

# SAUNA



9月 / 87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)

## サウナ展望

# サウナの進歩と変革

大和観光株式会社  
代表取締役 米田 一也

私は現在名古屋から西に向けて八店舗のサウナと一店舗の共同経営のサウナを良き社員と多くのご理解あるお客様に支えられて経営いたしております。

浴場業との取り組みは昭和二十九年、親の代からです。約三十年近くになりますが、本格サウナとしての営業は昭和四十一年末からで、サウナとしての営業は十七年ほどです。

当時国内には全く営業サウナが無く、独自に手さぐりで暗中模索しながら開発してまいりました。そして現在の総合サウナ業としての、私どもの九店舗を過去から現在にまとめました。それぞれを図式にいたしますと、別図のようになりました。

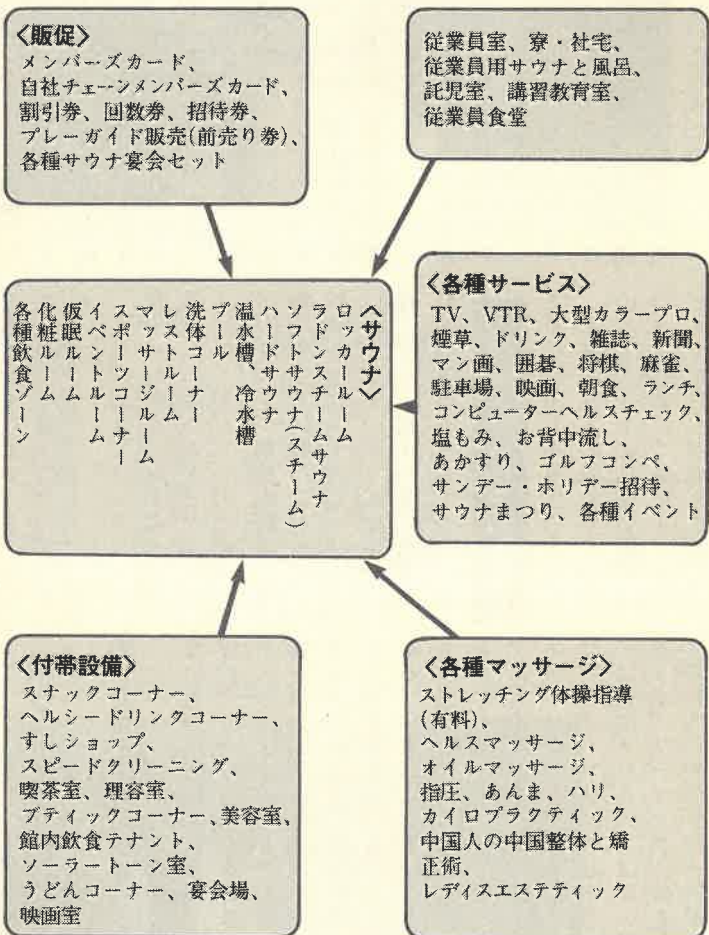
### 健康指向の客層

ここで十数年前の単純なサウナ経営から現在の非常に幅広い、複雑化した、そしてエスカレートしたサウナを比較いたしました。これからの進展と変革を真剣に考える時期に来ていると思います。現在男性サウナのお客様に例をみましても、ご入泉ご利用いただく多くは三十歳代から六十歳位までの、健康なお風呂好きのお客様に制約されており、



米田 一也氏

### サウナの構成



### 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。

(日本サウナ協会副会長)

### サービスを充実

逆に健康、サービス、レジャー性を真剣に取り組まれた業者の方々は、ますますのご隆盛をまのあたりに拝見いたします。これからのサウナ経営を

ヤングの層やシルバーエイジのお客様との間に理解度やご利用度の違いを、なんとか努力して埋めてゆかなくてはなりません。  
また、ここ数年健康を売りにしてしまっているサウナ業にはまだまだ奥深い経営の魅力を残しながら、一部では経営の方策に漫然とされておられた業者の方々の閉業業がお見受けされ、人ごとならずと感じております。  
そして老若男女のすべての方に受け入れられる店造り、システム創りを、そして「薬を飲んで健康になれる」を念頭に置いてソフトに汗をかき、ソフトに運動でき、安らかに静かに休め、あくまで健康的で、私は本当のファミリーサウナ

もくじ

第4回 全国サウナ祭	2面
タウナス・テルメ体験の世界	2面
新しいオイル・マッサージ	3面
ラドンについて	4面
サウナ協会だより	5面
10月のこよみ、暮らしの百科	6面

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!!



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。  
ひと味違う満足感は一류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



# 1983 SAUNA FESTA.

presented by ALL JAPAN SAUNA ASSOCIATION

## 第4回 全国サウナ祭

1983年10月1日→31日



# タウナス・テルメ 体験の世界

### 最高のおもてなし

タウナス・テルメの施設は一年以上リニューマチの温泉地として認められているパート・ホンブルグのイメージを高める。

「トレーニング強度の増加の監視も医者の判断による。温泉療法をよく知っている医者ならやりすぎの問題を知らな人はいないだろう。たとえば患者が効果を正しく評価しないで温水プールに長く(一時間以上も余分に)入りすぎってしまうことである。月並みな言いかただが、多ければいいというものではない。」

プールに入っている時間は分割されていても最高二十分を上回ってはいけない。保養地で導入された処置を患者が自ら続けて行わなければ、時間的に制限された保養地滞在の持続的な効果はない。健康によい設備のタウナス・テルメは治療の刺激を続けたい人には気持ちよく役に立つ。

「トレーニング強度の増加の監視も医者の判断による。温泉療法をよく知っている医者ならやりすぎの問題を知らな人はいないだろう。たとえば患者が効果を正しく評価しないで温水プールに長く(一時間以上も余分に)入りすぎってしまうことである。月並みな言いかただが、多ければいいというものではない。」

### 22、東洋的な雰囲気ですぐつみ

軽いドリンクでも食事でもタウナス・テルメのレストラにいらつしやる方々には最高のおもてなしをいたしまし

「便利なセルフサービスなのでごゆっくりお好きなものをお選びください。グリルもご自由にお選びになつてくださいます。」

「それに加えてフレッシュなサラダもある。みずみずしいメロンに生ハムとピクルスはいいが。ヨーグルトのスパニヤリティー、新鮮な野菜と果物、チーズに黒パンもある。新鮮な生ジュースもつけて、いかがです。グリルは午後六時、土・日・祝は午後一時半から田園風のグリルでお楽しみを。滞在の最後の夜を特別なものにした人にもムードのある小部屋も用意されている。家族・友人の集まりや会社のパーティーには宴会場が三つある。ここでもセルフサービスでグリルができてワインも樽から飲める。ビール好きにも手ぬかりはない。担当のレットル氏にぜひご相談ください。」

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

### 楽しいシヨッピング

「それに加えてフレッシュなサラダもある。みずみずしいメロンに生ハムとピクルスはいいが。ヨーグルトのスパニヤリティー、新鮮な野菜と果物、チーズに黒パンもある。新鮮な生ジュースもつけて、いかがです。グリルは午後六時、土・日・祝は午後一時半から田園風のグリルでお楽しみを。滞在の最後の夜を特別なものにした人にもムードのある小部屋も用意されている。家族・友人の集まりや会社のパーティーには宴会場が三つある。ここでもセルフサービスでグリルができてワインも樽から飲める。ビール好きにも手ぬかりはない。担当のレットル氏にぜひご相談ください。」

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

### 10月31日 サウナがつくる健康ライフ



サウナの啓蒙と日頃サウナのご利用者への感謝の意を兼ねた恒例のイベント、第四回全国サウナ祭が今年10月1日〜31日まで開催と決定。今年の特賞に「ポラロイド・インスタント・カメラ」が全国で二〇〇本当たるという豪華版。また地域や業者によつてはその他賞を設け多数の人に景品が当たるフィーバーぶりである。日本サウナ協会事務局によると、今年例年より出足が好調で、昨年実績を

### 23、日本で買物

「それに加えてフレッシュなサラダもある。みずみずしいメロンに生ハムとピクルスはいいが。ヨーグルトのスパニヤリティー、新鮮な野菜と果物、チーズに黒パンもある。新鮮な生ジュースもつけて、いかがです。グリルは午後六時、土・日・祝は午後一時半から田園風のグリルでお楽しみを。滞在の最後の夜を特別なものにした人にもムードのある小部屋も用意されている。家族・友人の集まりや会社のパーティーには宴会場が三つある。ここでもセルフサービスでグリルができてワインも樽から飲める。ビール好きにも手ぬかりはない。担当のレットル氏にぜひご相談ください。」

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

### 24、大スクリーンに二つの独自のプログラム

「それに加えてフレッシュなサラダもある。みずみずしいメロンに生ハムとピクルスはいいが。ヨーグルトのスパニヤリティー、新鮮な野菜と果物、チーズに黒パンもある。新鮮な生ジュースもつけて、いかがです。グリルは午後六時、土・日・祝は午後一時半から田園風のグリルでお楽しみを。滞在の最後の夜を特別なものにした人にもムードのある小部屋も用意されている。家族・友人の集まりや会社のパーティーには宴会場が三つある。ここでもセルフサービスでグリルができてワインも樽から飲める。ビール好きにも手ぬかりはない。担当のレットル氏にぜひご相談ください。」

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

### 25、編集担当者一覽(略)

「それに加えてフレッシュなサラダもある。みずみずしいメロンに生ハムとピクルスはいいが。ヨーグルトのスパニヤリティー、新鮮な野菜と果物、チーズに黒パンもある。新鮮な生ジュースもつけて、いかがです。グリルは午後六時、土・日・祝は午後一時半から田園風のグリルでお楽しみを。滞在の最後の夜を特別なものにした人にもムードのある小部屋も用意されている。家族・友人の集まりや会社のパーティーには宴会場が三つある。ここでもセルフサービスでグリルができてワインも樽から飲める。ビール好きにも手ぬかりはない。担当のレットル氏にぜひご相談ください。」

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

### 26、クイズ(略)

「それに加えてフレッシュなサラダもある。みずみずしいメロンに生ハムとピクルスはいいが。ヨーグルトのスパニヤリティー、新鮮な野菜と果物、チーズに黒パンもある。新鮮な生ジュースもつけて、いかがです。グリルは午後六時、土・日・祝は午後一時半から田園風のグリルでお楽しみを。滞在の最後の夜を特別なものにした人にもムードのある小部屋も用意されている。家族・友人の集まりや会社のパーティーには宴会場が三つある。ここでもセルフサービスでグリルができてワインも樽から飲める。ビール好きにも手ぬかりはない。担当のレットル氏にぜひご相談ください。」

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

### 27、FKK愛好者のために

「それに加えてフレッシュなサラダもある。みずみずしいメロンに生ハムとピクルスはいいが。ヨーグルトのスパニヤリティー、新鮮な野菜と果物、チーズに黒パンもある。新鮮な生ジュースもつけて、いかがです。グリルは午後六時、土・日・祝は午後一時半から田園風のグリルでお楽しみを。滞在の最後の夜を特別なものにした人にもムードのある小部屋も用意されている。家族・友人の集まりや会社のパーティーには宴会場が三つある。ここでもセルフサービスでグリルができてワインも樽から飲める。ビール好きにも手ぬかりはない。担当のレットル氏にぜひご相談ください。」

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東

静かな雰囲気ですぐつみで友人との語らいを楽しむことができます。タウナス・テルメの哲学そのものを日本的、東



## 今、有望な注目の新事業

信頼できる安全性

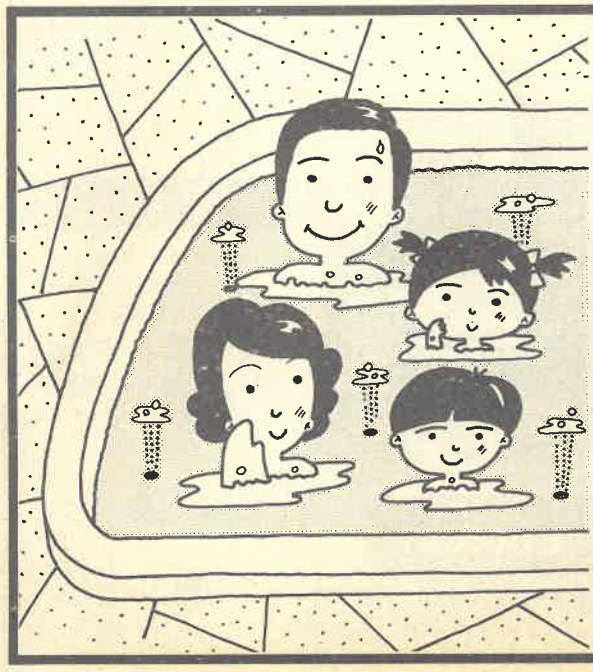
高度の性能

# コスモのラドン発生装置

●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





西洋と東洋の接点に立つて

# 新しいオイル

## マッサージ

(1)

今井 義晴

### 環境の急激な変化と日本人の肌

物質文明の目をみはる進歩は、私たちの日常生活を急速に変化させています。

自然環境、住居、食生活などにおいても、わずか三十年前まででは考えられなかったような「日常」が、私たちをとり囲んでいるといつてもよいでしょう。

私たち日本人の「肌」といふものをとり上げてみても、冷暖房の普及により、皮膚が



非常に乾燥し、うるおいのないカサカサの肌をつくりやすくなっています。

さらに食生活の面では、肉食の増加傾向ということがあって、これは肌荒れにつながります。

以上のように、私たちの環境は、好むと好まざるにかかわらず大きく変化してきています。

いまや、日本人の肌はきめ細かく美しいなどという、これまでの定説に安住しているわけにはいなくなつてきているのです。つまり、私たちひとりひとりが意識して、皮膚にうるおいをもたせ、栄養を与えてやらねばならない時代がきているといえるでしょう。

### オイルマッサージが見直されてきた

そうした意味で、いまオイルマッサージが見直され、一般の方々の関心も高まっています。

このオイルマッサージというものは、もともと西欧で発達してきたものです。従って、その方法、かたちというものは、西欧の人びとの体質に合ったものであり、生活習慣に密着しているといえます。

一方、東洋には東洋なりのマッサージがありました。ところがいまや東洋人である日本のひとびとの生活や環境が、西洋のそれとほぼ近くなつてきました。ですからオイルマッサージが日本人に求

められたとしても、決して不自然ではないわけです。

### オイルマッサージは東洋と西洋の接点

東洋人は昔、人前で裸になるのを極端に嫌いました。そこで必然的にマッサージも、衣服の上から行うあんま術という方法が生まれたわけです。

衣服の上からだ、どうしても強い力が必要になり、そのために母指が主として使われるようになりました。さらに、その方向も、身体の中心から手の先、足の先に向かう、いわゆる遠心性の手順となりました。

別表でもおわかりのように、肌に直接オイルを塗って行うヨーロッパマッサージとの間に、大きな相違ができたのは当然です。

全身の皮膚の血行を促し、皮膚にうるおいをもたせるには、たしかにオイルやクリー

	東洋のマッサージ	西洋のマッサージ
発祥	約2000年前	約500年前
着衣	着衣の上から行う	肌に直接行う
方向	遠心性	求心性
手技	母指揉ねつ法が多い	手掌軽擦法が多い
効果	主として神経機能を活発にする	主として循環機能を活発にする
滑剤	つけない	パウダー・オイル・クリームなど
対象	すじやツボを対象にする	筋肉や静脈やリンパが対象



ムを塗布したほうが効果的なのは申すまでもありません。ところが、必要だからといつて、単にヨーロッパスタイルのオイルマッサージだけでは、日本人に素直に受け入れられるとは思われません。

日本人の体質と生活習慣を十分に配慮し、古来、私たちの健康管理に役立ってきた、東洋医学的な技術を加味した特徴のある東洋医学的オイルマッサージでなければ、広い支持が得られないと思うので、面白いです。

またそれは効果の点においてもそうです。今号から、私が理想とするこのオイルマッサージの手法と効果を、部分別に紹介していくと考えております。

### オイルマッサージの方向を考える

原始時代から、動物たちが傷口をなめ、痛むところをさするといった、いわば本能的

な行為が「手当て」になり、またいたわりの心となって、それがマッサージ術を育んできたことは容易に想像できます。

ところが、何千キロも離れたところに発展した東西の文化とはいえ、西洋マッサージは求心性に、東洋マッサージは遠心性にすすめるといふ全く逆の方向になったことは、意外といえ意外ですが、それなりに医学的根拠があるから面白いものです。

マッサージをするとき、どの部分へどういう目的で行うかによってその方向が決まりますが、次に掲げる組織は、その対象として大変重要なものですので、まずおぼえておいてください。

- ①リンパ
- ②静脈
- ③神経
- ④皮下結合組織
- ⑤筋肉
- ⑥経絡・経穴

飲みこたえある  
**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とココ・コーラは、The Coca-Cola Companyの登録商標です

—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

**クローバー石鹼株式会社**  
本社 東京都墨田区緑4-16-9 TEL (03)634-3511代表  
大阪営業所 大阪市東成区神路2-1-4 TEL (06)981-7037代表  
(第2柏ビル内)



# 核エネルギーの電子を利用した治療法

## 医学博士 坂本 靖



坂本 靖博士

療法で、国連の下部機構に放射線防護委員会というのがあり、この指導により、現在では非常に微量のものしか使えません。

天然の地下水とか宇宙線のウナ浴とはちよつとニュアンスが違い、ラドンは低温です。お年寄りの方々もかなり利用されており、サウナより利用者の層がグリーンと広くなるといふ特色があります。

サウナはサウナ療法として海外では医師の指導のもとにかなり普及していますが、日本ではどうもレジャー指向として発展してきたと理解しております。

また、医学的な効果もサウナとラドンでは多少違っています。ラドンというのは、核エネルギーの電子を利用した治療法

# ラドンについて

ラドン療法というものは、サウナ浴とはちよつとニュアンスが違い、ラドンは低温です。お年寄りの方々もかなり利用されており、サウナより利用者の層がグリーンと広くなるといふ特色があります。

サウナはサウナ療法として海外では医師の指導のもとにかなり普及していますが、日本ではどうもレジャー指向として発展してきたと理解しております。

また、医学的な効果もサウナとラドンでは多少違っています。ラドンというのは、核エネルギーの電子を利用した治療法

ラドンは、放射線による治療法で、国連の下部機構に放射線防護委員会というのがあり、この指導により、現在では非常に微量のものしか使えません。

天然の地下水とか宇宙線のウナ浴とはちよつとニュアンスが違い、ラドンは低温です。お年寄りの方々もかなり利用されており、サウナより利用者の層がグリーンと広くなるといふ特色があります。

サウナはサウナ療法として海外では医師の指導のもとにかなり普及していますが、日本ではどうもレジャー指向として発展してきたと理解しております。

また、医学的な効果もサウナとラドンでは多少違っています。ラドンというのは、核エネルギーの電子を利用した治療法

# 動きざかりの

# 健康法

# 成人病トリオ

## 〈糖尿病・心臓病・高血圧〉

成人病。この怖さは、一つの疾患だけでなく、さまざまに病気をともなう健康をむしばんでいくところにあります。たとえば糖尿病は、病気に対する抵抗力を弱めるとともに、神経障害や白内障といっ



た合併症を引き起こします。心臓病、高血圧などの成人病も同様です。しかし、早期に予防すれば、これらは防げるもの。成人病の原因となる糖分・脂肪分のとり過ぎによる食生活の偏り、ストレスの蓄積、肥満などは、日ごろの生

活態度に大きく左右され、これらの点に注意することが、健康と成人病の分かれ道といえます。

根本的には、①食事は栄養のバランスに注意し、過食を避け、②心のゆとりをもち、リラクセスした生活を送る。③適度な運動や休養により規則正しい生活を送ることが重要です。

こうしたことは成人病の一

防に役立つばかりか、体質の強化と新陳代謝を促し、老化の予防にもつながります。さらに成人病の予防には、安全性の高い生薬を利用するのも一策。糖尿病には血糖降下作用のあるイカリ草、心臓病には心臓を強化する心臓エキス、高血圧には動脈硬化を予防する大豆リン脂質、ルチンなどを利用することも効果的です。

感情、その他厚生省や、科学技術庁の対応が神経質すぎる面がございまして、まだ普及は遅れているようです。

それから、医学的にラドン療法は、ドイツ医学とかソ連医学の方で発達しておりまして、戦後日本がドイツ医学を追放して、ほとんど一〇〇%アメリカ医学が入り込んでおり、ラドン療法は、アメリカでは、まだこれからだということ、日本でもその点ちょっと遅れているのではと思っております。

大阪では、阪大の村山先生が、BCG療法など、丸山先生のやっているのと似たようなことをやられたり、クレハ化学のクレスチンとか、中外製薬のピシバニール等、注射などを使っていますが、注射とか飲み薬でなくて、呼吸器官から吸い込む非特異的な免疫療法として、ガン予防とかその他にラドン療法が一番いいと思えます。

これをもちろんで、このグループの中でだけ認められたもので、正式には、厚生省の理学療法士とか、あんま、はり灸、柔道整復士のかたちでなければ身分保障はされない訳ですが、実際には、力があれば、ほとんどできるというのが現状です。

ところで、東洋医学的には、このハリ灸、一〇〇〇年かこの歴史をもっている。このハリ灸の経穴とか経絡に対して、マッサージ、ハリ、指圧

をすることで、このグループの中でだけ認められたもので、正式には、厚生省の理学療法士とか、あんま、はり灸、柔道整復士のかたちでなければ身分保障はされない訳ですが、実際には、力があれば、ほとんどできるというのが現状です。

これをもちろんで、このグループの中でだけ認められたもので、正式には、厚生省の理学療法士とか、あんま、はり灸、柔道整復士のかたちでなければ身分保障はされない訳ですが、実際には、力があれば、ほとんどできるというのが現状です。

これをもちろんで、このグループの中でだけ認められたもので、正式には、厚生省の理学療法士とか、あんま、はり灸、柔道整復士のかたちでなければ身分保障はされない訳ですが、実際には、力があれば、ほとんどできるというのが現状です。

これをもちろんで、このグループの中でだけ認められたもので、正式には、厚生省の理学療法士とか、あんま、はり灸、柔道整復士のかたちでなければ身分保障はされない訳ですが、実際には、力があれば、ほとんどできるというのが現状です。

これをもちろんで、このグループの中でだけ認められたもので、正式には、厚生省の理学療法士とか、あんま、はり灸、柔道整復士のかたちでなければ身分保障はされない訳ですが、実際には、力があれば、ほとんどできるというのが現状です。

活態度に大きく左右され、これらの点に注意することが、健康と成人病の分かれ道といえます。

根本的には、①食事は栄養のバランスに注意し、過食を避け、②心のゆとりをもち、リラクセスした生活を送る。③適度な運動や休養により規則正しい生活を送ることが重要です。

こうしたことは成人病の一

防に役立つばかりか、体質の強化と新陳代謝を促し、老化の予防にもつながります。さらに成人病の予防には、安全性の高い生薬を利用するのも一策。糖尿病には血糖降下作用のあるイカリ草、心臓病には心臓を強化する心臓エキス、高血圧には動脈硬化を予防する大豆リン脂質、ルチンなどを利用することも効果的です。

感情、その他厚生省や、科学技術庁の対応が神経質すぎる面がございまして、まだ普及は遅れているようです。

それから、医学的にラドン療法は、ドイツ医学とかソ連医学の方で発達しておりまして、戦後日本がドイツ医学を追放して、ほとんど一〇〇%アメリカ医学が入り込んでおり、ラドン療法は、アメリカでは、まだこれからだということ、日本でもその点ちょっと遅れているのではと思っております。

大阪では、阪大の村山先生が、BCG療法など、丸山先生のやっているのと似たようなことをやられたり、クレハ化学のクレスチンとか、中外製薬のピシバニール等、注射などを使っていますが、注射とか飲み薬でなくて、呼吸器官から吸い込む非特異的な免疫療法として、ガン予防とかその他にラドン療法が一番いいと思えます。

これをもちろんで、このグループの中でだけ認められたもので、正式には、厚生省の理学療法士とか、あんま、はり灸、柔道整復士のかたちでなければ身分保障はされない訳ですが、実際には、力があれば、ほとんどできるというのが現状です。

これをもちろんで、このグループの中でだけ認められたもので、正式には、厚生省の理学療法士とか、あんま、はり灸、柔道整復士のかたちでなければ身分保障はされない訳ですが、実際には、力があれば、ほとんどできるというのが現状です。

### 医学的に非常な効果

### 健康で長生きに最適

### 筆者紹介

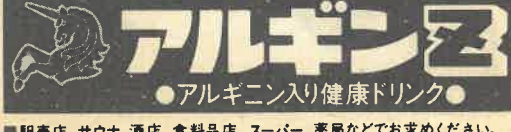
坂本先生は、慶応大学医学部を卒業の後、厚生省に奉職され、その後、アメリカに留学されました。

現在は三菱診療所の所長の要職をお持ちのかたわら、日本ドクターズクラブ代表として無医村をなくす運動や在日外国人の治療・入院問題と取り組んでおられ、さらにラドンについては、広く国民の公衆衛生思想の向上と病気の治療方法の一環として研究されておられます。

ひと汗流したら、**「アルギンZ」**



サウナでひと汗流したあとの「アルギンZ」はまた格別。「アルギンZ」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。





# 四国協会設立へ

## 発起人会と発会式

四国

四国サウナ協会結成準備のため、七月二十六日に日本サウナ協会の副島雅行組織委員長代理と浜田行徳事務局長が高松市の榎たまやに平尾和義社長を訪問、地元サウナ事情を聞き、サウナゴールドタイムの深田初王社長に香川県協会のとりまとめを頼んだところご快諾をいただいた。

東正記社長と懇談、徳島協会の結成に際し発起人を依頼、翌十日には高知のとでんサウナ社長島中健次氏とモナコグループ代表取締役の今城亮一氏と面談し、島中氏に発起人になってもらうよう要請した。いよいよ九月二日には四国サウナ協会設立発起人会が、高松市常盤町の旅館「満月荘」で午後一時から開かれ、ひきつづいて午後三時から発会式が開催された。

高松の深田初王氏が議長となり、日本サウナ協会の米田一也組織委員長が経過報告をした。会則案審議のち役員選出を行い、会長に深田氏、副会長に浅海一郎、栗林亮、島中健次の三氏が選ばれた。各県会長の挨拶があつて事業計画案を発表、九月は会員数の増強、十月はサウナ祭の実施、十一月には関西協会と共催で研修会をひらき、姫路サウナを見学することになった。来賓として中野幸雄日本協

## サウナ祭 理事会で披露

関西

関西サウナ協会の理事会は八月二十六日午後二時から、大阪・南区のチャコール三階会議室でひらかれた。開会に先立って業者から宣伝用の「ニュースライトル」などの商品説明があつた。会議は中野幸雄会長、辻野建市副会長、橋田吉平委員長ら十人が出席、中野会長が冒頭にあいさつされた。

さつそく議題にうつり、幹部研修会、サウナ祭、関西サウナ協会の強化策、未加盟店対策などについて、忌憚のない意見が交わされた。なお、ことしのサウナ祭のポスターなども披露され、業界の発展に全力を尽くすことを申し合わせた。



幹部研修会の実施を提案



サウナ祭のポスターを背に

## 業種別の動向調査

### 中小企業事業団

#### 日本サウナ協会

昭和五十八年度業種別動向調査(サウナ)第一回検討会が八月二十三日午後二時から東京・虎の門の中小企業事業団第二電気ビル二階第一会議室でひらかれた。これに日本サウナ協会から今井義晴副会長、浜田行徳事務局長らが出席し、サウナ業界の現況報告を行った。

会議は斎藤定信情報調査部長の主宰で、実施計画、調査計画(案)、調査視点および調査項目その他の説明があつた。

## 恒例のサマーフェスティバル

### 神奈川

(有)千歳観光サウナニュージヤパン(横浜市中区長者町五―五六)では、本年も恒例の「サマーフェスティバル'83」を七月一日から八月三十一日まで開催しました。

期間中毎週日曜日は午後四時と六時に特別ショーが行われ、お客様の愛顧に毎週異なった番組を提供し、好評を博しました。毎日午前十一時から正午ま

での間、1等から5等までの空くじ無しの抽選を行い、ダブル賞として更に特別賞ホンダハミングGが十台、他に特別ショー参加者(歌手とデュエットで歌ったお客様)三人と当日入場のお客様五人に当日賞と盛り沢山の催しで、この夏のひとときを楽しくお過ごしください、支配人、従業員一同大いに頑張りました。



あいさつする深田会長



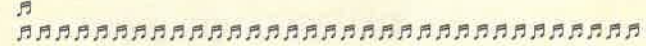
発足を祝って乾杯!



歌手とデュエットでうたう



仮面の男と女の特別ショー




# 品質重視。だから「メトス」

堅牢で安全。「メトス」はサウナの代名詞。ヨーロッパやアメリカ、そして日本でもサウナの主流はメトス。「いいものだけを残していきたい」。これがメトスの姿勢です。



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  
 大阪市淀川区中津1-18-18(若杉ビル) 〒531 TEL(06)375-1751代  
 札幌市中央区北5条西19丁目(コーワビル) 〒060 TEL(011)641-9269代





日本サウナ協会

SAUNA

9月 / 87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)

# 10月のいよみ

十月は古来カミナツキ・カンナツキ(神無月)といわれます。これは「興儀抄」に「この月諸神出雲国の大社に集り給ふ故に名づく」とあり、徒然草(つれづれぐさ)でも「此月大神宮の御許へ諸神あつまり給ふ故に名づく」といつています。

しかし、また「詞林采葉抄」の「神無月をば、出雲国には神有月とも神月とも申也」とか、荷田春満の「神無月は雷無月」、「世諺問答」の「此月を神無月と申すは伊弉冉尊崩じ給ふ月ならば申也」という説もあります。異名には、陽月、良月、上冬、玄冬、初冬、時雨月、初霜月などがあります。

英語でいうOctoberというのは、ローマの古い暦の八月にあたるのでOctoberつまり八月の意味からつけたものです。

また、帝王に祝意をあらわす意といひます。もつとも、これはゲルマニカス、アントニウス、ヘルカスなどと呼ばれていました。

十月はさわがしかった夏の面影もすっかり消え、ひっそりと秋の深みゆく月、静かに一人読書にふけるのもこの月のならわしです。

## 〈暮らしの百科〉 戸外運動には最高の十月

☑キノコ  
天高く味覚の秋の到来です。はうってつけ。その点、笠がその一番バツターがキノコ類。灰色がかつたスタンダードなマツタケ、シメジ、エノキダケ、シイタケ、ハツタケ、岩タケ……と、旨味の王様キノコ類が勢揃いするのが十月。昔から「香りマツタケ、味シメジ」といわれるように、味で煮るものやナベものなどに



わい深きでは高いマツタケよりも安いシメジに軍配があたります。わけても笠が茶色の本シメジは熱を加えても歯ざわりがしゃつぱりとしている

- |     |         |     |              |
|-----|---------|-----|--------------|
| 1日  | 法の日     | 7日  | 長崎おくんち(9日まで) |
| 10日 | 体育の日    | 8日  | 山形まつり        |
| 14日 | 鉄道記念日   | 10日 | 琴平金刀比羅宮祭     |
| 17日 | 貯蓄の日    | 16日 | 伊勢神宮神嘗祭      |
| 18日 | 統計の日    | 17日 | 日光東照宮秋祭      |
| 20日 | 新聞週間    | 18日 | 東京靖国秋季大祭     |
| 23日 | 電信電話記念日 | 22日 | 平安神宮時代祭      |
| 26日 | 原子力の日   | 29日 | 京都鞍馬の火祭      |
| 27日 | 読書週間    |     | 福岡香椎宮祭       |



域での「野を歩く会」の実施など中年や熟年も参加しやすい催事が多くなり、体育は若人に限らずみんなのものになってきつつあります。中、高年もひと昔前の体力章検定のころを思い出して、再挑戦してみたいかが。三十年も延びた寿命も健康でなければ重荷になるだけです。

☑目の愛護デー  
十日は「目の愛護デー」。10月10日の二つの「10」を目と肩に見たてて、昭和六年にはじまったこの行事は、現在では近視の予防、トラホームなど目の疾患予防、失明者の福祉運動、アイバンクの普及など幅広い展開をみせています。一方、月末の二十七日からは読書週間に入ります。この催しは昭和二十二年からはじま



つたもので、燈火親しむ候にあたっての読書の奨励が目標です。ところでメガネとカメラは日本人の代名詞のようによくいわれますが、実際にメガネ使用の人口比はアメリカが世界一だとか。目といえば、中国では小学校の授業の中に「目の体操」を取り入れ、近視の予防に力を入れていますが、それでも都市部の進学校では多くのメガネをかけた高校生に出会った経験があります。「机に向かう時間が長い」というのも……とその学校の校長先生もお手あげの様子でしたが、これは読書と照明の関係も無視できないようです。中国は夜の室内がいかにもうす暗いからです。ちなみに読書のための照明は、机上を二〇〇〜三〇〇ルクスと明るくし、室内も一五〇ルクスくらいに保つのが目のための最良策。机上のスタンドだけにたよると、全体照明をおろすかになると、影が強くなって目はかえって疲れます。お宅の勉強部屋や書斎の照明はいかがですか。

**好評 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  
 一回の入居定員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・加湿・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円分を添えてお申し込みください。 奥田康平 共著 (定価250円) 立野信実

●製造元 株式会社 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



タケダ

サウナで気分スッキリ、  
 汗の渇きにCアップ。

コップ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」

630H-35-12-01

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)

東海ラドン研究所