



SAUNA

11月/113号

発行所 日本サウナ協会教育広報部会
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!!

日程表

国際サウナ会議参加ツアー (仮称)

月日	地名	現地時刻	交通機関	摘要	食事条件		
					朝	昼	夕
2月2日 (日)	大東東	大阪発 18:35 東京着 19:50 京発 20:45	LH-651	大阪、東京よりルフトハンザ航空にてアンカレジ経由ハンブルクへ (機内泊)			●
2月3日 (月)	ハンブルク着 ハンブルク発 アムステルダム着	06:00 09:25 10:20	AY-853	着後 引き続きフィンランド航空にてアムステルダムへ 着後 市内観光 夕刻 専用バスにて「国際サウナ大会」パーティーへ (アムステルダム泊)			●
2月4日 (火)				終日 「国際サウナ会議」参加と見本市 (暖房、衛生、空調) の見学 (アムステルダム泊)			●
2月5日 (水)	アムステルダム発 ジュッセルドルフ着	17:40 18:30	HN-427	午前中 見本市見学 (観光、買い物時間でも可能) 出発まで自由行動 空路 ダッチ航空にてジュッセルドルフへ 着後 ホテルへ (ジュッセルドルフ泊)			●
2月6日 (木)	ジュッセルドルフ発 西ベルリン着	16:00 17:00	BA-3128	午前中 ビーレフェルトのドイツサウナ協会との交流と質疑応答 午後 英国航空にて西ベルリンへ 着後 ホテルへ (西ベルリン泊)			●
2月7日 (金)				午前中 サウナ施設視察 午後 東西ベルリン観光 (西ベルリン泊)			●
2月8日 (土)	西ベルリン発 ミュンヘン着 ミュンヘン発 チューリヒ着	09:10 10:30 12:45 13:35	PA-685 SR-555	空路 パン・アメリカン航空とスイス航空にてチューリヒへ 着後 市内観光 夜 「スイスの夕べ」へ (チューリヒ泊)			●
2月9日 (日)				午前中 レーゲンスドルフにあるフィットネスパーク施設視察 午後 フェフィコンのアパマル施設視察 その後 ルツェルン観光 (チューリヒ泊)			●
2月10日 (月)	チューリヒ発 シュツットガルト着	11:05 11:40	PA-192	パン・アメリカン航空にてシュツットガルトへ 着後 パーデンパーデンの新サウナ施設視察 その後 パート・リーベンツェルへ (パート・リーベンツェル泊)			●
2月11日 (火)				午前中 パート・リーベンツェルのサウナ施設視察 (寒中水泳、ファイ体験可能) 午後 ハイデルベルク古城観光 その後 フランクフルトへ (フランクフルト泊)			●
2月12日 (水)				午前中 バードホンブルクの「タウンステルメ」施設視察 午後 ショッピング等 自由行動 (フランクフルト泊)			●
2月13日 (木)	フランクフルト発	12:50	LH-652	ルフトハンザ航空にてアンカレジ経由東京へ			●
2月14日 (金)	東京着 京発 大阪着	14:40 15:50 16:45		東京着後 解散 引き続き 大阪へ 大阪着後 解散			●

ホテルリスト (使用予定ホテル)

アムステルダム : クラスタポルスキ	チューリヒ : グロッケンホーフ
ジュッセルドルフ : インターコンチネンタル	バード・リーベンツェル : クローネン
西ベルリン : インターコンチネンタル	フランクフルト : CPプラザ

参加者募集

国際サウナ会議とヨーロッパ研修ツアー

日本サウナ協会

- 一、旅行期間 昭和六十一年二月二日(日)より十四日(金)まで十三日間。
- 二、渡航先国 オランダ、西ドイツ(西ベルリン)、東ドイツ、スイス。
- 三、日程表 左表のとおり。
- 四、旅行経費 一人当たり約四十五万円。
- 五、申込期限 十二月二十日 (オランダの事務局へ六十一月十五日必着)
- 六、申込先 日本サウナ協会 本部事務局 (大阪市南区道頓堀二四一六、電話〇六一二一〇四六三)
- 七、見本市会場「衛生暖房工業展」見学 毎日午前十時から午後五時三十分まで昼休みほか随時
- 八、見本市会場「衛生暖房工業展」見学 毎日午前十時から午後五時三十分まで昼休みほか随時
- 九、個人的費用(飲み物、たばこ、洗濯代、電報、電話料など)
- 十、超過手荷物料金(一人につき二〇キログラムを超える手荷物運搬料金)
- 十一、渡航手続き費用(旅行印紙代、査証代、予防注射代、旅行傷害保険料、海外旅行手続き手数料に伴う費用)
- 十二、一人部屋を使用する場合の追加料金
- 十三、サウナ施設入場料
- 十四、発着日時および交通機関は変更になることがありま。
- 十五、その他(旅行経費は昭和六十一年十月三十日現在有効な航空運賃および関係諸料金に基づいて算出されたものです。
- 十六、国際サウナ会議総会で日本サウナ協会の入会並びに講演の有無を審議。
- 十七、添乗員が同行するに必要な諸経費
- 十八、税金・サービス料・チップ(日程に示された団体行動中の一切のもの)
- 十九、手荷物運搬料金(一人につきスーツケース一個(ただし制限重量は航空バッグを含め二〇キログラム以内)
- 二十、添乗員が同行するに必要な諸経費

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。

For Beautiful Human Life



バルカン7品セット

期待感を充実させる、琥珀色の香りバルカン

共感、男の香り

人生に共感を持つように、香りにも共感の世界がある。男らしさを一層引きだてる洗練された爽やかな香りが、お客様に深い満足感を与え充実したひとときを演出します。



ナインオ'clock7品セット

心にゆとりを創る、ライトな香りナインオ'clock

ヨーロッパ・サウナ視察報告

1980.6.5~6.19

ニュージャパン観光株 中野 憲一

▲プエブロ▼ フランクフルトの空港から市内に入る途中にあり、ベージュ色の土で作った砂漠のトリデを思わせる。プエブロとは北米のアリゾナ、ニューメキシコに居住するインディアン・の名称である。

表 玄関の看板は大きな焼き板に白字でバー、カフェ、レストラン、ポウリング、スリッシュ、サウナ、創作場と書かれている。敷地いっぱいにはほぼ正方形の建物があり、内部を二分して段違いフロアの構造になっている。段違いフロアの取り合いは吹き抜けとし採光している。吹き抜けの



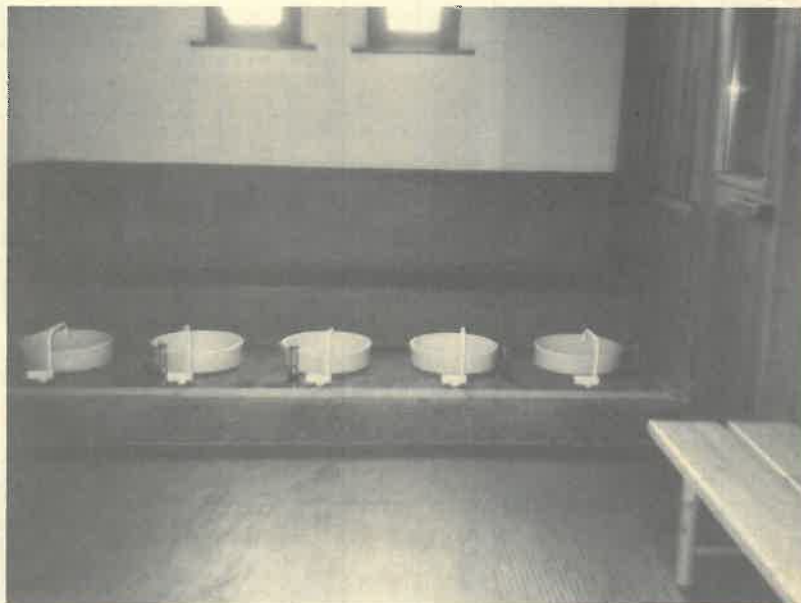
砂漠のトリデを思わせるプエブロ

一階は小さな滝を落とし池にしている。壁は白を基本として各種のふち取りは手作りのラフな曲線を用いて、要所に木地を生かしたニス塗りの丸木材や板材を使って、アクセントをつけている。床は三〇センチ角のテラコッタのタイルを使用している。自然の肌合いを出している。トータルデザインテーマはメキシカンとでもしよう。地階はポウリング三レーンと、スリッシュ五面、ビールバーコーナーと広場を作っているが、客が居ないため照明も暗く陰気な感じであった。一階は受付カウンター、スー

ベニアコーナー、自然食タイプカフェテリア、セルフサービスコーナーでは中央に豊富なサラダバーを据え、まわりを飲み物やデザート等各コーナーを設けて器具の配置等、外国における雰囲気作りのうまさにいつも感心させられる。

中 一階は託児所があり、二階は創作コーナー(絵、陶芸、調理、工作等)があるが、各器具は中途半端なものばかりで、思いだけが先行しているように思われたが、これは私だけの評価だろうか。他にアスレチックジムがあり、変わったところでは、人間の感覚器官をテストする器具をあちこちに置いてある。例えば八つのブラックボックスの中にいろいろな物が入っており、それを手で触って感じたことを書き込んだりするものである。また三十名程度の段状講義室やグループミーティングルーム等、珍しいものが多いが、いま一つ利用価値が明確でなくアイデア倒れに終わっているのではないかと思う。

三 階はテレビコーナー、サウナゾーンがある。狭いためプールは無かったが、ジャグジー、歩行浴、マッサージ室、紫外線、飲食カウンター等が配置され、四階にサウナ室と温泉風休息室がある。屋上は日本式木製ジャグジー浴槽が四基あり、サンデッキとなっている。営業的にはサウナゾーンと一階レストランが稼働しているのみで、他の



プエブロのサウナ室の内部

スペース効率は余り良く無いのではないかと思う。そういえば、最近会員制システムを導入し始めたともマネジャー氏が言っていた。

▲パークホテル▼ バドメルゲンハイムの街に入ると町自体が公園のようである。建物にはクアホテルとかサナトリウムとかいった字が目につく。全く町ぐるみ療養所である。バドとは温泉地のごとで、これは国が温泉地として認定している証である。パークホテルはクアパークの中に建てられており、白色のモダンな建物である。クアとは治療のこと、温泉地には必ずといっていい程クアパーク(公園)があり、源泉を飲めるところを作っている。

そ してクアハウスがその公園内、または隣接して建てられている。公園の自然環境は素晴らしい。草や木の香りに満ち満ちている。建物はガラス窓を大きく取り、外部の自然

の空気を大きく取り込めるようにしてあり、各部屋にサンデッキが付いている。ホテルにはプールと小さなサウナが付いているだけで治療施設は無い。少し離れたところにクアハウスがあり、治療者はこのホテルに泊まりながら治療するコースになっている。したがって長期滞在者を主としているようである。

パークホテルではいろいろな滞りのパターンコースを作っている。週末コース、春秋の一週間コース、夏の二週間コース、長期休暇コース(二十八日)、冬コース、活力コース(五日プログラム)、不眠症治療コース、健康な人のためのクアコースの他テニス、乗馬、ゴルフを楽しむコース(一週間)もある。ここでの主な効能は肝臓、胃、胆のう、腸、肥満、糖尿、新陳代謝障害等に効くようである。

夜コーヒーションを探しに公園を歩いていると、にぎやかな建物が見え、たのび、行つてみると、カフェダンスホールであった。一〇〇%近く老人で楽しそうにカップルでダンスを楽しんでいる。そのような光景は老後のわびしさを感じさせてコーヒーも飲まずにホテルに帰った。この地域では客層が高齢者が主流である。ドイツでは有給休暇制度が十分に機能して個人の人々の休暇は年間にするとかかなり有るようである。また社会保障も行き届いているため、定年後も生活には困らない。そのような時に人のふれ合いを求めてこのような施設を利用するのであろう。

おねがい 健康に奉仕するサウナ業界の広報紙「SAUNA」の紙面を充実し、より一層業界のホットな情報を盛り込みたいと思っております。

つきましては、開店、新装、新しい設備、催し物、人事異動、グループ活動など、あなたの身近な出来事を投稿してください。

あて先は日本サウナ協会本部編集係です。

—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 大阪市東成区神路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)

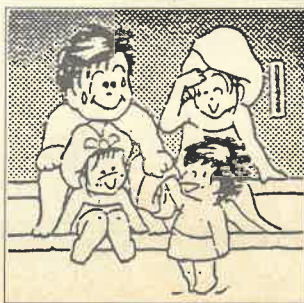
50%省エネです。

ガス遠赤外線クナイブサウナシステム

低温でスゴイ発汗！ 老人から子供まで安心してご入浴が楽しめます。

特許 MBF モデルボールフィルター

浴場循環濾過装置 超節水が可能なミオライト濾過材使用。



ガス遠赤外線サウナヒーターは 東邦ガスとサンケイトレーディングとの共同開発特許製品です。(PAT. 出願中)

- ★納入実績100基以上
- ★ガスの太田賞受賞
- ★世界ガス会議出展

●主要納入先

邦和スポーツランド、大和観光、日新観光
 サウナフジ、サンボピア、レッツスポーツ
 ジャパンニューファミリー、サウナオース

株式会社サンケイトレーディング

本社 〒464 名古屋市千種区千種3-36-15
 (森川ビル2F) ☎(052) 733-2474
 大阪営業所 大阪府南河内郡狭山町大野台3-15-18
 〒589 ☎(0723) 67-1046

日本サウナ協会「幹部勉強会」 幹部教育の理念

営業研究部会長 見達和男



われわれサービス業は教育がすべてである。「サービス産業イコール教育産業である」とニュージャパン観光(株)では定義している。

幹部の教育と一般社員の教育、それに全社的レベルでの教育とに分けている。幹部教育は月に二回、当月のやる仕事を出し、それを発表、それに対して店長、セカンドクラスに参加者全員が問題点をついていく。それからもう一回、定期的にその月の売り上げの損益書の発表をしている。その損益書の前年対比と当月同年前対比を公表し、それぞれコメントされる。

また五、六年前からQCサークルを導入しているが、約四十サークルがある。各幹部は半年で一課題(売り上げ増進、マッサージオペレーター増員、出勤率のアップ、新商品六品目開発など)を持ち、三カ月ごとに成果を中間発表し、半年目に社長ヒアリングで全体発表を行っている。

もう一つはサービス美化点検をしている。ファーストマイル、点呼の出来具合など基本に関する事柄の点検項目を五、六課目につき、二十数名が四班に分かれて、毎月三日から六日までの間に実施している。その他資質点検も六カ月間やっている。

教育と実活動が一体となり、実活動即教育であり、教育即実活動である。教育とはなかなか報われないもので、効果の期待を急ぎすぎるといけなわけにもいかない。悩みの連続であるが、全社的なものと個人的なものを、仕事の中で対人的学習をして、長年にわたり教育活動を行ってきた。関心をもたせることが、やる気を起こさせる指導法である。

職場に広がる腰痛体操

予防・治療に実効 背骨支える筋力アップ



手軽にできる腰痛体操に励む
近畿コカ・コーラの女子社員たち

朝八時二十分。イチ、ニツ、ゼロです」とは満々そうを所長の前で。息をはずませながら始業前の体操が始まった。近畿コカ・コーラボトリング(株)本社・大阪府摂津市のM営業所駐車場兼広場に所長以下六十五人が勢ぞろい。その場駆け足から始まって、背伸び、前屈、スクワット。

続いてマットの上に腹ばいになって腕立て伏せ、腹筋、上体そらし……。いずれも二十回ずつ。フー、フー、ウーンとうめき声があちこちで。約十二分間の体操が終わるころにはうっすらと汗がにじむ。

体操のあと、朝のミーティングを終え、営業マンたちは製品を満載したクルマで次々に町へ。「体力がつくのはもちろんですが、気持ちを引き締める効果も大きいですね。この五年間、腰痛も交通事故も

原因があるケースはわずかで、九割近くは筋肉の方に原因がある。

背骨が身体を支えるには、数多くの筋肉の支えが必要だ。たとえば、重い物を持ち上げる場合には、腹筋が腹全体をしめ上げ、その圧力を高めることによって背骨を前から支えている。このバランスがうまくとれないと、骨や筋肉に無理な力が加わって炎症を起こすというわけだ。

市川講師らのすすめる腰痛体操は、腹筋や背筋の強化に力点を置いたものだ。その一例を紹介しよう。

- 1、両足を軽く曲げ、両手を頭のうしろに組んで起き上がる。
- 2、両腕を床につけて、お尻をできるだけ高くさし上げる。
- 3、四つんばいの姿勢から首、背をゆっくり大きくそり上げ、さげ下ろす。
- 4、両足を肩幅に開いて、背すじを伸ばしたままお尻を落とす。
- 5、両足を開いての前屈、斜屈。
- 6、あお向けに寝て両ひざをかかえ、胸につくまで折り曲げる。
- 7、腕立て伏せの姿勢で背をそらした後、そり直りながら頭を下げ腰をつしろへ引く。

いずれも三回くらいから始めて、しだいに回数をふやしていく。できれば毎日、最低でも週三回以上。三、四カ月も続けられれば、かなりの効果が出る。

新規加盟店

九州サウナ協会
▽サウナ&カプセルグリーンランド
(代表・西原秀容氏)
福岡市博多区中洲六一一七
〇九二二二九一一九〇〇〇

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

サウナの御繁栄は ゆったりリムードから

リクライニングチェア(油圧式)
サイドテーブル
仮眠ベッド(油圧式)

〈サウナ用〉
ガウン、パンツ
バスタオル、フェースタオル
(名入れ織込み)
タオルケット、毛布
サウナ室マット

〈カプセル用〉
マット、マクラ、パッド
毛布、シーツ、毛布カバー
ピロケース、ガウン

バスタオル、フェースタオル

K.K. ジャクラン商事
〒130 東京都墨田区緑 1-2-13 ☎ 03-635-1321

SPORTS DRINK

TAKEDA
ビタミンC500mg&ミネラル
(コップ一杯当り)

スポーツドリンク・タケダ

爽快サウナ。
仕上げはゴクッと
ビタミンC。

タケダ食品 855Ee・33・05・01

専門サウナビジネス業へ 脱皮図るサウナ業 業種別動向調査報告書から

〈完〉

(2) 顧客層の明確化

自店の対象とすべき顧客層の特徴を明らかにし、顧客の要望に応じられる施設やサービス体制を整える必要は前にも述べているとおりである。一般的に顧客ニーズは不透明なものであるが、店周辺の顧客層の分析だけにとどまらず、広範囲に土地柄、風土、気質までさかのぼり、店側がインシアチブをとり顧客に合うし好性を見だし、地域社会に密着した展開を考えるべきである。

上野駅に近いこともあって東京見物の団体客をとるようになっている。施設も団体客が収容できるように宴会場を備え、貸し切りもできるようにしている。また、休憩室は男女が同室できるようにしている。当店はサウナの提供だけでなく、サービスの場を提供する考えである。東京のドライブイン的な場とし、サウナ、マッサージによるそう快感とくつろぎを与える場所としたい。

〔東京、歓楽街、ロッカー数二二〇台〕

(3) 潜在顧客の顕在化と業界団体

サウナへの参加率は第二章で見たとおり昭和四十七年の二五・七%から五十七年の八・八%へと大きく減少している。オイルショック以後入場者数の減少は業界の大きな問題とな

なっている(しかし参加率は減少しているが活動回数(入場回数)は四十七年と五十七年ではそれほど変化がない)。入場者数横ばい、もしくは減少の現状から収益性向上のために潜在顧客の開拓が課題となっている。各店において新規顧客獲得のためにマーケティング活動を行っているが、現状ではサウナの限られたマニアの愛好家に頼り、さらにサウナの固定客を各店が奪い合う状況もみられる。

現在サウナは過当競争の時代に入っている。サウナ人口は限られている現状で、客のとり合いが行われている。また、サウナのPR不足からサウナ愛好家の開拓は十分なされていない。継続的なサウナの宣伝が必要である。

〔東京、ビジネス街、ロッカー数三五〇台〕

各個々の店の宣伝活動等の継続は今後も必要だが、これだけでは十分とはいえない。また個々の企業単位では限界がある。

サウナ業者による全国的なPRを行う場合には業界団体の力が必要である。サウナの業界団体「日本サウナ協会」は、その活動や業績については一定の評価が与えられるものの、業界全体からみると団結力という点では未だ整った形にあるとはいえない。個別企業では対処できない様々な問題、例えば全国

(4) 計数管理と日常の教育訓練の実施

経営活動を直感や経験、推量によって行うのではなく、客観的な計数に基づいて管理経営を実行すべきである。コスト削減、省力化から日常の客数管理など実際に活動・作業の実態を的確に把握し、合理的な管理、経営活動をタイムリーに行うことは常に心がけておかなければならない。

次に教育訓練の課題がある。サウナ業は人が中心となるサービス業で、施設の面と人間性が総合的に評価される産業である。職場の人間関係やチームワークがそのまま業績に表れる場であるから、人材教育は重視されねばならない。これは、多言を要しない。従業員の教育は社内研修の他に協会の研修、研修の専門機関などがある。また、経営者や幹部にも協会による研修会がある。経営者や幹部自身が勉強しておくことは従業員教育に必要なことである。

(5) 付帯施設の充実と多角化路線の検討

それとともに情報の収集や活用性の必要が高まってきている。業界紙や情報紙から専門知識を身につけ、経営に生かすことも必要である。

付帯施設の充実と多角化路線の検討

第三章でも述べたように、調査結果では、専業者は三四・八%を占めるにすぎないが)で入場者数が伸びている店舗では、「仮眠室」「飲食店」「遊戯室」「ランドリー」「喫茶コーナー」などの付帯施設(設備)の設置率が高くなっている。付帯施設の充実により入場者数を増やすことが必要といえよう。また、サウナ業専業(本調査結果では、専業者は三四・八%)の企業経営が困難となつてきている現状において、兼業業種とサウナ業との連携も含めて、兼業部門の充実も必要である。その意味から、各店の実情に即した経営多角化路線を真剣に検討すべきであろう。(おわり)

将来の経営政策	回答者数	サウナ室その他の増設	ラドン室の新設・増設	スポーツ施設の増設	美容その他の施設の増設	診療室その他の新設・増設	娯楽室の新設・増設	店内の清潔さの強化	内装設備の高級化	マッサージ技術の向上	優秀な人材の確保	ポスター広告の強化	テレビ・ラジオの広告強化	従業員の教育研修	コスト削減
全体	145	44	27	37	33	29	24	53	60	50	70	23	29	55	50
ロッカー台数															
1~50台	34	9	3	9	3	8	5	11	10	7	14	4	7	6	6
51~100台	40	15	9	3	8	4	9	12	18	12	18	5	6	12	11
101~200台	46	11	10	16	16	13	9	18	19	20	23	11	10	25	21
201台以上	21	8	5	7	6	3	1	11	12	10	12	3	6	11	10
入場者数増減															
伸びている	52	16	13	16	13	7	9	26	26	25	29	9	13	29	19
変わらない	41	13	5	6	7	7	5	12	19	8	17	4	7	9	11
減っている	49	15	9	15	12	15	10	15	15	17	24	9	9	17	19
立地場所															
歓楽街	39	8	5	5	6	8	6	17	15	10	16	5	9	12	14
ターミナル駅	36	13	4	13	10	9	5	16	18	15	19	6	8	18	17
商店	46	12	13	12	12	8	9	12	17	16	21	8	6	13	11
ビジネス街	13	7	3	7	3	3	1	5	5	4	7	3	4	6	5
地域															
東日本	81	22	8	15	14	13	11	25	27	21	32	14	8	21	19
西日本	64	22	19	22	19	16	13	28	33	29	38	9	21	34	31

将来のサウナ業のタイプ	回答者数	サレジャナ	サスポウナ	サファウミリ	健康サウナ	美容サウナ	総合サウナ	その他	不明
全体	145	12	9	11	41	1	48	4	19
東日本	81	3	5	10	18	—	28	3	14
西日本	64	9	4	1	23	1	20	1	5

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、アルギンが主成分です。

味の素KK

アルギンZ
●アルギ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。

高麗人蔘・Dドリンク

スポーツの秋 体力増進に!!



●生人蔘根入り (120ml)

サウナのあとの1本で 活カアップ!!

〈輸入元〉
株式会社 コスモ
本社 大阪市淀川区宮原4-4-64
新大阪千代田ビル9F 〒532
☎ (06) 395-2823 (代)
東京営業所 東京都千代田区九段北1-14
-13 メゾン萬六3階 〒102
☎ (03) 239-6261 (代)

中部ブロック



Table listing sauna facilities in the Chubu region, including columns for region, name, company, representative, phone, and address.

Table listing sauna facilities in the Aichi region, including columns for region, name, company, representative, phone, and address.

国際サウナ会議 参加など協議 10月度常務理事会で

日本サウナ協会

Main article text describing the 10th monthly general meeting of the Japanese Sauna Association, held in Aichi Prefecture.



Text on the right side of the meeting photo, mentioning the discussion of international sauna conference participation.



熱心に聞く並み居る出席者

Text describing the seminar, mentioning the participation of many attendees and the topics discussed.

有益だった各種講習会

Text describing the various seminars held, including the 'Intermediate Management Seminar' and 'Sauna Health Seminar'.

東京

Text detailing the 'Intermediate Management Seminar' held in Tokyo, mentioning the participation of 50 people.

"Kiitos Sauna" いい汗、スポーツ感覚。

本場フィンランド生まれのメトスサウナ 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。

metos SAUNA 中山産業株式会社 サウナはメトス

SAUNA



11月/113号

発行所 日本サウナ協会教育広報部会

大阪06 (211) 0463 (直)

〒542 大阪市南区道頓堀2-4-6 (三光ビル)

新・暮らしの百科 12月 ゆったりと新春を待つ

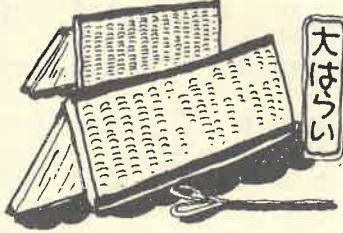
十二月考

十二月の異名といえは「師走」があまりにも有名ですが、「春待月」「極月」「臘月」「茶月」「幸せを呼ぶための準備だ」といった名もありです。一年

くになります。家の中の整理や掃除にしても一年間のアカ落としてではなく、新しい年に手づくりのおいしさ、わが家ならではの味をおせち料理に復活させてみませんか。

おせち料理

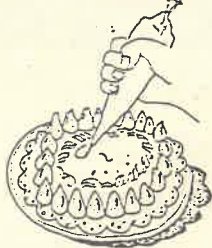
田作り(関西ではゴマメ)、昆布巻き、キントン、黒豆、エビの鬼殻焼きなどは冷凍が可能なおせち料理。早手まわしに中旬につくって冷凍庫にたくわえておけば便利です。子どもたちのフナやワカサギの甘露煮なども甘味をおさえた自



味覚歳時記

十一月某日、気取ろうデー

十二月を余裕をもって過ごせる人、そんな人がいたらもうそれだけで尊敬に値します。もちろんこれは私たちビジネスマンの仲間内でのことです。でも、せめて気分だけでも余裕の十二月、といきたいところ。日曜日くらいは無



理をしてでものんびりしましょう。朝寝坊をしてランチで始まる一日、たとえば「こんなメニューは。まずサラダ。レツドキャベツを糸のように刻んで真っ白な鉢に盛ります。国光リンゴのスライスをすこし混ぜましょう。まぐろのおさしみを細めに切つて、

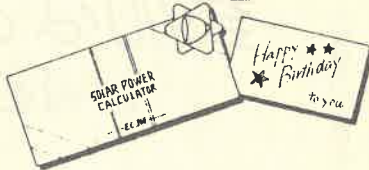
そのうえに並べます。この三つ、じつはそろってこの十二月が旬なのです。リンゴ酢とサフラワー油のドレッシングをかけ、仕上げにカツテージチーズを飾ります。赤と白のこの鮮やかさはこれだけで気分は余裕です。上等な食パンを軽くトーストしてクリームチーズをぬりましょう。そして、白いモーニングカップにたっぷり注ぎます。おもいきり気取って。気取っているな、と自分で意識するほどに気取れたらそれはもう余裕です。

家製が美味。これも冷凍しておけます。一般に市販のおせち料理は腐敗防止のために砂糖を多く使いすぎて、味が濃く、味も一律で平板です。近年、ヤング層のおせち離れが激しいのも市販のおせちに頼りすぎた弊害だと思えます。

半紙でおやつを包む、ふるしきで持ち物を包む、大ぶろしきでふとんを包む……こうしたことがすべて袋で間に合う便利な世の中。ポリ袋に紙袋にペーパーバッグにふとん袋と、袋がふえるにつれて、人間は包むのがとても下手になってきたようです。その証拠に近ごろは包装にもたまたま包み方もおどろきっぱ。すぐに包みは崩れてきます。クリスマス、誕生日などのプレゼントは子どもたちに「物を包む」しつけをするよい機会。

包む

文房具店で包装紙とリボンを買って「包む」けいこをさせたいかが。



初ボナナス

はじめてもらったボナナスで両親にフルムーンの切符をプレゼントしたA子嬢。子育てと家庭のきりもりで夫婦そろって旅を楽しむヒマもなかった両親に「これでやっとマ



(12月)

1日	映画の日
3日	秩父神社夜祭
4日	歳末助け合い運動
5日	納めの水天宮
7日	人権週間
9日	京都鳴滝了徳寺大根祭
10日	納め金比羅
13日	大雪、神戸開港記念日
14日	義士祭
15日	正月事始め
17日	岡山最上稲荷火焚祭
22日	年賀郵便特別取り扱い
23日	冬至
25日	浅草観音年の市
28日	皇太子誕生日
31日	クリスマス
31日	官庁御用納め
31日	納め荒神、納め不動
31日	大祓い、除夜祭

冬至

二十一日は冬至。北半球では一年中でいちばん昼が短く、夜が長い日です。翌日からは日増しに日あしが伸び、「冬至十日目から米一粒ずつのびる」などたとえられます。このため古くは冬至を陽気回復の日、あるいは太陽誕生の日と考え、世界各国で祝祭が行われていたとか。欧州ではダンスや夜半の祈とう、中国では宮中で祭天の儀式、民間では正月と同様に慶賀のあいさつに行き来したといわれます。日本では一陽来復の神が村々を訪れる日と信じられ、今なお冬至の夜に弘法大師が村めぐりをするという風習の残る地域もあります。冬至カボチャ、冬至コンニャク、冬至ニンニ



ら(まさかフルムーンをプレゼントされるなんて思わないもんだから)よりによって「南国育ちだもの、やっぱり北海道ね」なんていうんだもん。遠いけれど、高いけれど、ボナナスそんなに出るか知らず、ついで、「ジュンカン、ドキーンよ」。そんないきさつを聞いてアハハッと笑いながら、私は目じりからあふれるものを止めることができなかった。その冬、A子嬢は学生時代のオーバーを着て通勤していた。胸を張って歩いてきた。遅い春、北海道の土産を下さった母上は、旅の話の途中で肩をふるわせてハンカチで顔を覆われた。今どきこういふ娘がまだいたんだ、と思うと世の中まんざらでもないような気がしてくる。



ク、冬至のゆず湯などが中風除けの風俗となるのはずっと後年のことだそうです。



SUN SUN 燦々。ドイツから。

weinsberger solarien

限りなく太陽に近い 室内日光浴器

ソラリオン

〈ソラリオン〉は世界でもっとも医学が発達・普及しているドイツで生まれ、世界各国でその効能が注目されている「室内日光浴器」で、紫外線と赤外線との組み合わせにより、太陽に限りなく近い光線を屋内で手軽に得ることが出来ます。従って、従来の短時間に肌を焼くことを目的とした日焼け器とはちがひ、限りなく太陽に近い光線をつくりだすことにより、太陽が人間に与える物理的、心理的効果を得ようとする装置であり、すでに西ドイツのカールスルーエ大学、ミュンヘン大学、オーストリアのウィーン大学などで健康医学的な数多くの効果が確認されています。

器具販売(ハード)だけでなく 設計・運営に関する総合企画(ソフト)までお手伝い。それがクライスです。

クライス

本社:〒610-11 京都市西京区大原野東境谷町2丁目5番9 センタービル505 TEL.(075)332-6911(代) FAX.(075)332-7533 TEL EX.5422305