺リンパ節などがあります。

以上、マッサージによってリンパの流れを促進させることが大切な目的となることはおわかりいただけただろうと思いますが、これは静脈の流れとはやや異なり、リンパ液がとりあえず各リンパ節へ集まるようにすすめていくほうが効果的であるといえます。

右の図で示されるように、いったんリンパ節に集め、それが静脈に流入していくのを助けるわけです。

これも大きく捉えれば求心性方向であるといえますが、前述のように静脈流とは異なっているとどこに留意する必要があります。

肥満防ぐ食事法

バランスのとれたおかず摂取

朝食を抜いて一日二回しか食べなかったり、一度にたくさん「まとめ食い」をする人は、何回かにちびちび分けて少しずつ食べる人より、肥満や成人病になりやすいといわれている。しかし、「肥満が健康の敵」であるのがよくわかっていても、偏食、運動不足など、一度身についてしまった生活習慣というのはなかなか変えにくい。

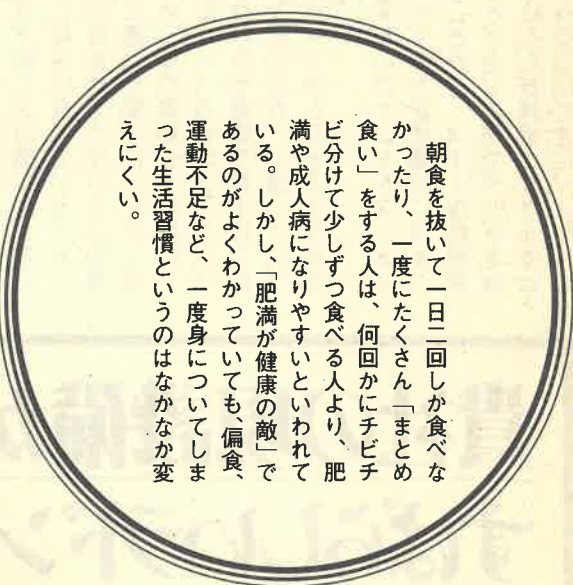
自分が太っているかどうかを、判断する最も一般的な方法としては、自分の身長から一〇五を引いたものが標準体重(例えば身長一六〇センチの人なら、一六〇引く一〇五＝五五)で、その前後一〇%以内なら大丈夫。あるいは、身長から一〇〇を引いたものが標準体重。これの前後一〇%以内なら心配なく、一〇%以上は体重過多、二〇%以上は肥満とされている。

ところが最近では、とくに若い女性の場合、バランスを欠いた無茶なダイエットでガリガリにやせているケースが目立っている。いかにも不健康だ。

「バランスのとれたおかずの摂取法」としては――

①たんぱく質は身体の代謝に欠かせないので一定量は必ず取る②脂質についても年齢に関係なく、身体の状態に合わせて摂取する③野菜類、イモ類、藻類をたっぷり摂取する④カルシウムをたっぷりとるために牛乳類を十分にとる――など。

具体的に、中高年層の一日の標準食物摂取量(一人分正味量)は、牛乳類が一〜二本、



まだみそ汁、漬物中心の和食党が多く、どうしても塩分の取り過ぎになってしまう。ちなみに、一日の塩分必要量は一〇g以下、みそ汁なら約二杯分ということだ。

成人病も必要摂取量をバランスよくとっておれば起こらない、といっても過言ではない。できるだけコレステロールのたまりにくい食品を選んで、動物性脂肪、塩分だけでなく糖分もひかえる。そしてつとめて体を動かす、これが中高年層の健康づくりのポイントといえる。

また大人だけでなく、昨今は子どもの高コレステロール血症や糖尿病が増えているとか。この原因にはやはり、食べ過ぎ、偏食、運動不足の三つが理由としてあげられている。

肥満対策の運動としては、カロリーをたくさん消費する全身運動も効果的だ。いずれにしても肥満防止には、バランスのとれた食事と適度な運動が大切。どちらも長く続けなければ効果が出ないので、はじめからあまり無理な計画に挑戦しないほうが賢明のようだ。

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は、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

タウナス・テルメ 体験の世界



新体操の名花

そのとき、
からだは
アートになる。

83新体操国際競技大会が、九月十八日の大阪会場を皮切りに、十九日京都、二十一日東京、二十三日熊本で華麗に繰りひろげられた。日本の第一人者山崎浩子、全日本インターカレッジの女子個人総合で完全優勝した秋山エリカをはじめ、ブルガリアの妖精・リア・イグナトバ、写真やアネリア・ラレンコバら世界の名花が競艶したが、世界をリードするブルガリアが個人団体とも完勝した。日本はエリス山崎浩子の出来がいまひとつ芳しくなく、秋山エリカが頑張ったものの、世界一の演技には及ばなかった。来年にロサンゼルス・オリンピックを控えたアメリカは、全米選手権一、二位のミシシッピ・ベ

ループ、リディア・ブリーを派遣してきたが、日本勢よりさらに下回った。

一六〇センチを越す身長で、体重を四〇キログラムに仕上げたブルガリア勢二人の演技は一年ごとになんて軽快になっている。ヤングに好まれそうなリズムの音楽に乗った動きにメリハリをつけ、体の柔軟性を強調していた。一カ月後にフランスで開かれる世界選手権ではこのコンビのほか、ソ連、チェコスロバキアあたりが女王を目指すと。

来年のロサンゼルス・オリンピックで正式種目に決まったことから、スポーツの世界にとびきりのあでやかさを吹き込んだ新体操にますますはずみがついてきた。

小石をしきつめた広場を歩けば、それは健康を増進させる足のマッサージである。健康に気を配る人々のために足の裏の反射ゾーンと反射と臓器との関連が図解してある。このようにタウナス・テルメでは造形と治療効果が細部まで結びついている。

構造上の理由からパラダイスガーデンとサウナの世界の間に取り付けなくてはならなかった屋内用の通気孔のような技術的必需品でさえ美的配慮がなされている。通気孔の上には銅屋根の木のパビリオンがあつて、まるでタウナス・テルメの建物のミニチュアのように見える。

どこを見てもエレガンスと美的センスが感じられる——それがタウナス・テルメの体験の世界の建築である。おとずれる人はきつと日常生活をも忘れることだろう。

28、短期滞在者のために
タウナス・テルメの催し物についてお問い合わせください

29、サウナ愛好者へ
オリジナルのフィンランド風丸太サウナについて詳しくお知りになりたい方は管理事務所のヴェルナー・ヴィッカーまでどうぞ。

30、さいふのひもをきちんとしめる方へ
タウナス・テルメの利用料金は次ページに示してあります。安く楽しみたい方は、十二マルク五〇で朝から晩までタウナス・テルメで過ごせます。

- タウナス・テルメの設備**
- 延べ水面積一、〇〇〇平方メートル以上(屋外・屋内プール) 水温三二度
 - 屋内プール
 - 上体と背部のマッサージ用の噴水口
 - マッサージジェット
 - 岩の滝
 - ウォーターキャノン
 - 溪流
 - 床放水
 - 水中マッサージ床
 - マッサージジェット
 - 冷水プールと滝
 - サウナの世界
 - フィンランド風丸太サウナ(バイオサウナ)
 - フィンランド風丸太サウナ
 - ローマ・アイルランド風蒸し風呂
 - 冷水プール(屋外)
 - サウナソラリウム
 - 静養室
 - FKKサンガーデン
 - 潜水プール(温水・冷水)
 - 岩屋ソラリウム
 - テキスタイル・ソラリウム
 - 顔面日焼け装置
 - スポーツホールのピンポン台
 - 体操室
 - 休憩室
 - TVルーム
 - 映画館

カスタムプラザ・サウナ新入会

全国初のフロートカプセル

北海道

冷夏が去り、北海道はいま秋鮭の季節を迎え、浜は豊漁でわいておられます。

道協会に十月一日、また新しい仲間がふえましたのでご紹介いたします。

旭川のカスタムサービス(株)はカスタムゴルフクラブを経営のほかに、ゴルフアーの健康管理を目的としたカスタムプラザ・サウナを併設して五年、このたびお客様のニーズに応

えるため、低温ウエットサウナと、いま注目のフロートカプセルを全国にさきがけ導入しました。オープン成果も極めて好評で予約、予約の連続に営業担当の井上常務もうれしい悲鳴をあげている毎日です。

道協会もこの心強い仲間の出現にますます結束を強め、協会理念の達成にファイトをたぎらせております。

また、このたび井上常務の提案で、道協会ゴルフ同好会の発足もまもなく実現の予定です。



貴社の現設備が少しの改良だけで すばらしいラドン温泉療養システム として生まれ変わります。

●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
実績日本一のラドンメーカー (株)コスモ メディカル システムズ

本社：〒532 大阪市淀川区宮原4-4-64 新大阪千代田ビル ☎(06)396-0601(代表)
東京営業所：〒101 東京都千代田区外神田5-4-6 山岡ビル401号 ☎(03)832-3187



サウナ祭で大々的にPR

九州

宮崎県サウナ協会加盟八社、全店が第四回全国サウナ祭に参加することになり、今回の宣伝媒体はラジオスポットを九月二十九日から十月七日まで流すことになった。景品もポラロイドカメラ、ヘルスメイト、エプロン他豪華な中に加え、大塚製薬より「ポカリ」



サウナ祭のノボりはためく(第一メンズサウナ)

第一回定例会開く

五十八年度第一回定例会を八月二十六日(金)宮崎第一ホテルにおいて開催した。議題は全国サウナ祭の件が中心となり今回は加盟店八店全店が参加し、口数十二口

成功した管理者研修討論会

東京

九月二十日、サウナ祭準備に廻町リバスを借わせて、備多忙の最中であつたが、会場に廻町リバスを借わせて、

事前に内容を詳しく説明したためか当日は出席者多く、空席ゼロで堂々たる各討論が行われました。時間も徹底した討論には持ち時間の制限は支障があるかと、午後一時から五時までと、タップリとりました。会長のあいさつを終え、直ちに各位の討論事項をひき出すためと、両氏の豊富な経験と、綿密な経営図式を公表して頂く目的で、(株)久善の松村社長、ジョイパックの渡辺部長の両氏より、過ぎこし企画の経過が成功と失敗の例を現実の生々しい面よりお話があり、なお同社が有する三力店がそれぞれ土地柄の相違による対策の機微(渡辺氏)、燃料消費の四割方削減(松村氏)の実方法につき、具体的に説明があり、まことに有益かつ即効性のある講話でありました。

小休憩ののち、対面形式の討論会に入りました。入れ墨浴客に対する徹底した入浴お断りの具体策、現業員態度等を、実行成功者より語られ、その結果、店内ムードの急上昇と客数増加の顕著なことを数字を挙げて示され、さらにそれに対する質問者が多かったので各自に丁寧に方法の指導をして下さった。ロッカー盗難防止及び保証の問題。二十四時間営業の問題。マッサージ師の待遇、確保。従業員の取り扱い等々をやりとり式に質問と回答が数回往復した。

理事会と併催で説明会

神奈川

神奈川県協会では、九月七日(水)午後二時から横浜駅東口スカイビル七階国際企業レストランで、理事会並びに全国サウナ祭実施説明会を開催した。今回は参加口数六十三口で低調であつたが、全加盟店に共通使用できる「共通招待券」を一口当たり、二十枚を景品として出すことに決定した。

次回サウナ祭には、全加盟店が参加することが望ましく、その促進に努力することを申し合わせ散会した。

敬老行事二題

サウナ浴にお年寄り招く

関西

ニュージャパン観光(中野幸雄社長)は、恒例の「敬老の日」行事として九月十七日正午から、大阪市立弘済院(吹田市古江台)のお年寄り一行五十六人(男三十二人、女二十四人)をサウナ風呂に招待した。

貸切バス二台に分乗して、中川勝指導員に引率されたおじいさん、おばあさんたちはヘルスさんの出迎えをうけて玄關前に降り立った。オペレーターの前で、お年寄りが代表して歓迎のことばを述べた。それからおじいさんはセブンチューリプラザ、おばあさんはレディスサウナへ分かれて入浴、そのあとクリーンへ入浴、お年寄りがマッサージルームへ案内された。

部長から奉仕させていただいたお礼の言葉を述べたのに対し、大島靖大阪市長からの感謝状贈呈があり、今田弘済院長から感謝の挨拶があった。一行はオペレーターと別れを惜しみながら「来年もまた会いましょう」と肩をだきあい、バスの窓から盛んに手を振っていた。

サウナニューフェセ(橋田吉平会長)では、九月十八日、大阪府立東大阪養護老人ホーム(東大阪市上六万寺町)と玉美福祉会玉美苑(東大阪玉串元町)のお年寄り三十二人(男十四人、女十八人)を「敬老月間」にちなんで招待した。一行は児玉スミエ指導員に連れられて玄關前に集合、明るく設備の整った湯ぶねにつきながら、お年寄りの存分温泉気分を味わった。また心づくしの幕の内弁当や缶ビールをよばれながら浮き世の憂さを忘れて舌つづみをうった。お年寄りはラドン温泉に入り、マッサージをしてもらって「天国にきた気持ち」で「寿命が二、三年延びる」と大喜びしていた。



のんびりと身体のコリをほぐす(ニュージャパン)



長生きの喜びをかみしめて味わう(サウナニューフェセ)

ひと汗流したら、**「アルギンズ」**

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。

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、薬局などでお求めください。



SAUNA

10月 / 88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)

11月のいよみ

十一月は古来シモツキ(霜月)といひます。これは、「俳諧歳時記草」によれば、「霜降月、これを略して霜月といふ」風さむみ霜ふり月の空よりや雪けとみえて曇りそむらん」とあります。
また、「秘義抄」の「見るままに雪けの空と成にけり、さらぬにさゆるしもつきの空」という歌は十一月を詠んだものでもっとも古いものです。

異名には、黄鐘、大雪、仲冬、周正、復月、暢月、雪見月、奉月、天正月、神楽月などがあります。

英語でいうNovemberというのはこの月がローマの古い暦の九月にあたるので、ラテン語のNovember(ノベム)つまり九の意味からとってつけたものです。

また、ローマのテベリウス王の名譽を祝福して(王は十一月十六日に出生)つけたという説があります。

このとき、王はもしお前たちが十三番目のシーザーであつたらどうするのだ、といつてへつらいの根性をたしなめたという話があります。

冷たい朝、その庭に白く降つた霜。すぐそこに冬の足音が聞こえるようです。

十一月はナベ料理がしゅん

平和と文化

三日は「文化の日」。科学、芸術など文化の発展に功績のあつた人たちに「文化勲章」が授与される日、という印象が強烈ですが、本来は戦争放棄、主権在民を宣言した新憲法の公布(昭和二十一年)を記念する祝日です。「日本国民は、正義と秩序を基調とする国際平和を誠実に希求し、国権の発動たる戦争と、武力に

の精神を基盤に、平和と自由を愛し、文化を發展させましようという趣旨の日です。軍人、軍属、一般国民の死者総計三百万人といわれる太平洋戦争の被害、その尊い犠牲とひきかえに、ようやく手に入れた「平和と文化」です。みんな大事に守つていかねばなりません。

炉開き

十一月に入つてはじめての亥の日。七日は炉開き。茶の湯では夏の間使つていた風炉を、この日から地炉に替えます。そして本式だこの日には今年とれた新茶の壺の封印を切つて新しいお茶を用ひはじめるのが習わしです。このため、炉開きの茶事は、別名「口切りの茶事」とも呼ばれ、ふだんの茶席よりも格の高いものとされています。という



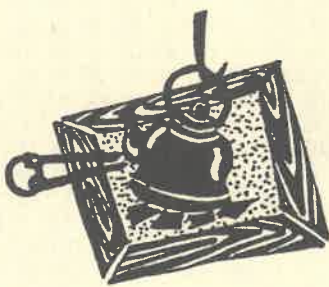
よる威嚇または武力の行使は、国際紛争を解決する手段としては、永久にこれを放棄する」と規定した新憲法第九条

行事

- 1日 教育文化週間
- 3日 文化の日
- 4日 消費者センター開設記念日
- 5日 一の酉
- 8日 立冬
- 15日 七五三祝
- 23日 一般狩猟解禁
- 26日 勤労感謝の日
- 26日 全国火災予防運動
- 3日 明治神宮祭
- 8日 唐津おくんち
- 8日 ふいご祭
- 11日 京都伏見稲荷火焚祭
- 13日 京都嵐山もみじ祭
- 17日 奈良談山紅葉祭
- 21日 島根出雲大社神在祭
- 22日 豊川稲荷秋季大祭
- 23日 各地神農祭

まつり

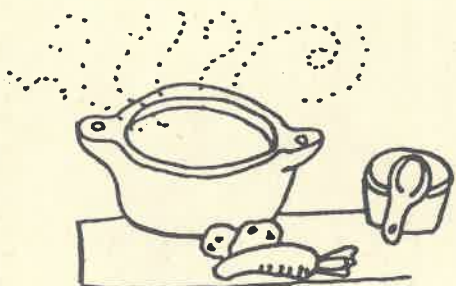
わけで、炉開きはお茶の正月とも解釈され、初釜よりも重視されるので招かれた客は紋のついた着物で伺うのが常識。色留そでに袋帯が正式ですが、色無地なら白い伊達えりをつけ、古典調の袋帯に帯揚げや



帯締めも白にして格式を表します。色無地染め抜き紋の着物には出すぎず格調もあり、出費も少なく何かと重宝な着物ですが、一つ紋と二つ紋の二枚を用意しておく、より多様に使えます。そして三つ紋のほうは共のすそまわしをつけておく、と格式はさらにあがるものです。

カモ、エビ、白菜、カブ、ギンナン

北海道(十月解禁)を除く、本州、四国、九州は十一月十五日が狩猟解禁。猪ナベ、キジナベ、それに小鳥の焼きとりなどひなびた味が楽しめる季節です。折しもキノコや白



菜も出揃い、月末に向かつて初霜が降りると、大根、ネギ、カブなども柔らかさを増してお味は最高、ナベ料理の諸条件が揃います。カボスやユズの香りをきかせた薬味で、しのびよる寒さの夜の団らんを温かくどうぞ。季節の味ギンナンやエビ、それにアナゴや青菜に下味をつけ、すりおろしたカブをのせて蒸す、かぶら蒸しも霜月ならではの味覚です。とろみをつけたダシ汁を張り、わさびをきかせてあつたかいところをいただく、と、体の芯まで温まります。なお、ギンナンは古くなるとうゆでもあのきれいなヒスイ

色にはなりません。しゅんの今月中に求めてゆでて冷凍しておけば正月料理にもきれいな緑が味わえます。

第三の健康と美容に!!

☆アメリカ合衆国製法特許(1983年1月7日下附)

世界で初めてアメリカ合衆国政府で公認された製法特許「アルファ線イオン発生方法」使用の権威ある製品「論より証拠」です。先ずおためしください。

■営業用ラドン温泉装置

一回の入泉定員2名から80名まで設計規模に応じ製作。全国30カ所のラドンセンターのほか百数十カ所で活用されています。

■家庭用ラドン温泉装置

家庭用ラドン温泉とお部屋の空気を爽やかにし健康の部屋にする新製品!



工事不要、家庭の風呂にそのまま使用、完全健康に必要なマイナスイオンを浴室につくり、浴室に使わない時間帯は居室・寝室等のマイナスイオン欠乏を補給。

■遠赤外線ラドンサウナ

家庭用から営業用まで新発売

浴室の中でも外でもそのまま使用、給湯・加温・加温等の工事一切不要。効果はラドン温泉と全く同じ。

※「アルファイオン完全健康法」

●ご希望の方は、切手200円分を添えて奥田康平 共著(定価250円) 立野信実 にお申し込みください。

製造元 株 東海ラドン研究所

〒500 岐阜市神田町9-11 (名曲堂ビル4F) (0582) 63-2875



カップ1杯あたり(200ml)
ビタミンCがレモン46個分
スポーツドリンク・タケダ

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
- 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)

