

# SAUNA



日本サウナ協会

7月 / 121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!!



汗びしょりになって実技指導される中馬英雄先生(中央)

本年度九州ブロック総会で決議された、六十一年度運動方針に基づき、サウナトレーナーの講習会が、五月十五日沖縄県協会による沖縄教室を皮切りに各地で開催される。那覇市天久エッカホテルの

をを受けて、日常職務技能の糧を学び、即戦力に生かした。六月二十六日より三日間、九州サウナ協会による北九州教室は、北九州市小倉北区京町、日動海上火災北九州支社会議室で、大分県協会からの参加もあつて開催された。

高等研究科に三七名、初等科一七名の計五四名が、かつて少年期を八幡東区で過ごされた中馬英雄先生から永田信一先生執筆のテキストを教材に、ユーモアたっぷりの講義、汗びしょりになっての実技指導のご熱心さに胸打たれ、受講生も連日六時間を超すハードスケジュールにもかかわらず熱心に受講、休憩時間でも寸時を惜しんで反復練習し、最終講義は予定より三〇分間オーバーするという活気あふれる教室を後に、さっそく各職場に戻り、講習会で習った

技能を応用し、顧客の好反応を得て、大いに実技中心の講座の実ががりつつある。

七月二十日から四日間、福岡教室を長崎県からの受講参加予定もあつて、福岡市早良区西新、西新パレス二階ホールで開催される。

同教室には、日本赤十字社から救急法講師(杉康教日赤業務課長)の派遣をされ、救急法を受講する初めての試みも併せて実施される。

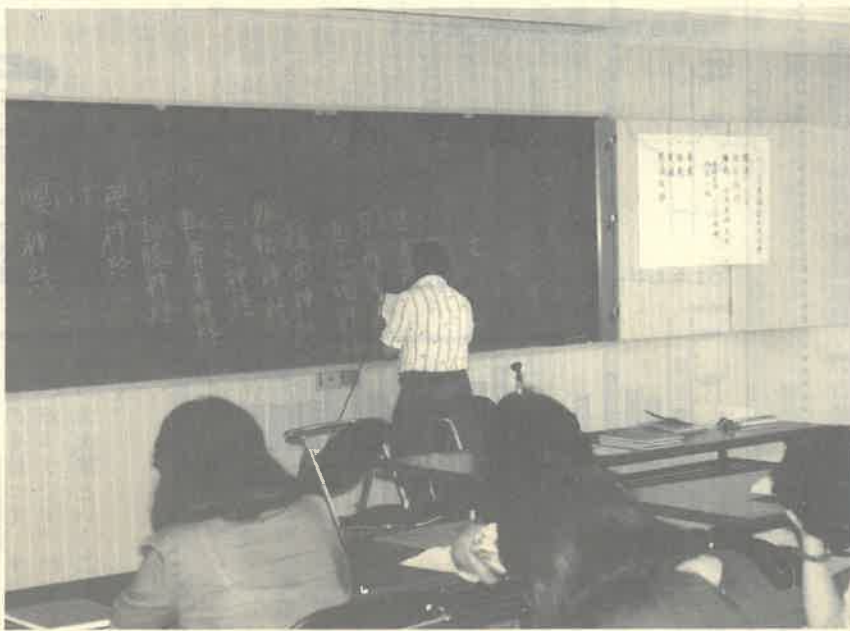
なお、福岡教室にはおよそ一二〇名の受講者が参加予定である。

### 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。

トレーナー講習会  
沖縄・北九州・福岡と北上開催中  
トレーナーの技能アップを図る

九州ブロック



最終講義は予定より30分オーバーする活気あふれる教室

もくじ

サウナの入浴法ア・ラ・カルト	2面
厚生省研究会提言	3面
知っておきたい「からだ」の話	4、5面
ことわざにみる健康ノウハウ	6面
PR版 暑中お見舞い名刺交換	7面
新入会員を訪ねて(京都)	8面
サウナ協会だより	
新・暮らしの百科、味覚歳時記	



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た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

# サウナの入浴法ア・ラ・カルト

サウナには、それぞれの目的によって入浴温度、入浴時間そして入浴の間隔などを考慮した目的別入浴法があります。

## ① 疲労回復浴

スポーツの疲れ、トレーニングおよび肉体疲労の回復には、熱めの温度に入るのがよいでしょう。疲労部位と非疲労部位の差がなくなつて疲労感がとれ、やがて疲労物質が排泄されて疲労回復が促進されます。



## ② 肥満減量浴

皮下脂肪は、熱を伝えにくいので、肥った人は、なかなか汗が出にくいものです。一旦汗が出始めると続いてよく出ます。皮膚から一ミリリットルの汗が気化すると、〇・五八カロリーの熱量を奪い出すから、よく汗を出すことがやせる入り方といえます。それには予め湯につかって体温を上げ(血液温三八℃で発汗)その後サウナに入つて、出て入つてと反復浴、八分入つて三分出でとくり返し法がよいでしょう。



## ③ 全身美容浴

高温のサウナに入ると、皮膚血管は収縮し、体温上昇で拡がります。血管調節の働きをよくすることが美肌づくりのコツでややぬるいサウナにゆつくり時間をかけて入ることです。日ごろ機能しない毛穴が開いて、汗線も活動して汚れや脂肪を排泄します。皮脂線から脂と水が皮膚を保護し、肌を潤おし、ひきしまつた身体をつくりまします。



## ④ 気分転換浴

職場や、仕事で張りつめた糸も、時にはゆるめないと、やがて断ち切れてしまうでしょう。



## ⑤ 血圧に悩む人

低血圧の人は、熱気浴のみで調子のよさを感じるが、熱気と冷水の交代浴で血圧を正常へと仕向けます。高血圧症にサウナは問題があります。しかし入浴直後の初期上昇を防いだり、高温持



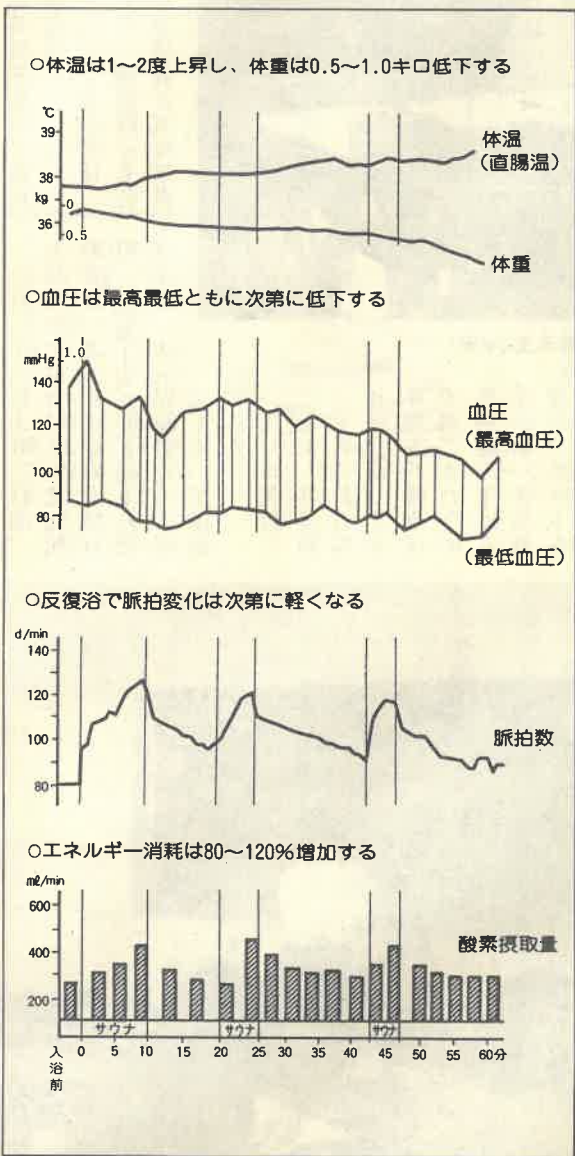
## ⑥ 筋肉リウマチ 関節リウマチ

汗を十分にかいた後の爽快感は、全身の代謝亢進、心と身体の平衡、汗の蒸発する爽快感等による、いわば間脳のマッサージとなります。浴や漸増温浴といつて、ぬるいサウナに入つて漸次温度を高める家庭用サウナで、血圧を管理して効果をあげている人もあります。

## ⑦ 不眠症の人

眠れない人は、低い温度のサウナにゆつくり入り、汗のひくのを待って、すぐ就寝するのがコツです。サウナは、使い方次第ということになります。

## 《サウナによるからだの変化》



(サウナ健康読本より)

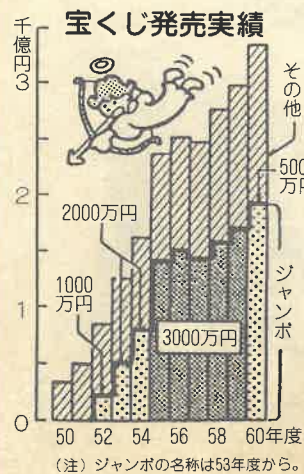
## 厚生省「健康万博」の開催など国民的キャンペーンを研究会提言

# 潜在需要大きい健康産業

厚生省の「高齢化に対応した新しい民間活力の振興に関する研究会」(座長・郡司篤晃)は、このほど、(東大教授)はこのほど、(アスレチッククラブや、電子血圧計といった健康機器などの

り、公的機関が一元的に提供するサービスとしてはなじみにくく、むしろ民間企業が機動的に創意工夫によって積極的に取り組むべきだ」と民生活導入を強調するとともに、新しい健康観を普及させるための「健康万博」の開催など国民的キャンペーンの展開を提唱している。

## サウナ豆知識 1 宝くじ



宝くじの誕生は昭和20年10月。戦後初めて発売された宝くじは1枚10円で、1等は賞金10万円のほかカナキン(純綿布)50ヤールの賞品が付いていた。はずれ券4枚でたばこの金鶏(きんし)10本のおまけが付くほど、物のない時代を反映していた。宝くじの発売額はその後着実に伸びてきたが、飛躍的な伸びをもたらしたのは予約制のジャンボくじ。53年度に初めて200円くじ、前後賞合わせて3000万円のジャンボくじが発売されて、人気が一気に高まった。その後もくじの単価と賞金額をアップさせる傾向は続き、55年度には3000万円、58年度には前後賞含めて5000万円のジャンボくじが登場した。



▲タウンステルメ

特別頒価 1万円 (郵送料込み)

# ヨーロッパのサウナVTR

新しい施設の現地最新情報

### 郊外型サウナ

- ・ブルブ
- ・スカンディアサウナ
- ・アルパマーレ
- ・カラカラテルメ
- ・サウナピネア
- ・タウンステルメ

### 都心大型サウナ

- ・テルメン
- ・フィットネスパーク
- ・プエプロ

お申し込みはVHS、ベータとご指定のうえ日本サウナ協会本部へ

☎06 (211) 0463

知っておきたい「からだ」の話 ①

「健康づくり」の定着で めっきり嫌われだした紫の煙

医事ライター

桜井 幸雄

「健康づくり」は、今やブームを通り越して現代人の基礎的条件になりつつある。サラリーマンにとって、最も怖いのは、仕事上のミスより体をこわすことであり、ガンや肝硬変のような難病にかかることである。

仕事で大きな失敗をしでかしたとて会社をクビになっても、体が丈夫でありさえすればいくらでもやりなおしはさく。しかし、大病をして、会社をやめざるを得なくなると……そう考えると、健康のために「が錦の御旗となり、酒を断る口実として有無をいわせぬ効力を持つのも、無理からぬ話なのである。

「たばこ、やめて」健康のために「が錦の御旗」なら、賊軍の大將にはさしずめ「たばこ」をあげることが出来るだろう。

肺ガンは七倍、口腔咽喉がこれでは、たばこを利用して夫が気の長い無理心中を図っているようなもの。世の女房族が目くじらを立てて、「たばこ、やめて」とわめくのもそのへんの危険を察知してのことではあるまいか。



それでも、ほれて一緒にあった(はずである)相手と心中するならまだまし。アカの他人の巻きぞえになって「煙害」の犠牲になるほどばかばかしいことはない。禁煙席や新幹線の禁煙車両が増え、なにかつ満員となるゆえんである。

禁煙は楽しい 禁煙は楽しい。ビル管理法で定められた浮遊じん粉濃度の許容範囲は、一立方メートル中〇・一五ミリグラム以下。これが、室内におけるきれいな空気目安だ。ところが、たばこはたった一本吸うだけで約十五ミリグラムもの浮遊じん粉を発生させる。この数値は、許容量の実に一〇〇倍。ということは、たばこを一本吸っても空気の汚れを許容範囲内におさめるためには、一〇〇立方メートルの部屋が必要ということになる。これは、二十四畳大の部屋に匹敵する広さだ。



ことわざにみる健康ノウハウ①

季節の変わり目は要注意

成蹊大学名誉教授

大後 美保

気候の変わり目に 病気になるやすい

いびきをかいて寝るは 疲れている証拠

気候の変わり目、たとえば冬から春の気候に移り変わる時などに身体が調子が悪くなる。これは、気候の変化に身体が急に対応することができないために、ストレスが生じ、こうしてストレスがどこかに故障があると、このストレスが契機となって病気になる。よくあるのが、こうして冬から春になると、日本付近を移動性高気圧と低気圧とが交互に通るようになる。移動性高気圧が通るさいには天気がよくなるが、夜間は冷え込み、一方低気圧が通るさいには南から暖気が吹き込み、気温は高くなるが雨が降る。こうした天気変化の影響を受けて風邪や扁桃腺炎にかかったり、病気になる。これも何となく身体の調子が悪くなることがある。

疲れているときはぐっすり眠るためにいびきをかいて寝ることが多い。しかし、いびきをかいて寝ている人がすべて疲れているとはいえない。肥満体質の人やアデノイドがある人などは疲れていないとでもいびきをかくから、誰に疲れているとはいえない。

ニワトリの初卵を飲むと 中気にならない

ニワトリの初卵とはニワトリのヒナが成長して初めて産む卵のことをいう。ニワトリの白味には灰分〇・七％、炭水化物〇・七％、脂肪〇・三％、蛋白質一二・八％、水分八五・六％が含まれている。また黄味には灰分一・三％、炭水化物〇・三％、脂肪三・七％、蛋白質一二・八％、水分五〇・九％が含まれ、このほかにビタミンA、Bも含まれる。

心臓病にはシヤクナゲの葉を煎じて飲むとよい

シヤクナゲは常緑灌木であるからこの葉はいつでも手に入れることができる。シヤクナゲの葉を乾燥したもの、石南葉といい、この葉にはタンニンとロドトキシシン(苦味素)が多く含まれている。したがって催淫や利尿や血圧を下げるうえに効果があるので心臓病効果がないでもないが、この成分は毒性があるから適量使用しないと中毒症状を起し、かえってよくない。

やせた女性は骨盤が小さく難産する

やせた女性は骨盤が小さいから、産道が狭く、そのため胎児が出にくくなり難産するであろうと思われ、このようないやせが原因である。たしかにやせた女性の骨盤は、肥って見える胴回りの大きい女性よりも骨盤が小さいが、多くの場合には胎児のほうもそれに応じて小さくなるから自然分娩に障害を起すようなことはない。むしろ身体が大きいために、骨盤に比較して胎児がさらに大きければ難産となることよくある。要するに胎児の大きさと骨盤との相対的な大きさが関係するのであるから、やせた女性

女性の喫煙が多いアメリカでは、ついに肺ガンが乳ガンに抜いて「女性のかかりやすいガン」のトップに立った。男性は、以前から肺ガンが不動の首位である。その恐怖から七八％の愛煙家がたばこをやめたいと考えている。が、習慣性があるため、禁煙は楽ではない。それならば、こんな

女性の喫煙が多いアメリカでは、ついに肺ガンが乳ガンに抜いて「女性のかかりやすいガン」のトップに立った。男性は、以前から肺ガンが不動の首位である。その恐怖から七八％の愛煙家がたばこをやめたいと考えている。が、習慣性があるため、禁煙は楽ではない。それならば、こんな

な害の多いものを売るほうがわるいと、たばこ会社を相手どる訴訟が起る。

日本でも、長年トップの座に就いていた胃ガンに対し、肺ガンの罹患数が肉薄。アメリカと同様、八つ当たりの訴訟がたばこ会社に対して起さされても何ら不思議のない状況なのである。

SPORTS DRINK TAKEDA advertisement featuring a man and a woman, with text about Vitamin C and minerals.

アルギンZ advertisement for a health drink, featuring a bottle and text about its benefits for hydration and health.

が必ずしも難産するとはいえない。
▲だいたい、よしやす▼
明治四十二年東京生まれ。昭和十年東京大学卒業。気象庁勤務を経て成蹊大学教授。現在は成蹊大学名誉教授、産業科学学会会長、産業科学評論家、東京都自然環境保全審議会委員、日本農業気象学会名誉会員。主な著書「天気予知ことわざ事典」「健康ことわざ事典」(以上、東京堂出版)。

# 舞申上げます

〈順不同〉

<p>ニユージャパン観光株式会社</p> <p>取締役社長 <b>中野幸雄</b></p> <p>〒542 大阪市南区道頓堀二丁目三番二八号 電話 〇六(二二二)〇八三二(代)</p>	<p>株式会社 ソフィア中村チエーン</p> <p>代表取締役社長 <b>中村揚一</b></p> <p>〒600 札幌市中央区南二条西三丁目 電話 〇一一(二四)八二一五</p>	<p>東京都サウナ協会会長 麴町リバーズ 院長</p> <p>今井義晴</p> <p>〒102 東京都千代田区麴町四丁目二二一 電話 〇三(二六二)七五六(代)</p> <p>東京都サウナ協会連絡所 〒151 東京都渋谷区代々木二丁目七十一番 GSハイム九〇三</p>	<p>大和観光株式会社</p> <p>代表取締役 <b>米田一也</b></p> <p>〒460 名古屋市中区栄三丁目二七一三 電話 〇五二(二六)二一五〇</p>	<p>東北サウナ協会</p> <p>会長 <b>西山圭夏</b></p> <p>本社 仙台市中央三丁目六番十二号 電話 〇二二(二七七)六四六(代) FAX 〇二二(六六七)五四一(代)</p>	<p>辻野産業株式会社</p> <p>代表取締役 <b>辻野建市</b></p> <p>ヘルスプラザ天神</p> <p>〒590 堺市夜交町東一丁目二番十八号 電話 〇七二(三二二)四四六八番</p>	<p>オリエンタル観光株式会社</p> <p>取締役会長 <b>橘田吉平</b></p> <p>〒577 東大阪市足代北二丁目九〇番地 電話 〇六(七八三)三八〇(代)</p>	<p>株式会社 松富サウナレインボー</p> <p>代表取締役社長 <b>松野高市</b></p> <p>松富 富 〇四 東京都葛飾区新小岩一丁目四九一 電話 〇三(六五三)五二二(代)</p> <p>福日支社 〇七二 市川市南八幡四二二 電話 〇四七(三七八)三二一四</p>	<p>株式会社 ヤマト</p> <p>代表取締役 <b>米田利勝</b></p> <p>神戸サウナ</p> <p>本社 神戸市中央区下山手通二丁目一番十号 電話 〇七八(三三二)九一〇七(代)</p>
<p>東京温泉株式会社</p> <p>取締役社長 <b>許斐勝彦</b></p> <p>〒104 東京都中央区銀座六丁目三十一番六 電話 〇三(五四二)三〇二(代)</p>	<p>Joy Pack</p> <p>代表取締役社長 <b>林瑞禎</b></p> <p>〒162 東京都新宿区富久町九番十一号 電話 〇三(三五五)一一七一</p>	<p>シヤロンコーポレーション</p> <p>代表取締役 <b>加門正一</b></p> <p>レイクフォレストリゾート 奈良ロイヤルスポーツクラブ</p> <p>本社 大阪府大東市南新田二丁目四 TEL 〇七二九(八八)一一二九 FAX 〇七二九(八七)二五九二(三)</p>	<p>宮崎県サウナ協会</p> <p>会長 <b>坂東英保</b></p> <p>〒880 宮崎市橋通東五丁目一四 電話 〇九八五(三三)一一二(代)</p>	<p>カプセルホテル サウナ株式会社 ニュージャパン</p> <p>代表取締役 <b>綾猛</b></p> <p>〒730 広島市中区基研堀八丁目八 電話 〇八二(四三〇)二七(代)</p>	<p>谷井興業株式会社</p> <p>取締役社長 <b>谷井孝次</b></p> <p>サウナ友楽</p> <p>〒630 奈良市角振町一 電話 〇七四(二四)二五八(代)</p>	<p>株式会社 ジヤパンニユーアルファ</p> <p>代表取締役 <b>小巻公平</b></p> <p>本社 神奈川県藤沢市亀井野二丁目一四一 電話 〇四二(二二四)二五八(代)</p> <p>サウナジヤパンニユーアルファ 本社 神奈川県相模原市相模原七丁目二〇 電話 〇四二(二二四)二五八(代)</p>	<p>西湘アスレティッククラブ</p> <p>取締役社長 <b>石川浩</b></p> <p>(株)西湘スポーツ企画 〒598 神奈川県足柄上郡大井町金子一六〇八 電話 〇四六五(八三)五五五五</p>	<p>サウナ大東洋</p> <p>代表取締役 <b>洪萬</b></p> <p>十三サウナ</p> <p>大東洋 〇五〇 大阪府北区中崎西二丁目一四 電話 〇五〇(三三三)三三三(代)</p> <p>十三サウナ 〇五二 大阪市淀川区十三本町一丁目一八</p>
<p>宮崎県サウナ協会</p> <p>代表取締役 <b>小柴文一</b></p> <p>健康サウナ三越</p> <p>〒516 伊勢市本町一番十八号 電話 〇五九六(二四)二二二</p>	<p>カプセルホテル サウナ株式会社 ニュージャパン</p> <p>代表取締役 <b>綾猛</b></p> <p>〒730 広島市中区基研堀八丁目八 電話 〇八二(四三〇)二七(代)</p>	<p>谷井興業株式会社</p> <p>取締役社長 <b>谷井孝次</b></p> <p>サウナ友楽</p> <p>〒630 奈良市角振町一 電話 〇七四(二四)二五八(代)</p>	<p>北海道サウナ協会</p> <p>中村 盛雄</p>	<p>愛知県サウナ協会</p> <p>津村 好兼</p>	<p>京滋サウナ協会</p> <p>新井 元道</p>	<p>山口県サウナ協会</p> <p>深田 初王</p>	<p>長崎県サウナ協会</p> <p>藤田 智之</p>	<p>沖縄県サウナ協会</p> <p>安谷屋兼明</p>

## 暑中お見舞申上げます



(順不同)

### 日本サウナ協会

名誉会長	戸村 盛雄	北海道サウナ協会	中村 揚一
会長	中野 幸雄	東北サウナ協会	西山 圭夏
副会長	中村 揚一	東京都サウナ協会	今井 義晴
	今井 義晴	神奈川県サウナ協会	遠藤 和子
	津村 徹	愛知県サウナ協会	高橋 幸夫
専務理事	米田 一也	新潟県サウナ協会	柴田 勇
常務理事	山田 淳雄	三重県サウナ協会	樋口 剛
	米田 一也	会	小柴 文一
	吉田 三雄	会	小柴 孝一
	久我 明	会	後藤 卓弘
	松村 好兼	会	中野 幸雄
	副島 雅行	会	児玉 初江
	橋田 吉平	会	米田 利勝
	辻野 建市	会	本田伊勢雄
	坂本 収	会	山田 淳雄
	山田 淳雄	会	落合 実
	大倉 護郎	会	金馬 治郎
	佐藤 国男	会	松井松次郎
	豊卷 経夫	会	藤田 智之
	福田 光雄	会	森崎 照夫
	佐藤 郁夫	会	坂東 英保
	西山 圭夏	会	渡辺 豊
	林 瑞禎	会	有村 純徳
	林 起久雄	会	堀内 清美
	金 光憲	会	堀口 学
	小巻 公平	会	
	柴田 勇	会	
	樋口 剛	会	
	小柴 文一	会	
	小柴 孝一	会	
	新井 元道	会	
	森川 晃久	会	
	土肥 英雄	会	
	米田 利勝	会	
	本田伊勢雄	会	
	綾 猛	会	
	仙波 孝平	会	
	深田 初王	会	
	浅海 一郎	会	
	粟林 忍	会	
	高橋 修	会	
	武田伊勢雄	会	
	高野佐久生	会	
	金馬 治郎	会	
	藤田 智之	会	
	坂東 英保	会	
	有村 純徳	会	
	安谷屋兼明	会	

# 見お中暑

<p>株式会社 久善 サウナ ロスコ 代表取締役 <b>松村好兼</b></p> <p>〒114 東京都北区中里二丁目四一八 電話 (03) 940-3111</p>	<p>正交観光株式会社 代表取締役 会 長 <b>山田淳雄</b> 代表取締役 社 長 <b>坂本収</b></p> <p>〒802 北九州市小倉北区魚町一丁目一五十一 電話 (093) 531-0087</p>	<p>日新観光株式会社 取締役社長 <b>津村徹</b></p> <p>〒450 名古屋市中村区名駅四丁目四番二十五号 名古屋駅前 日新観光ビル 電話 (052) 571-1452 (代表) 〒460 名古屋市中区金山四丁目一番二十号 金山駅前 日新観光ビル 電話 (052) 321-1452 (代表)</p>	<p>中部健康センター七宝 日新ヘルシー観光株式会社 取締役社長 <b>津村徹</b></p> <p>〒497 愛知県海部郡七宝町大字伊福字苗代二二六 電話 (052) 443-1126</p>
<p>藤本興業有限公司 取締役社長 <b>藤本洋介</b></p> <p>〒720 福山市伏見町四丁目三三 藤本ビル6F 電話 (0849) 22-8866 〒720 福山市船町四丁目一 藤本ビル3F 電話 (0849) 33-3511 社 長 <b>大島正義</b> 〒720 福山市 笠岡町 四丁目 四〇 電話 (0849) 24-1820</p>	<p>株式会社 調布スポーツセンター 専務取締役 総支配人 <b>松本雅孝</b></p> <p>〒182 東京都調布市筒野台一丁目三〇四一 電話 (0424) 87-2211</p>	<p>中山産業株式会社 代表取締役 <b>長田武</b></p> <p>〒104 東京都中央区銀座三丁目十一番五号 電話 (03) 542-0331</p>	<p>株式会社 ジャクラン商事 ホテル・サウナ用/寝装品・家具・備品 代表取締役 <b>池田佑典</b></p> <p>〒130 東京都墨田区緑一丁目一三 電話 (03) 635-1132 (代) FAX (03) 635-1132 (代)</p>

21世紀の多目的温泉保養館づくりのオルガナイザー  
森林浴とラドン・イオン発生装置のトップメーカー  
(株)コスモメディカルシステムズ  
代表取締役  
社 長 **田口廣則**

大阪 (06) 396-0601  
東京 (03) 391-6611  
九州 (094) 521-3321

**クロバー石鹸株式会社**  
取締役社長 **長沢松市**

## 暑中お見舞申し上げます

社名(50音順)	所在地・電話	営業内容
旭商事株式会社	〒533 大阪市東淀川区豊里5-8-22 ☎06(329)5181	サウナ用タオル製品全般
株式会社大阪読売広告社	〒530 大阪市北区角田町1番1号 東阪急ビル内 ☎06(313)1321	新聞・テレビ・ラジオ・チラシ 雑誌等広告及び企画
おせ商店	〒530 大阪市北区茶屋町8-2 ☎06(372)4981	サウナ用品全般
キンキ食販株式会社	〒532 大阪市淀川区木川西2丁目7番4号 ☎06(302)2241	タケダスポーツドリンク
クロバー石鹸株式会社	〒537 大阪市東成区神路2丁目1番4号 ☎06(981)7037	化粧石鹸製造
株式会社 コスモメディカルシステムズ	〒532 大阪市淀川区宮原4-4-64 新大阪千代田ビル9F ☎06(396)0601(代)	ラドン温泉専門メーカー
島昭服装商事(株)	〒540 大阪市東区森ノ宮中央1丁目25-7 ☎06(942)5207(代)	会社制服・別注専門企画
秀和産業株式会社	〒550 大阪市西区南堀江1-11-9 第2好陽ビル ☎06(541)0856(代)	噴水設計施工・FRP造型販売
新朝日興産株式会社	〒550 大阪市西区新町4-5-7 細野ビル3F ☎06(531)1061	石油製品販売
株式会社 新通	〒550 大阪市西区西本町1丁目5番8号 ☎06(532)1682	新聞・テレビ・ラジオ・チラシ 雑誌等広告及び企画
株式会社 大信百貨	〒556 大阪市浪速区日本橋東3丁目8-11(大信百貨ビル) ☎06(633)2395(代)	業務用日用品・総合卸商社
有限会社 チーエム建設	〒558 大阪市住吉区万代東1丁目2-24 ☎06(693)2601~2	一般建設業
中谷尚美堂	〒570 守口市大久保町5丁目62-4 ☎06(903)7234	サウナ用品全般・洗浄機
中山産業株式会社	〒531 大阪市淀川区中津1丁目18-18(若杉ビル) ☎06(375)1751	サウナ及びラジウム設備
日本生化学株式会社	〒550 大阪市西区京町堀1-17-9(マルエイビル) ☎06(443)1831(代)	酵素浴剤・酵素飲料
(有)ファースト産業	〒530 大阪市北区天神橋3丁目1番28号 ☎06(358)3363	サウナ用品全般
福助石鹸株式会社	〒542 大阪市南区道頓堀2丁目3-19 ☎06(211)4420	サウナ用品全般
不二工芸株式会社	〒542 大阪市南区難波千日前5-9 ☎06(633)2002	店舗装備 ディスプレイ・POP
山田タオル株式会社	〒540 大阪市東区玉造1丁目18番5号 ☎06(762)0724	サウナ用タオル製品全般

### 「SAUNA」広告料金表

〈締め切り：前月末、完全版下提供：当月5日〉

㊦ 1段× $\frac{1}{2}$	20,000円	ヨコ タテ (80mm×42mm)
㊧ 1段× $\frac{1}{4}$	33,000円	(120mm×42mm)
㊨ 2段× $\frac{1}{4}$	33,000円	(60mm×87mm)
㊩ 1段× $\frac{3}{4}$	40,000円	(160mm×42mm)
㊪ 2段× $\frac{1}{2}$	40,000円	(80mm×87mm)
㊫ 1 段	65,000円	(240mm×42mm)
㊬ 2段× $\frac{1}{2}$	65,000円	(120mm×87mm)
㊭ 2段× $\frac{3}{4}$	80,000円	(120mm×87mm)
㊮ 2 段	110,000円	(240mm×87mm)

お申し込みはサウナ協会 (06) 211-0463まで  
ご連絡下さい。

①版下制作は別途実費精算  
②2色は100,000円加算  
③カラーは300,000円加算

# 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。全国の有名サウナ、一流ホテル、スポーツ施設のほとんどがメトスサウナです。

**metos SAUNA**  
家庭用から業務用まで  
**サウナはメトス**

**中山産業株式会社**  
本社 東京都中央区銀座3丁目5番2号(中山ビル) 〒104 電話 (03) 542-0331(代)  
大阪支社 大阪市淀川区中津1丁目18-18(若杉ビル) 〒531 電話 (06) 375-1751(代)  
名古屋支社 名古屋市中区千種区神田2丁目18-6(新神田ビル) 〒464 電話 (052) 763-2870(代)  
札幌支社 札幌市中央区北5条西19丁目(コアビル) 〒060 電話 (011) 641-9269(代)

# 新入会員を訪ねて(京都)

## 京都健康村

### さわやかな応対が印象に残る

#### 若者にも多目的に活用してもらえぬ施設に

「京都健康村」は、京都市内を南下、伏見桃山城を通り国道二十四号線沿いの宇治市横島にあり、昭和六十一年四月二十六日にオープン。

京都健康村は、スペースの広さと家庭連れも楽しめる施設の多様さが特色である。

フロントでタオル・アロハシャツ(ムーム)・水着入りのリネンセットを受け取り、「ゆ」と書かれたのれんをくぐるとロッカーがある。中へ入ると、のんびりくつろげる七つの湯があり、その中の一つ「漢方智光薬湯」(十種類の漢

方薬草のエキス)の香りが漂ってくる。

そのほか、草津温泉(乳白色)、ゲルマ風呂、ヘルシーサウナ、うたせ湯(滝湯)、パイラ湯・ハイドロ湯、冷水風呂がある。



京都らしい雰囲気のある「京都健康村」の正面玄関



カラオケが楽しめる「家族広場」

漢方智光薬湯は、茶かっ色をしていて、入口には屋根がついた門があり、お風呂とは思えないかわった趣向になっている。

また、全国に数カ所しかないというヘルシーサウナは、遠赤外線を熱源とした低温サウナで、床には塩が敷きつめられており、その塩を皮膚にすり込むと、じわじわと身体から汗が出てくる。

外へ出ると、庭があり、草津温泉露天風呂と、幼児には小さなすべり台が楽しめる。七つの湯を楽しんだあとは、休憩・食事。

一階には三〇〇人まで食事ができ、カラオケ用舞台つきの和風大広間がある。大きなシャンデリアを見ながら、階段を上ると、オンドル仮眠室、マッサージ室、ゲームコーナー、休憩室、ムービーシアターなどの諸施設がそろっている。

ムービーシアターでは、三日六プログラムの映画が横になって見られる。

現在、一日平均一、〇〇〇人の入浴者があり、四対六の割合で女性が多く、土・日曜日は家族連れが多いという。

京都健康村の上野支配人は「これまでサウナなどは中・高年の健康維持のための施設という考え方が多かった。しかし、健康のためなら若者にも目を向けていかねばならず、多目的に活用してもらえぬ施設にしていきたい」と語る。

開設前に草津温泉やサウナの見学をしたというだけに、工夫やさわやかな応対が印象的だった。なおこの京都健康村ではさる六月二十二日に、新入会員の体験入浴を兼ねて京滋サウナ協会主催の研修会が行われた。

## サウナプラザ 物集女店

### 立地が良く 明るい雰囲気

## のサウナ

#### 新感覚の若者受けするくつろぎスペース

「サウナプラザ物集女(もずめ)店」は、京都洛西の桂・千代原口にあり、国道九号線沿いという交通至便なところに位置し、オープンは昭和六十一年四月二十三日。

平日で平均二二〇人、土・日曜日、祝日で一七〇人の来店客があるという。

サウナプラザ物集女店を経営する(株)第一物産は、パチンコ店のオメガ、焼肉の南大門やラーメン店も出店しているが、サウナは物集女店が初めて。

物集女店の一階はパチンコ店、二階が南大門物集女店、そして三階がサウナとなっており、娯楽施設の整ったビルである。



夜景が美しいサウナプラザ物集女店



屋外にある泡の出るオンセンス風呂

外温泉浴として、オンセンス風呂、純漢方薬湯(九種類の薬草エキス)がある。

屋外では外気を吸いながらのんびりとお風呂につかることができ、健康にも良い。また、スピーカーから小鳥のさえずる声流れ、ゆったりとした気分になれる。

室内では、それぞれの場所には効能や入り方について書かれたボードが掲示されている。例えば、JACUZZI、超音波風呂、と英語・日本語が併記されており、絵で入り方が示され、効能が書かれている。

そのほかの設備として、マッサージルーム、ビデオルーム、レストラン、レストルームや麻雀のできるスペースなどもある。

サウナプラザ物集女店の城下主任は、「私どものサウナは、新感覚の若者受けするくつろぎスペースが売りものです」という。

土・日曜日には、子供連れでサウナに入る人も多く、雰囲気が明るく、立地条件が良いのが強みとなっている。



効能や入り方について親切な説明が……

—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)



関東ブロック

# エステティック業界の動向

## 東京都サウナ協会総会で講演

石川KIシス  
テム社長

昭和六十一年度東京都サウナ協会総会は六月二十六日(木)午後三時より銀座アスター新宿賓館七階にて開催された。吉田副会長の開会のことば

に始まり、今井会長の挨拶があり、議長には恒例によって会長が議長に選出され議事進行が行われた。

田副会長が行い、昭和六十年年度収支決算報告を久我副会長、同監査報告を石川監査役より収支決算の正確なることを認めますと報告された。

次に吉田副会長が六十一年度事業計画案を説明、出席者の賛成を受け、久我副会長より六十一年度収支予算案の説明があり出席者の賛成を受け、順次議題提出し、それぞれ議決された。

新年度役員選出で東京温泉(株)代表取締役社長許斐勝彦氏が副会長に選出された。

午後四時久我副会長の閉会のことばで総会は無事終了した。

ひきつづき、午後四時より講演会が行われ、KIシステム社長の石川浩司氏が「エステティック業界の現状と展望」と題してエステティック業界の動向について話された。

講演終了後、新しく入会した二社が報告され、続いて賛助会員の紹介があり、賛助会員四社の入会のあったことを報告された。

続いて、五時三十分より今井会長の挨拶で懇親会がはじまり、午後七時に総会は盛會裏に全スケジュールを終了した。

# 新役員人事決まる

## 金会長が結束呼びかけ

神奈川

神奈川県サウナ協会の昭和六十一年度第五回総会は五月二十九日(木)午後二時から横浜駅東口スカイビル六階「スエヒロ」において開催され十四名の会員が出席した。

高橋事務局長の司会により会が進行し、石川副会長が開会の言葉を述べた。

続いて金会長が「協会員全員が大きく視野を広げて業界全体の増強・充実のために従前に倍する結束をするよう」呼びかけるとともに「新陳代謝のために役員等の若返りを望む」という挨拶をされた。

恒例に従って金会長が議長に選出され、議事に入った。

- 副会長 織茂 明彦 (横須賀建物(株)社長)
- 副会長 奥田 正明 (株)奥田社長)
- 理事 星山 奉朝 (サウナキング社長)
- 理事 山田 勝次 (上尾産業(株)支配人)
- 理事 入内島隆夫 (株)マルマツ社長)
- 専務理事 高橋 幸夫
- 監事 阿部 豊 (鶴見サウナ会館社長)
- 監事 川嶋 仁志 (サウナ貝塚社長)

- 鳥取県鳥取市吉方温泉 二一五〇九
- 〇八五七一一二一七六二〇
- 〔京滋サウナ協会〕
- サウナプラザ物集女店 (代表・坂本 仁氏)
- 京都市西京区山田車塚町二 〇七五一一三八一―二二二八
- 京都健康村 (代表・谷川 勇氏)
- 宇治市槇島町一の坪三九一― 〇七七四―二一四五二六

### 新規加盟店

- 〔関西サウナ協会〕
- サウナファミリ― (代表・千原浩義氏)
- 大阪市淀川区西中島 三一一七七八
- 〇六一三〇四一二二七九
- サウナ高砂 (代表・赤松英洋氏)

# シティリゾート・神戸サウナ

## カラオケ大会に人気集まる

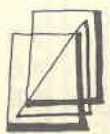
### 出場者多数で年中行事に

私ども、シティリゾート神戸頂けるかどうか不安になりました。参加者募集に際しては二カ月に一度、開催月の最終土曜日にサウナカラオケ大会をラシ等で宣伝を行い、またお客様に楽しんで頂くにはどうすればよいかミーティングを

開き検討を重ねました。当日は、カラオケ会場に見られたお客様にはビールを無料にて進呈し、出場者は優勝、準優勝ほか順位に応じて賞品を進呈するということになり、舞台・会場設定も決まり、当日午後より会場を設営するに依り、考えていた会場とはかけはなれたものになりました。

開演時間が近づくに伴い、出場者募集することにより、ますます不安になる気持ちが出場者募集をすることに打ち消そうと一生懸命になりました。また見て頂くお客様に館内放送によりお集まり頂き、開演時間になり出場者数を見ると約二十五名。多くの方に歌って頂ける盛況さに一同ホッとした気持ちになり、逆にお断りするのに苦労しました。

開演中は打ち合わせ通りに進まず不手際等がありました。が、無事終了。「次回はいつするのか、自分も出てみたい」というお客様が多数おられましたので、反省会を行った時シティリゾート神戸サウナ・カラオケ大会を恒例行事にし、二カ月に一度催すことを決めました。また席上、一年に一回グラウンドチャンピオン大会



高橋事務局長より六十一年度事業報告及び収支決算報告が行われ、さらに六十一年度事業計画案の発表があった。役員については左記のとおり改選された。

名誉会長 金 光憲

会長 (国際企業(株)社長) 石川 浩

(株)西湘スポーツ企画社長) 副会長 小巻 公平

(株)ジャパンニューα社長) (株)ジャパニニューα社長)

# サウナの御繁栄は ゆったりムードから

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. ジャパン商事  
〒130 東京都墨田区緑1-2-13 ☎03-635-1321



# SAUNA

7月 / 121号

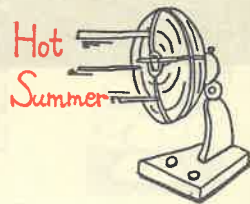
発行所 日本サウナ協会教育広報部

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 8月 夏は台所を清潔に

●**さまざまの8月**  
 八月は一年中でいちばん暑い月。だからでしょう。かこの月の異名には葉陰(はかげ)や木陰(こかげ)を思わせるものが多いようです。葉月、木陰の夕焼け空を背景にツバメが去って行き、新たにカキが渡ってくる初秋のおもむき。月も冴えて、観月の異称もまた風流です。



### 夏の台所

食生活の洋風化が定着した最近では台所の汚れがひと昔前に比べて二倍にも三倍にもなっています。油料理が多いからです。それだけに掃除や手入れはよほど気を配っていないと手のつけようのない惨状を呈しかねません。グリルやオーブンの受け皿は使用のたびに洗う。油料理のあとにはガス台や壁が温かいうちにティッシュで油汚れを拭き取っておく。週に一度はガス台やその周辺の壁をクリーナーで

磨く。食器ダナ、冷蔵庫、床は月一度の大掃除を。専用クリーナーが多様に市販されて便利な世の中ですがクリーナーはいくら買っても使わ



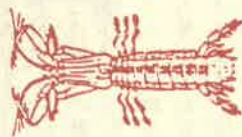
なくては台所はきれいになりません。夏バテの季節は食中毒のシーズン、台所を清潔にして家族の健康を守りたいものです。

### 香りのおしゃれ

すれ違いにふと感じるゆかしい香りにホッとする酷暑の日。夏は香りのおしゃれを楽しむ季節です。香水、オードロン、トアレなどいい香りなら何だつて結構、ボテ



に頭と尾をとって、胴の裏にタテに包丁目を入れて……と作戦を立ててかかったのですが、殻がむければ身もくっついてはがれてしまうというあんばい。すし屋のガラスケースの中に並んでいるような姿にはならないのです。シャコに関しては、専門職がむいたものをいいた



[シャコ]

### 手術後の病人のために

マタニティドレスやハワイのムウムウのように肩で着るデザインは、手術後の病人にうってつけです。一般に外科手術をうけるとやせるため、以前の服はブカブカになってスカートやストラップスはウエストをよほどしつかりとしばりつけないと出歩けなくなります。その点、ムウ



### シャコ

子持ちのシャコは夏場の味覚。といっても生のシャコはうっかり素人が手を出すとひどい目にあいます。海辺に遊んだ日、とれとれの活きのよいのをゆでて「さあ、食べよう」という段になって弱ったのが、あのザリガニのような殻。両側の脚の部分をまず料理用のハサミで切りとり、次

### 酔水の清拭き

イ草カーペット、パナマのクッション、ガマのすだれなど自然材の夏ものインテリア小物は住居用洗剤でときどき汚れおとしをしますが、その



ひとつの季節の味を味わうごとに呼び覚まされる記憶があります。何回も繰り返すうちに季節の倒錯がおきたりして、かえっておもしろくなったりもします。あるいはこれもそのひとつかもしれない。八月も下旬にちかい信州戸隠高原は、はやくも初秋の気配におおわれ始めています。いちめんに広がったそば畑には、白い花が寂しげにまるで季節はずれのようにわか雪のあとのように咲いていました。かごを背にした老婆がひとり道端に佇んでいました。寺山修司流の

## 味覚歳時記 味覚は思い出すこと

映像です。「そばの出来がいいようですね」「おかげでね」と。そしてかごのなかのとうもろこしを四、五本いただきます。たどりついたキャンプ場はすでにシーズン過ぎて静まりかえっていました。キャンプファイヤーの燃えさ

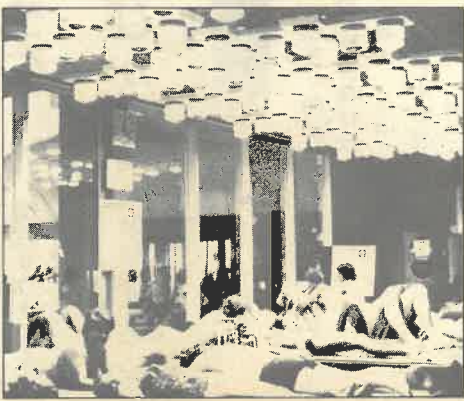


つまでも残りました。焼きとうもろこしをかじるとき、人生の季節のうつろいはやさしに気付き、戸隠のそば畑が目のまえに広がるのです。

あとは酔水で清拭きをしておくのがコツ。こうしておけば赤茶けてこないだけでなく、ナチュラルなツヤが出てきます。

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

## ソラリーン

〈ソラリーン〉は世界でもっとも医学が発達・普及しているドイツ生まれ、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。



本社: 〒604 京都市中京区大宮高辻西入ル デイスターアベニュー1F  
 TEL(075)812-3111(代) FAX(075)812-4933 TELEX5422305