

日本サウナ協会

SAUNA

11月 / 137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)

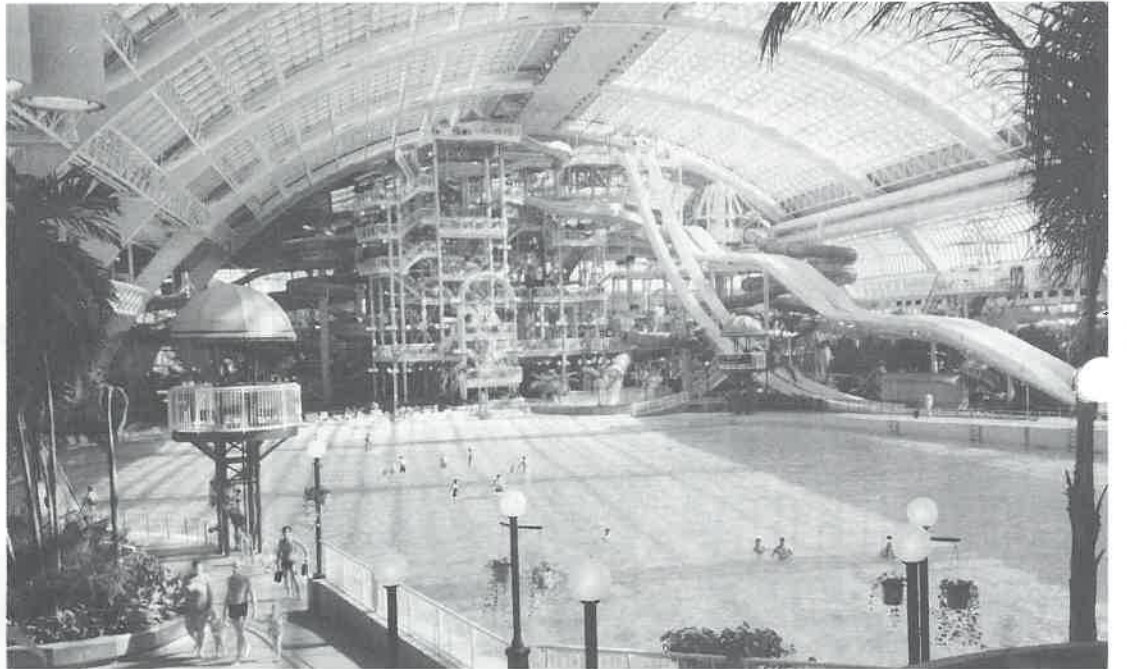
ニューオーリンズの街を再現したコンコースとジャズメン



### カナダ・アメリカ、ウォータープール視察報告(1)

## 世界一の屋内レジャーランド

㈱コスモ メディカル システムズ社長 田口 廣則



ウォーターパークのチューブスライダー側よりウォータースライダー(22本)を望む

世界八不思議の一つといわれ、世界最大の商店街(ギネスブックによる)と、世界最大のウォータープークを紹介いたします。

ウエスト・エドモントン・モールは、石油収入で潤っているため、カナダで唯一の州税のかからないアルバータ州(人口三〇万人、カナダ西南部)の州都であり、一八六七年のカナダ建国当時の首都であったエドモントン市(人口五十五万人)の西の郊外に建設されたガラス屋根付き全天候型のレストラン、大遊園地から、映画館、劇場、ホテル、人工造波プールをもった世界最大のモールです。

二期は三期に分けられ、第一期は一九八一年に完成、第二期は一九八三年、第三期は一九八五年秋にオープンしました。総面積四五ヘクタールの土地に、建築面積四十七万八千平方メートル、総店舗数八二八店という巨大なものです。この店舗の内訳は、劇場、映画館一九、大手スーパー、デパート一、靴屋さん五五、女性ファッション関係二一〇、レストラン一〇などです。

モールとは、本来、両側に商店街の並ぶ遊歩道のことですが、このウエスト・エドモントンは、八二八店の他に、ワイルドウォータープーク(水とお湯の大遊園地・後述)やアイスパレス(アイススケートやホッケー場)、時により自動車ショーや各種催し物をする、あの有名なベブルビッチのミニチュアの18ホールパターコース(パー46)、二十五種類の乗り物がある、これまた世界一の屋内レジャーランド(いちばん高い乗り物は十四階建てに相当)やモールのド真ん中を二分する深海探検(直

径二・五メートル、長さ十メートルのミニ潜水艦四隻は、カナダ海軍より強いといわれている)や同じ人工の海に浮かぶスペインの帆船(コロンブスのサンタマリア号のレプリカ)は迫力十分であり、さらに小動物園や三〇カ所のミニ水族館、あちこちに点在する大型の鳥小屋や一日数回行われるイルカショーは、商店街というより、スポーツ、レジャー、文化、ショッピングの一つの小都市の観がある。実際ここで働く人たちは一万余人に達し、その消費電力は、五万人の都市に相当するということである(案内してくれたボンスティール女史の説明による)。

ウエスト・エドモントン・モール

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。

— も く じ —

カナダ・アメリカ、ウォータープール視察報告…2

トレーナーに必要なツボとスジの知識(9)…3

快汗ルポ(京都)…4

サウナ協会だより…5

新・暮らしの百科、味覚歳時記…6

男を演出、香りの個性。



洗練された都会の知性、気品の香りギルバン。

ギルバン7品セット

香りはいくつものひとときを、  
 より充実させる大切な小道具。  
 洗練された爽やかな香りが、  
 男のアフタータイムを演出します。



お客様に人気No.1、琥珀色の香りバルカン。

バルカン7品セット



カナダ・アメリカ、ウォータープール視察報告(1)

ウエスト・エドモントン・モール

さて、このホテルの一角には、ホテル・ファンタジーがあり、360室中120室は、古代ローマの部屋、トラック野郎の部屋、アラビアンナイトの部屋、ハリウッドのナイトクラブの部屋という名前が示すとおり、趣向をこらしたもので、いつも満員だそうである。

これら全体を経営しているのは、TRIPLE・FIVE・CORPORATION社で、父と4人の息子たちで構成されるジャーミリアン家のものであり、彼らは1967年にカナダにやって来て、毛皮商から出発し、現在では総資産12億カナダドルといわれています。年間来客数は、1985年に400万、86年に600万人、今年900万人を突破する予想で、駐車

場も3万台収容です。これらを一つひとつ紹介する誌面がないので、われわれに最も関係のあるウォータープールの説明をしましょう。

総面積7エーカー(2.8ヘクタール)のお湯と水の大遊園地(総水量12,000ト)がこのモールの南端に広がっています。商店街と同じく、ここも総ガラス張りの天井で覆われ、室温は年中30℃に保たれています。いちばん高いところは16階建て相当の高さだといわれています。このウォータープールの第一の目玉は、長さ130メートル、幅110メートルの人工造波プールとトロピカル調の浜辺であり、最大波高は6フィート(1.8メートル)で、波長、波高、方向をコ

ンピューターにより52種類に変えることができ、10分稼働の5分休止となっています。厳冬のカナダで常夏の水泳やサーフィンの発想が大いに受けています。第二の目玉は、これまた世界最大の10種、22本のウォータースライダーで、いちばん高いものは26メートル(85フィート)で、7階建てに相当します。これは60度の急傾斜で、上に立つと、真逆さまに落ちていくような気がします。

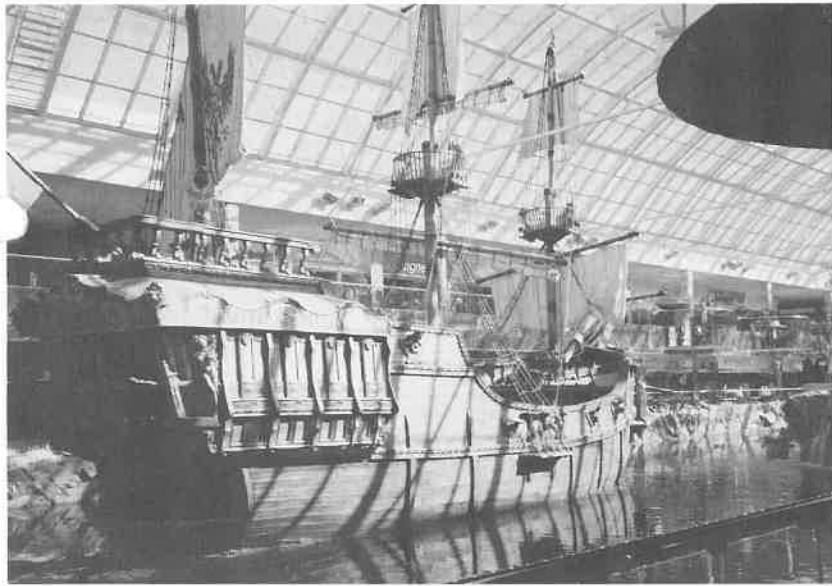
第三の目玉は、プールをはさんで反対側にあるチューブスライダーです。これは、小・中学生が中心に遊んでいますが、スイスやドイツの同型のものにくらべると、チョット工夫が足りないようです。しかし、ヤシの樹に囲まれ、急流あり、トンネルありで、子どもたちは結構楽しんでいました。

その他に、ジャグジーバスやソラリオンも熱帯林の中に点在し、水着のま

まのバレーや卓球もできます。このウォータープールの1日の最大収容人員は公称1万人ですが、実際には、ウィークデーで400~500人、日祝日で3,000人前後といったところですが、なんといっても北緯53度の寒冷地で、真冬に、今まではお金持ちしか行けなかったトロピカルな浜辺に一般大衆が行けるようになったのが大きなキャッチフレーズで、日本でただいま流行中の健康センターと、そのネライと客層で、似たところがあります。言うまでもなく、このウォータープールが、モール全体のイメージアップと、その集客に寄与していることはまちがいありません。

なお、このウエスト・エドモントン・モールへの団体客や観光客には、頼めば案内や通訳、団体割引のショッピングもできる仕組みになっています。

(つづく)



深海探検の海に浮かぶサンマリア号のレプリカ



厳冬のカナダに出現したアカプルコの砂浜



往年のハリウッド俳優のマネキンが買い物客を眺めている



ウォータースライダーから飛び出す観光客

お風呂のことわざ抄

- 風呂と客は立つがよい(風呂をわかすことをたてるという。主客は早く退散するのが心得)
- 元旦に風呂にはいると福がくる
- 湯をわかって水にする(骨折り損のくたびれもうけと同じ)
- 湯屋のけんか(水かけ論です)
- さら湯にはいると肌が荒れる
- 年寄りを新湯に入れるな(熱電導がよく、刺激が強すぎる)
- 水をひと口のんでおけばのぼせない
- 新調の風呂おけに始めにはいれば中風にかからない
- 湯にはいるとき肩(乳)をぬらせば風邪ひかぬ

BILLIARD

- ★ポケットテーブル
- ★四ツ玉テーブル
- ★スヌーカーテーブル
- ★アクセサリ一式



輸入・直販



株式会社 藤村商会

〒540 大阪市東区森の宮中央2-2-24  
☎(06)941-3457 FAX941-9035

これだけは知っておきたい

(9)

トレーナーに必要なツボとスジの知識

麴町リバース院長 今井 義晴

手当てすることによって、腎経にあらわれる諸症状を解消するのに役立ちます。

⑥効果的なツボ

●湧泉

足の土ふまずのくぼんだところのやや上にとります。心悸亢進や足が冷えるのに頭がのぼせるときなどに、両母指をつかってゆっくり押しとよいでしょう。

この湧泉は、指圧の浪越氏の『押せばいのちの泉、湧く』という有名なフレーズのもとになったツボで、この言葉通り、人間の生まれながらにして持っている生命力の泉が湧き出るツボという意味があります。

(つづく)

新規加盟店

＜三重県サウナ協会＞

▶サウナオーロラ

(代表者・岩本強征氏)

四日市市朝日町5-17

☎0593-51-0355

経絡の種類

経とは字の意味からいって織り物のたて糸のことで、身体のうえでは織り物のたて糸のように走っている重要な役割を果たす『すじ』で、12本あり、それに前面正中線の任脈と後面、正中線の督脈を加えて十四経と呼んでいます。

重要とされる十二経絡ですが、12本の経絡がポツン、ポツンと切れているのではなく全体がひとつの環になって全身くまなく循環しているのです。そして各経絡が一つずつ根ざすところを持っているのです。それは六臓六腑を指します。肺に根ざすものを肺経と呼び、胃に根ざすものを胃経と呼びますが、これは単に現代医学でいう臓器名と、その機能を指すのではなく、肺経は呼吸作用全体を指し、胃経は胃の働きだけでなく消化作用全体をいっています。

経絡の名称は、経絡が起始点または末端として必ず手足の先端にきておりその関係で、手あるいは足の何経と呼ばれます。また臓は陰、腑は陽になります。さらに陽面の部位によって、大陰、小陰、陽明の三陽とし、陰の部を大陰、厥陰、少陰と区別し、これを三陰といいます。経絡名にはこの三陰、三陽の名称がつけられています。

(図②、③参照)

このように全身どんな小さな部分でもいずれかの経絡が流れ栄養を与え、支配していることになります。

また、経絡は流れる方向が決まっていて、人間が直立して上肢を挙上した姿勢のときに陰経は下から上へ、陽経は上から下へ流れます。

すなわち「陰経は上がり、陽経は下る」という原則にしがっているのです。

東洋医学 経絡・経穴(8)

8. 足の小陰腎経

①経絡の流れ

腎経は膀胱経の末端である第五趾から起り、足のウラの湧泉からはじまります。内くるぶしを通り、足の内側、膝の内側を上がり、へソをはさむようにして腎臓、膀胱を経て再び上向し、気管をめぐり、舌の根本に至ります。

②腎経の経穴

湧泉から胸部の愈府まで27のツボがあります。

③足の小陰腎経のタイプ

前回述べました太陽膀胱経のタイプと同じで、東洋医学では膀胱と腎は、『表裏の関係』にあたり、同じ機能をもつとされています。

④小陰腎経の症状

- 顔が黒ずんで艶がない
- のどが腫れて痛む
- 口の中がほてって熱い
- 空腹なのに食欲がない
- 下痢しやすく、からだがやせる
- ちょっとしたことでおびえる
- 足のウラがほてって痛む

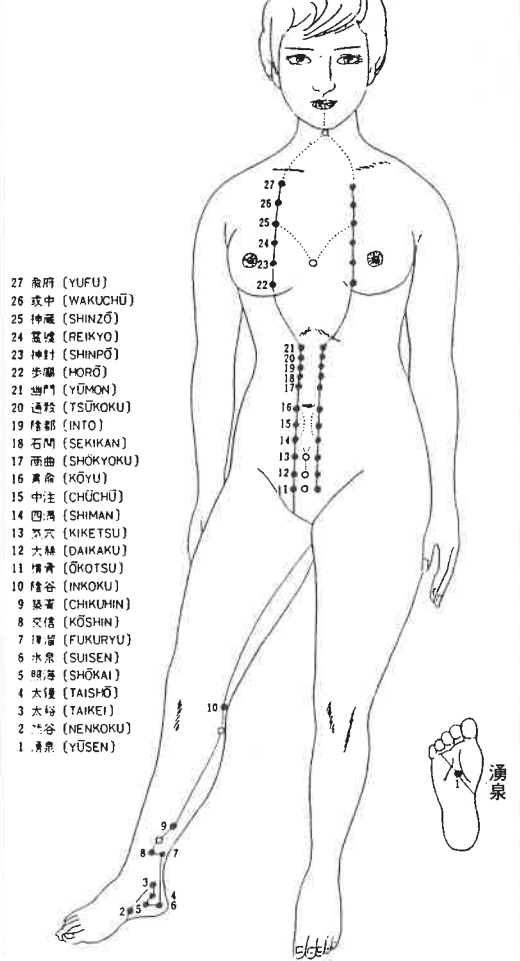
⑤小陰腎経の手当て

この経絡のツボは、胸部では心臓、肺臓の疾患、さらに泌尿器系、生殖器

系の疾患に効果をあらわします。

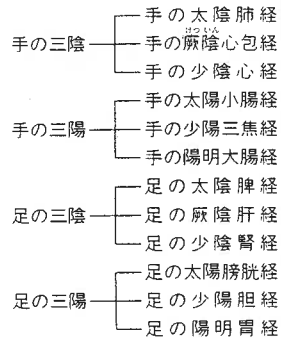
とくに足のウラの湧泉から、膝内側の陰谷までのツボは自分でも容易に押すことのできる部位ですから、これを

図①小陰腎経

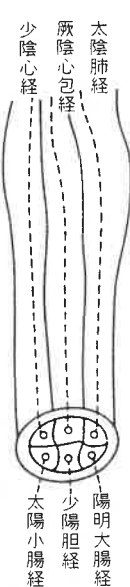


- 27 愈府 (YUFU)
- 26 或中 (WAKUCHŪ)
- 25 神藏 (SHINZŌ)
- 24 靈樞 (REIKYŪ)
- 23 神封 (SHINFŪ)
- 22 步廊 (HORŌ)
- 21 当門 (YŪMON)
- 20 通谷 (TSŪKOKU)
- 19 陰谷 (INTO)
- 18 石門 (SEKIKAN)
- 17 涌泉 (SHŪKYOKU)
- 16 复溜 (KŪYU)
- 15 中注 (CHŪCHŪ)
- 14 四渎 (SHIMAN)
- 13 然谷 (KIKETSU)
- 12 大谿 (DAIKAKU)
- 11 横骨 (ŌKOTSU)
- 10 阴谷 (INKOKU)
- 9 崑崙 (CHIKUHIN)
- 8 交信 (KŌSHIN)
- 7 涌泉 (FUKURYU)
- 6 水泉 (SUISEN)
- 5 明涌 (SHŪKAI)
- 4 太谿 (TAISHŪ)
- 3 太谿 (TAIKAI)
- 2 然谷 (NENKOKU)
- 1 涌泉 (YŪSEN)

図②



図③



サウンドチェアーマット

好評発売中!!

くつろいだムードで……  
一人だけのコンサートを  
楽しんで見ませんか……

(TV、AM、FMステレオ内蔵、その他有線放送と組み合わせもできます。)

〈販売元〉株式会社 装美  
〒802 北九州市小倉北区京町3-6-4  
☎093(522)4485

SPORTS DRINK

TAKEDA

ビタミンC 500mg & 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。仕上げはコクッとビタミンC。

タケダ食品 855Ee・33・05・01

直輸入 DORCO(ドルコ)安全カミソリ  
(キャップはカラー付き)

“肌に安全、切れ味抜群”

○容量 1/4(160本×16函)2,560本入り  
○ボディカラーは、白・黒・チョコレート・オレンジ各種、指定色は10万本以上可。

刃はスウェーデン製鋼材使用

総輸入元 TOKYO Canyon.  
株式会社 東京キャニオン  
TEL03-661-5301 FAX661-5302  
発売元 ヤナギホームズ(株)キャニオン事業部  
TEL03-452-8181  
キャニオン事業部神奈川支社  
TEL0642-56-6162  
(株)イトー商事  
TEL03-268-4367

※なお、関西地区の方は日本サウナ協会本部にお問い合わせ下さい。

# 快汗ルポ<京都>

# レイクフォレストリゾート

## 夢、21世紀へ 京阪奈丘陵に広がるリゾート空間 “リフレッシュ”華々しくオープン



▲新鮮な自然の息吹が感じられるベストホスピタリティー



▲美しい森の中のチャペル



▼明日の健康を育むクアパレス



▲疲労を忘れさせる天然温泉大浴場  
▼アスレチックジム



▶スポーツ施設を完備した総合体育館

オープニングのプラスバンド



司会の山田アナ



前田美波里さん



ゴルフ始球式で白球一閃



乾杯する加門社長(中)川上氏(左)と中村氏(右)

さまざまな社会問題を持った経済大国日本が生きていくために必要な物は何か——という遠大な計画のもとにシャロンインターナショナルが京阪奈の地に工事を進めていた交流とリフレッシュのレイク・フォレスト・リゾート(京都府相楽郡南山城村)が着工より3年3カ月、予定どおり完成の運びとなり、10月12日(月)午前11時からオープン記念イベントが華々しく開催された。

奈良駅からひなびた柳生街道の山あいを縫って専用送迎バスにゆられていくと目の前にパッと一大パノラマが飛び込んできた。自然の山林とはガラリと趣が替わって、よく手入れされた茶畑や形よく枝切りされた樹木の間専用道路が貫かれている。

広く晴れ渡った大空にはヘリコプターや飛行船が舞い上がり、景気よく花火がポンポンと打ち上げられていた。日本庭園で地元特産のお茶のサービスを受け、待つことしばしホテル前の広場でオープンセレモニーが開始された。川上哲治元巨人軍監督、作曲家の中村泰士氏、バレーボールの小島孝治氏、プロゴルファーの前田新作氏らがテープカットすると、いっせいに放たれた白ハトの群れと色とりどりの風船が空中高く舞い上がった。感激の一瞬である。期せずして2,500人の招待客から万雷の拍手が湧き起こり、しばらくは鳴り止まなかった。

つづいて青い芝生のフェアウェイで

ゴルフ始球式が行われ、前田新作プロを皮切りに奥田東名管理理事長、上坂明理事長代行、大西隆理事、加門正一社長の順に豪快なショットで白球をかつとばし、赤や青い煙の尾を引いて飛んで行くと、固唾を飲んで見守っていたギャラリーから拍手喝采を浴びた。

それからホテル2階の大宴会場で、いよいよオープニング披露パーティーが始まった。NHKの山田美也子アナウンサーの司会で、上坂理事長代行が開会のあいさつを述べたあと、加門社長は「商人としての誇りを抱きながら片手にソロバンを持ち、もう一方の手に夢を持って、新しく生きていくために使命感に燃えて次代の繁栄につながる事業を展開し、21世紀にも生き残れる総合的な保養施設として開発をやり遂げたい」とあいさつされた。

来賓の祝辞や祝電があって、前田美波里のショータイム、本場ブラジルのサンバダンスショー等、多彩なステージが会場を盛り上げた。

午後からは施設見学会が行われ、クアハウス、メディカルセンター、エアロビクススタジオ、総合体育館、ドームテニスコート、チャペル、プールなどを見て回った。

そして、本格的な余暇活動が内需拡大策にもなり、国際交流を通じての理解が人類の平和の第一歩であるという「世界は平和でこそ」の願いを肌を感じた。(T)

### 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。

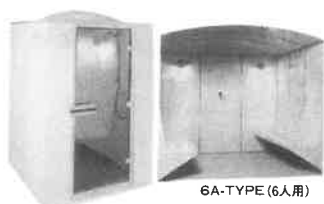


### 中山産業株式会社

本社 東京都中央区銀座3-11-5(第2中山ビル) 〒104 TEL (03)542-0331(代)  
大阪支社 大阪市淀川区中津1-18-18(若杉ビル) 〒531 TEL (06)375-1751(代)  
名古屋営業所 名古屋市中区千種区仲田2-18-6(新仲田ビル) 〒464 TEL (052)763-2870(代)  
札幌営業所 札幌市中央区北5条西19丁目(コープビル) 〒060 TEL (11)641-9268(代)

# いい汗、スポーツ感覚。

## スチームバスのパイオニア



6A-TYPE(6人用)

サウナの本場北欧から来ました。“テューレ”と読んで下さい。今、流行のローマ式スチームバスには、やはりスウェーデン生まれの“テューレ”が一番です。

お問い合わせは 発売元  
ダイタク産業株式会社  
大阪市南区高津2丁目8-10-203  
TEL 06(211)0005

ダイタク産業株式会社なんば営業所  
大阪市南区難波中1丁目2番2号  
TEL 06(647)3692

輸入元  
株式会社伊和貿易商会  
大阪市北区中之島5丁目3番51号  
TEL 06(444)5791



## サウナ協会だより

### 体調ベスト/温冷交代浴。



体調をとり戻す温冷交代浴を積極的に実践しましょう。

医学検査では特に悪いところもないのに、疲れた、早起きがつらい、食欲がない、仕事に集中できない、眠りが浅く、ささいな事が気になる、こんな体験を持つ現代人にとって調子をとり戻すのがサウナ温冷交代浴です。シャワーを浴び、身体を拭いてサウナで12分間、たっぷり汗を出したら、シャワーで流して水風呂へ約1分。全身を拭いて、再び、サウナ、水風呂とくり返す温冷交代浴は、自らの自然治癒力を活かし、交感神経の働きを高め、生理機能を活発にする効果があります。  
(サウナ啓蒙ポスターより)

### ■10月度常務理事会

## オーナー会議、総会開催地など内定

日本サウナ協会

日本サウナ協会の10月度常務理事会は10月19日(月)午後2時からニュージャパン観光(株)8階の会議室でひらかれ、中野会長、米田専務理事のほか橋田、久我、副島、坂本、辻野、柴田、田口、豊巻各氏が出席した。

はじめに豊巻事務局長がサウナ祭について、752口と前年より10口増の好成績で、未加盟店15店の参加があったと報告した。

来年度のオーナー会議は、3月に奈良のレイクフォレストリゾート(4面参照)で開き、総会は6月に北海道の札幌テルメ(8月号参照)で開くよう11月20日の理事会に提案する。

全国サウナデーは九州ブロックの実施状況を坂本常務理事が報告し、献血協力について日赤から感謝状を贈呈された旨を述べられた。これは岐阜県など実施可能などころから漸次拡大していくことで合意した。

国際シンポジウムについては、別項のように国際交流の地歩を固めるため副島、坂本両常務理事が参加することになり、11月10日に出発した。フィンランドサウナ協会は50周年、国際サウナ協会は発足10周年を迎える。

そのあと、田口理事の解説により、カナダ・アメリカ、ウォーターパークのビデオを観賞した。

### ■国際シンポジウム

## 会長代理として副島、坂本両常務理事を派遣

日本サウナ協会

10月19日の常務理事会で、11月13～16日にヘルシンキで行われる国際シンポジウムに会長代理として副島、坂本両常務理事を派遣することを決定した。

### 国際シンポジウム行事日程

13日 タンペレ市主催レセプション参加



真剣に意見を交換する常務理事会メンバー



ウォーターパークのビデオを観賞する

14日 フィンランド協会発足50周年、国際サウナ協会10周年記念シンポジウム参加

《日本サウナ協会より報告》

- ①日本サウナ協会会長メッセージ伝達
- ②日本サウナ協会の沿革、あゆみ、規模、組織および今後の展望について講演
- ③ヨーロッパ各地のクアに近い日本の新しい風呂の現状報告
- ④日本サウナ協会の諸文献の寄贈
- ⑤社団法人化のための支援要請

15日 フィンランド大学およびヘルシンキ周辺のヘルススパ見学訪問

- 16日 ①フィンランド協会記念レセプション参加
- ②国際サウナ協会役員会にオブザーバーとして参加
- ③参加国代表会議に会長代理として参加

以上が今回のシンポジウム参加の内容で、いよいよ日本サウナ協会もサウナ国際社会に登場、その存在価値も上昇中である。

### ■健康シンポジウム参加

## 21世紀の健康長寿社会をひらく

日本サウナ協会

日本健康フォーラム主催の「21世紀の健康政策と健康産業のあり方」につ

いてのシンポジウムが、10月27日、東京の第一生命ホールでひらかれ、日本サウナ協会から久我常務理事と豊巻事務局長が出席した。

斎藤十朗厚生大臣の祝辞があって、仲村英一厚生省保健医療局長の「これからの健康政策と民生活への期待」についての基調講演があり、牧野昇三菱総研会長が「21世紀をひらく——健康産業へテイクオフ」について特別講演した。

午後は木村尚三郎東大教授をコーディネーターとしてパネルディスカッションが行われ、評論家の五代利矢子さんら5人のパネラーにより「健康産業に期待するもの」ほかのテーマ別分科会がひらかれた。

## トレーナー研修会実施

ニューびわこサウナ

ニューびわこサウナ(夏原太市社長・大津市月輪1丁目9-18)では10月16、17日の2日間、合計13時間にわたりトレーナー研修会を実施した。

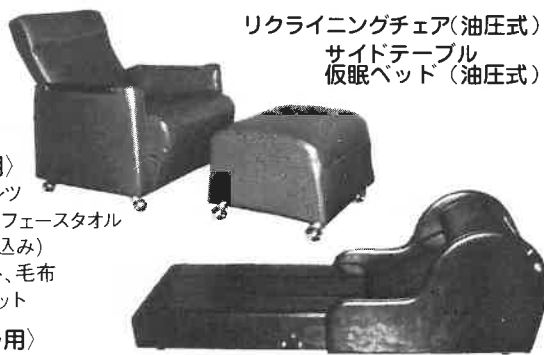
中馬英雄先生の指導により9人が受講したが、熱心に講習を受けた結果、全員が普通科修了の認定を得た。

受講者はつぎのとおり。

前田祐子、戸田尚子、矢野八重子、佐藤昭子、山裾しげ子、村主百合子、中川和美、中沢富佐子、野村信子

(敬称略)

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

### —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)



# SAUNA

11月/137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〉 正月飾りは暮れの29日までに



●冬至  
22日は冬至。二十四気の一つで1年中でいちばん昼が短く夜の長い日です。ということはこの日を境に日一日と昼が長くなっていくわけで、昔

は一陽来福の佳節として祝いの日とされたといひます。冬至にはカボチャを食べてユズ湯に入る風習のほか、餅つきをしたり団子を食べる地域があるのも祝祭を行っていた名残とか。昨今は芳香のするも



のや全国各地の温泉が楽しめるなど、さまざまな温浴剤が出回っていますが、やはりのどかな趣では天然のユズの香にまさるものはなさそうです。

### ●正月の準備

厳寒に耐える松、竹、梅を“歳寒の三友”と呼んで門松に飾り、太陽と月になぞらえた大小の餅を重ねた鏡餅を供え、魔を除けて聖なる域を守る注連縄をはり、来る新年の幸いを願う正月飾りは暮れの29日までに飾りつけてしまうのがならわし。30日に飾るのは一夜飾り(31日では半夜飾り)といって、そのあわただしさを忌み嫌います。細く長く幸せにと願って年越しそばを食べ、元日の午前零時を期して全国に鳴り響く除夜の鐘で人間のもつ百八つの煩惱を打ち払い、元日にはめでたづくしのおせち料理を祝うこの迎春の風俗には新しい年に寄せる人々の思いが連綿と凝縮されています。

### ●おせち料理

“おせち”は節の意で、本来は五節供(人日=七草、上巳=ひな、端午、七夕、重陽)のこと。その折々に食べる料理を“おせち料理”と呼んでいたのが、いつの間にか正月料理のみを指す名称に変化してしまったといわれます。ところで、おせち料理も世につれて、近年は洋風や中華風も加えないとヤングに人気がありません。そのため正月用に

## DECEMBER 1987

- |                              |              |
|------------------------------|--------------|
| 1日 映画の日<br>歳末助け合い運動<br>鉄の記念日 | 14日 高輪泉岳寺義士祭 |
| 4日 人権週間                      | 15日 年賀郵便特別扱い |
| 8日 大雪<br>こと納め、針供養            | 22日 冬至       |
| 10日 世界人権デー                   | 23日 皇太子誕生日   |
| 13日 正月こと始め                   | 24日 クリスマス・イブ |
|                              | 25日 クリスマス    |
|                              | 28日 官庁御用納め   |
|                              | 31日 年越し、大はらい |

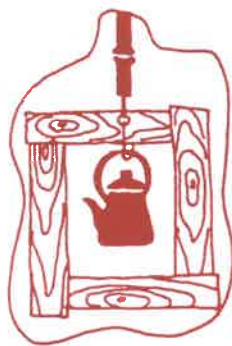
ローストビーフを焼くとか、豚の角煮をつくるとか、各戸各様にし好の変化に合わせた改良がすすみ、なかには元日は和風、2日は洋風、3日は中華風……と三が日をくっきりと色分けして重箱の中を変えて楽しむ家庭もあります。

また、ふだんの手抜き罪滅ぼしに、年に一度の念入り料理をするという人もあれば大みそかにデパートから配達される既製のおせち料理礼賛派もふえ、こちらは二段、三段の重箱が年々たまって弱ってしまうんだとか。日常は粗食に耐えねばならなかった時

ったようです。

### ●障子の張り替え

和室の開口部の障子の有無は集合住宅でも質の評価につながるかと、近年障子の張り替えが師走の家事の一つとしてウエートを占めだしています。13日はすす払い。神社仏閣では年に一度の大掃除が行われますが、わが家の障子の手入れもこの日あたりにはすましておきたいもの。障子は天地を逆にして立てかけ、湿ったスポンジで棧の部分たたいてしばらく置き、ノリがゆるんだところで、上から下へ向けてクルクルと巻きとると、古い障子紙はきれいはがれます。次は濡れぞうきんで全体を拭き掃除し、乾かしてから障子紙を張ります。張るときも障子は天地をさかさまにしたままで上から下へと張り重ねます。こうすると障子を建てたときに紙の重ね目が下向きになるのでホコリがたまりにくいわけ。最後に全体に霧吹きをして乾かすと障子紙のしわはみごとに消えてピンと仕上がります。



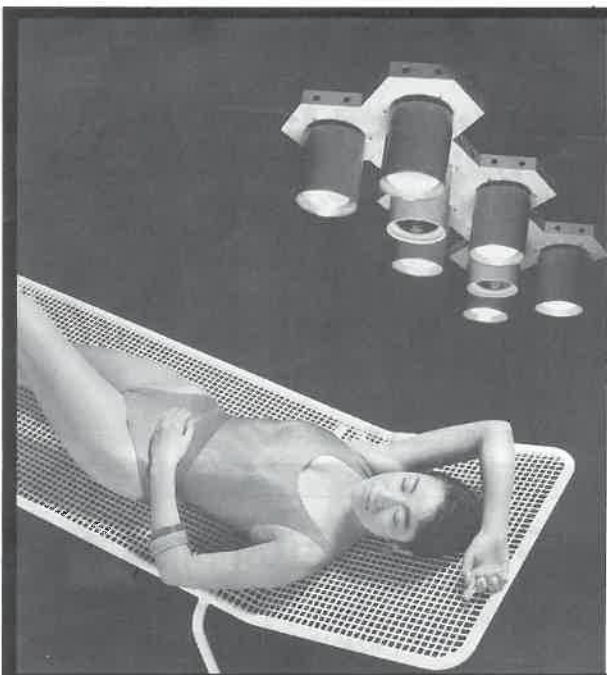
代と異なり、飽食の時代となれば節絵料理の感激もすっかり薄らぎ、今や“おせち”は新たな試行錯誤の時代に入

### 〈味覚歳時記〉

#### 一家だんらんはナベ料理から

これからの寒い季節、心身ともに暖まる食事がなによりです。その代表格がナベ料理。それに女房のお酌の熱カンとくれば、もう身も心もホカホカです。日本各地の伝統的ナベ料理だけでも、実にいろいろあります。そのうえ西洋料理の“なんとかキャセロール”までいれたらかなりのバラエティーになるでしょう。このシーズン、毎週末一つずつトライするのに十分です。ナベ料理のいいところは、みんなで囲めるということ、それにとくに日本式ナベ料理の場合、食卓がそのまま調理場にもなるので、食べる人がそのままつくる人でもあることです。

これは、その両者の完全分離が家庭内からさらに家庭外にまでおよんでいること、また、一つ食卓の上で進行しつつある個食化など、今日の家庭の食事不毛化傾向にとって一つの歯止め効果が期待できそうです。この冬、食文化の担い手を掲げるとこかの食品メーカーで、ナベ料理キャンペーンでも展開していただくと大当たりするかも。ナベを囲んだ一家だんらんの大いなる復権をめざして……。



# weinsberger ソラリオン 室内日光浴器 solararien

西ドイツ・バインスベルガー社のソラリオンは、健康のシャワー、美容のシャワー。太陽にさわめて近いナチュラルな光線が、日光浴と同じさまざまな効果を現代人のカラダに与えてくれます。

日本総代理店 株式会社 **クライス** 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 東京事務所：〒104 東京都中央区京橋2丁目9-11 杉本ビル6F TEL.(03)561-5018 FAX.(03)563-3925