

日本サウナ協会

SAUNA

2月/128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)

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!!



▲盛況のインターバード会場内

インターバード(国際サウナ・プール見本市)とヨーロッパサウナ施設視察報告 <1>

インターバード(国際サウナ・プール見本市)とヨーロッパサウナ施設視察報告の第1回は、インターバード'86と西ドイツのプールやサウナの業界についてです。

第十回インターバード'86は、一九八六年十一月二十六日〜三十日の五日間、西ドイツのデュッセルドルフで開催されました。見本市会場の第一三・一四号館の中に三〇〇の出展者が三、〇〇〇㎡の面積を使って世界の最先端のプール・サウナの展示を行い、二万人の人々が世界中から視察に来ました。

西ドイツでは、サウナやプールが別表のように大変に普及しています。近年は、健康志向が強まったことと新しいレジャー型の大規模なサウナやプール(年間成長率七〇%)

出現したことにより、ますますサウナ・プール業界は発展することになりました。数字で示しますと約四五〇〇カ所の屋外・内プールでは年間に三億人の利用者を想定しています。

利用者一人、二、〇〇〇円使うと三千億円の収入になります。つまり、三千億円市場です。規模の大きさが想像できるといえます。この巨大な需要を支えられて、設備・技術に要が支えられて、設備・技術また、経営コンセプトも年と共に開発され発達し、西ドイツのサウナやプールは、世界で最も進んでいるといわれる(次ページに続く)

その到達点が一堂に披露されるのがインターバードであり、二年に一回しか開催されません。二年ぶりのインターバードを特徴づける出展商品の主なものは、ホットウォールプール(温水気泡バス)、ソラリオン(日焼装置)、トレーニングマシン、プールの水処理設備、医療用のバスタブ、ウォーター・スライダー、そしてサウナでした。それぞれについて目立つたことをまとめると次のようになります。(株)クライス常務 西川 力



▲ウォータースライダー

数字でみた西ドイツのサウナ・プールの数

サウナ	6,000カ所
屋外プール	2,800カ所
屋内プール	1,700カ所
学校プール	1,600カ所
ホテルプール	3,500カ所
クラブプール	1,250カ所
医療用プール	5,000カ所
個人サウナ	250,000カ所
個人プール	300,000カ所



▲アメリカのジャグジー氏の発明による温水気泡バス・ホットウォールプール

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 —

インターバードとヨーロッパサウナ施設視察報告・2
 快汗ルポ・サウナとからだ……………3
 知っておきたい「からだ」の話、健康ノウハウ…4
 サウナ協会だより……………5
 新・暮らしの百科、味覚歳時記……………6



▶デュッセルドルフ見本市会場



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'clock 7品セット

心にゆとりを創る、ライトな香りナインオ'clock

●ホットワールプール(気泡バス)

日本でもジャグジーバスの名称でよく知られているアメリカのジャグジー氏の発明による温水気泡バスです。このホットワールプールは高温であるうえに気泡装置がついているため、入浴中に利用者の身体から水中に排出され

る有機物は極度に多く、その水質管理が難しいため、いつも衛生問題が論議されてきました。今回は、その衛生問題に答える新しい水質管理装置や循環システムが、かなり開発されていました。



▲ホットワールプール

●ソラリオン(日焼・屋内日光浴装置)

ソラリオンには、ランプ型と蛍光管がありましたが、新たに高圧灯型と呼ばれるスピード日焼装置が生まれました。従来は、少なくとも3回ぐらいはその光線に当たらないと日焼効果でなかったのですが、この装置を用いると、たった20分で日焼を認めること

ができ、かつ、UVC・UVBを含まないため、人体に安全だと言われています。ただし、有害紫外線をシャットアウトする十分なフィルター装置を備えたものを選ぶ必要があります。



ソラリオン

●サウナ

乾式サウナについては、特に目新しいものはありませんでしたが、ドイツのサウナはサウナの原点を忠実に守っているのが特徴です。また、湿式サウナ(スチームバス)が、新しい流行になる傾向がみられました。



▲スチームバス

●トレーニングマシン

ウエイト式、油圧式、空気圧式、スプリング式のすべての負荷方式が展示されていました。



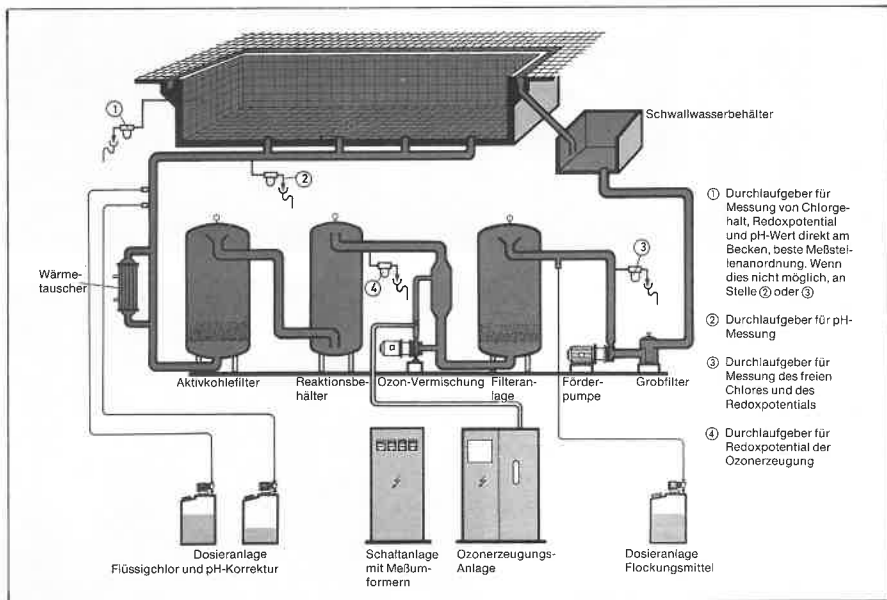
▲トレーニングマシン



●水処理設備

ワールプールの項でも説明しましたように、営業用施設では衛生問題は、その施設の存続にかかわることですので、経営者の一番の関心事です。衛生的な水質を保つためのあらゆるもの(ろ

過機、薬注装置、滅菌機、測定機、自動制御装置、薬剤)が展示されていましたが、日本と比べると10年は進んでいると感じました。



▲水処理設備のフローチャート

●ウォータースライダー

今やレジャー施設には欠かすことのできない要素となったウォータースライダー。商品の選択のポイント、スライダーユニットの継ぎ目にあります。継ぎ目の劣化や損傷の超える機種を選んではなりません。



▲ウォータースライダー

●医療用バス

さすがにクアハウスの元祖の国であるだけあって温泉治療を中心としたパラエティーに富んだ医療用バスの分野は、まだまだ発展する勢いをみせていました。温泉国日本にもやがて導入されるでしょう。



▲医療用バス

次回は、施設見学について報告します。

延寿堂の漢方入浴剤

大んじゅ湯

疲労回復
腰痛
リュウマチ
神経痛
肩こり
うちみ
冷え
あせ
荒れ
しみ
あか
かぎれ
痔

承認番号 (61D) 第2449号

医薬部外品

全身ポカポカ。活力いきいき健康風呂。今、お風呂はくすり湯

漢方えんじゅ薬湯は、中国3,000年という長い歴史の中でじっくりと吟味され確立された信頼できる漢方医学を基礎にしております。

漢方えんじゅ薬湯は、日本における薬湯発祥の地、大阪にて漢方薬一筋40年の経験と実績をいかし、肌によさしい10種類の自然植物「薬草」に西洋ハーブ(西欧香草:古代ギリシャ・ローマの時代から西欧に伝えられた薬草)がバランスよくブレンドされた漢方入浴剤です。

●サンプルと資料ご希望の方は下記まで

●現在、千葉健康ランド他数店にて使用中です。香りといの色といい、会員の皆様には是非一度御試浴をおすすめ致します。(ウイズプランニング 副島雅行)

業務用 (1kg入)
家庭用 (40g×10包) (40g×2包)

Enju 株式会社 延寿堂漢方

総発売元
大阪市阿倍野区阪南町5丁目25-18
電話 (06) 694-0311番(代表)

快汗ルポ〈姫路〉

お城の街・姫路のサウナ

トップが率先垂範し お客様の要望を即サービスに生かす



サウナと冷水で交代浴



ニュー富士はマッサージに重点を置いている

白鷺城で知られる姫路で、“サウナニュー富士”は昭和40年8月より営業を続けている。同サウナを運営するイサム観光(株)は、この外にレディスサウナニュー富士、サウナハワイ、新幹線駅前にホテル姫路プラザなども経営する。サウナニュー富士は、お客の3分の1がマッサージ客で上級クラスのマッサージ中心、サウナハワイは若いビジネスマンなど入浴客中心である。

サウナは不況に強い

同サウナは、4階建てのビルに、1Fロッカールーム、2F仮眠室・休憩室、3Fマッサージ・クリーンルーム、4Fサウナ、となっており、1F入口右手には“名馬の泉”もある。1日平均180~200人のお客さんがあり、営業時間は12時~翌朝9時(レディスは10時~深夜2時)である。歓楽街から国鉄・山陽電鉄姫路駅への途中にあるため、至便なところに位置しているといえる。イサム観光(株)の岩元勇社長は、「サウナは不況に強い商売といえるでしょう。」

日本人は風呂好きですし、時代の流れを経営者が常に見ていれば、サウナのお客さんも急に減少しません」と語る。

努力なくして、勝利なし

映画・ボウリングなどのブームも去り、今流行しているからといって先はどうなるかわからない。だからこそ、日常のお客さんと密着し、時代の流れをつかむ必要がある。また、岩元社長は、「経営者がお客さんに“いらっしゃいませ”と声をかけ、来ていただいたことを感謝して、頭を下げる。“努力なくして、勝利なし”ですから、接客にも気を使っています」と、サウナ経営には、まず経営者の姿勢が大切なことを強調する。店内には、“御意見書”も置かれており、お客さんの要望を即サービスに反映させよう、という姿勢がうかがわれる。人口45万人の姫路は、観光都市のイメージが強いが、駅前道路の整備も進み、観光だけでは語り切れない都市になってきている。同サウナでも、仮眠

サウナニュー富士

姫路駅から歩いて五分
至便な位置にある



御意見書

□ 私共「レディスサウナニュー富士」では、皆様方のサービス向上に努め、今後の参考とするため、御意見を伺っております。御手数では御座居ますが、下の欄に御記入をお願い致します。

1. 従業員のサービスは? (良・普通・悪)
2. ヘルスのマッサージは? (良・普通・悪)
3. 大浴場の状態は? (良・普通・悪)
4. 大浴場の温度は? (高・普通・低)
5. 水風呂の状態は? (良・普通・悪)
6. サウナ室の状態は? (良・普通・悪)
7. サウナ室の温度は? (高・普通・低)
8. 休憩室(ロビー)の状態は? (良・普通・悪)
9. あなたは健康のために、何かされていますか?
スポーツ等 ()
10. 楽しくつろげましたか? (はい・普通・いいえ)
11. あなたのロッカー番号は? ()番
12. お客様の御利用時間帯は? (昼・夕・夜)
13. 家からサウナニュー富士までの所用時間は?(約)分
14. 参考にあなたの年齢は? ()才

□ その他、御気付の点が御座居ましたら、御記入下さい。
住所、氏名も書いて頂きましたら、今後の参考にさせていただきます。

昭和 年 月 日

これだけは知っておきたい

サウナとからだ

サウナ健康読本①より

5 サウナの効果。

サウナの効果は、何と云っても乾燥した空気、そして100度という高い熱気浴です。

熱気浴が、中枢(脳)の興奮性を高める。

熱気を受けて、400~600ml汗を出し、気化熱でカロリーを消費し、汗を減量する。

汗腺、皮脂腺を開いて皮膚の洗浄作用を高める。

血圧を上昇、低下させて調節力を高める。

消化器は犠牲面にまわって、その働きは低下する。

体温は38.5~39.0℃に上昇して、全身の血液循環量を増す。

心や身体に現われるサウナ浴による生体変化。90~100度のサウナ浴とその効果です

血行をよくして、ホルモン、栄養をよくなるから全身美容によい。

呼吸は高進し、熱気で気道を刺激される。O₂摂取量は80~120%の増加がみられる。

汗腺の活動が盛んになって、交感神経(自律神経)の働きを高める。

脈拍数・拍出量ともに急増して心臓は大きい負担を受ける。

体脂肪を汗とともに排出する、乳酸等疲労物質を排出する。

末梢血管を拡張させ、動脈硬化の改善に影響する。

6 温度によって異なる効果。

年齢や季節によって異なりますが、一般に高い方、低い方の区分けを目安として、健康に自信のある人は高く、調子をとり戻すための半健康人には90度前後、そして慢性病をもった人や年輩の方には低温サウナと考えましょう。決して熱いサウナばかりがサウナではありません。

健康に自信のある人には高温も

半健康人のために

体力のない人、年輩の方に

- 105℃ サウナ温度と疲労回復に
疲労回復に健康に自信のある若い人は疲労回復のために高温浴で、汗を出してください。
- 100℃ ストレス解消・気分転換のために
汗を流せば、気分爽快。全身の器官がバランスよく働いて緊張をゆるげます。短時間で新陳代謝を高める、やや高温での入浴が適しています。
- 95℃ プロポーションづくり・減量に
汗が大量にでるので体重が減ります。また、汗の気化熱で余分なカロリーを消費できます。高温で反復浴を。
- 90℃ 食欲増進に
寒れやすい、早起きがづらい、立ちくらみがする、食欲不振は冷水まきつを交互にくり返し行うと、交感神経を刺激して、自律神経の訓練ができます。
- 85℃ 全身美容に
栄養が皮膚のすみずみまでゆきわたり、汗腺や皮脂腺がよく働いて、お肌がいざいさしてきます。熱すぎる温度は、美容上さけたほうがよいでしょう。
- 80℃ ご年輩の方の健康増進に
お年を召した方には、体への刺激が少ない程度の温度がよいでしょう。また、体の調子の悪い時にも好ましい温度です。
- 75℃ 血圧の高い方の体質改善に
高温でのサウナのご使用はさけてください。低温で徐々に温度をあげてゆく、体への温度刺激が少ない入浴法が適しています。
- 70℃ 熟睡のために
血液の循環をうながすと興奮や緊張がとけ、ぐっすりとおやすみいただけます。

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。

発売元: ダイタキ産業株式会社
大阪市南区高津2丁目8-10-203
TEL.06(211)0005

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

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。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 中山産業株式会社

家庭用から業務用まで
サウナはメトス

本社: 東京都中央区銀座3-11-5(第2中山ビル) TEL.03(542-0331)9
大阪支社: 大阪市大淀区中津1-18-18(若杉ビル) TEL.06(375-1751)9
名古屋営業所: 名古屋千種区仲田2-18-6(新仲田ビル) TEL.464(052)763-26709
札幌営業所: 札幌市中央区北5条西19丁目(コープビル) TEL.060(011)641-92699

ことわざにみる健康ノウハウ 7

成蹊大学名誉教授
大後 美保

〈だいが・よしやす〉

明治43年東京生まれ。昭和10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」「災害予知ことわざ事典」(以上、東京堂出版)。

コンニャクを食べると腹の砂を払う

コンニャクについてはかなり古くから「コンニャクを食べると腹の砂を払う」とか「コンニャクは便通をよくし腹の中の砂をとる」ということがいわれている。コンニャクの成分はほとんどが水分であって、それにゴクワズかな糖類と、不消化な粗繊維などが含まれている。したがって、コンニャクは栄養価値はあまりないし、また下剤としての効果もそれほど大きくはないのである。それにもかかわらず古来「コンニャクは体の砂を払う」といわれるようになったのは、どうも「コンニャクは牽丸の砂払い」といわれたことから転じたものらしい。つまり、コンニャクをつくるさいにはコンニャクの中にはいり腰までつかって素足でもむので、コンニャクは牽丸の砂払いといわれたのだのである。

酒をちゃんぽんに飲むと悪酔いする

酒には日本酒、泡盛、焼酎、ビール、ウィスキー、ウォッカなどいろいろな種類の酒があるが、いずれにしても酒を飲むと酔うのはその中に含まれているアルコールの含量によるものであるから、ちゃんぽんに飲んだからとくに悪酔いするということはない。その証拠にカクテルはちゃんぽんだが、これを飲んだからといって悪酔いするようなことはない。いわゆるちゃんぽんに飲むようなときは、すでに飲酒量がかなり多い場合であり、その結果、悪酔いするのでこのようにいわれるのである。



新湯はきめが荒いから身体に毒である

昔から、新湯は毒だといって老人や幼児は人のはいった後の湯に入るようにしたほうがよいといわれている。人のはいった後の湯には二酸化炭素が多く含まれており、また気泡が多く含まれているから肌ざわりが柔らかく感じる。しかし、湯の硬軟が、身体に毒となったり、ならなかったりするほどの影響を与えるようなことは普通はない。こうしたことわざが言われるようになったのは、新湯のときには湯加減をしなければならず、それだけ手数がかかるからであろう。とくに寒い季節には、新湯に入ると湯殿が冷えているうえに、湯加減をみたりするために身体が冷える。そこで湯に入ると急に身体があたたまり、血圧が急に高くなったりするから、とくに高血圧の人などにはあまりよくない。



知っておきたい「からだ」の話 7 お酒に弱いのは損か得か？

医事ライター
桜井 幸雄

人間、暑いときよりも寒いときのほうがアルコールが恋しくなるものらしい。

寒い度合では日本の上をいく北欧やソ連、これら北国では、アルコールはそれこそ生活の必需品。ウォッカを買うために、またパブで仕事帰りの一杯をやるために、彼の国では吹雪の中での行列もいとわない。真冬であれば、その寒さは日本人なら5分とがまんできないほど。なのに、北国の人たちはじっと耐え忍ぶ。どんなに寒い思いをしても、アルコールで心身ともに暖まる喜びは捨てがたいのである。矛盾したことを平気で人間にやらせてしまう……。ここにアルコールの持つ魔力をかいまみる気がする。

日本人はアルコールに弱い？

アルコールが怖いといわれるのは、ほどほどにしてあげればよいのに、つい飲み過ぎて最後には体をこぼす点にある。その点、日本人には「飲み過ぎ」が起きにくいといわれてきた。それは、われわれ日本人が元来アルコールに弱い民族であるからだ。

その理由を説明しよう。

アルコールは、体内に入ると、まず胃と腸で吸収される。ついで肝臓で分解されると、アセトアルデヒドという成分が発生する。これは、劇薬であるホルマリンの仲間、神経系を刺激し、頭痛や吐き気を引き起こす原因となるものだ。

アルコールを飲むと、誰でも肝臓でアセトアルデヒドが発生する。酒に強い人も、弱い人も、この仕組みに違いはない。違いができるのはその先である。

肝臓で発生したアセトアルデヒドは、人体にとっていわば「悪玉」。この「悪玉」を退治するのが体内の酵素で、それはアセトアルデヒドを二酸化炭素と水に分解して対外に排泄する働きを行う。

アルコールを飲むと、吐く息が酒臭くなったり、ト

イレが近くなるのは、みなこの酵素の働きである。そこで、体内に酵素をたっぷり持っていれば、アルコールを飲んでも悪酔いしにくいという図式が成り立つ。

事実、アルコールを飲んでも悪酔いせず、顔も赤くなりにくい欧米人の場合、90%以上が酵素をたっぷり持っている。だから、彼らは、酒に強いのである。

これに対し、日本人はほぼ50%が酵素の少ないタイプ。つまり、少量のアルコールですぐに顔が赤くなり吐き気や頭痛を覚える「酒に弱い」人が日本人の半数を占めるというわけだ。

キッチン・ドリンカーが増加中

ただし、「酒に弱い人間が多いとはだらしがない」と考えるのは、ちょっと待って。人間、何も酒に強いほうが偉いとは限らない。もちろん、酒に弱いと、酒席で多少肩身の狭い思いをするかもしれない。しかし、酒に弱いと、アルコール依存症、いわゆる「アル中」になりにくいという貴重な利点もあるのだ。それに、酒代だって節約できるし……。日本人が「飲み過ぎ」になりやすいといわれる理由も実はそこにある。

自分が酵素をたくさん持っているかどうかを調べるのは簡単。アルコールを飲んで、すぐに顔が赤くなる人は、幸か不幸か酵素の少ない人だ。逆に、顔に出ないのは、酵素をたっぷり持っている証拠。そんな人は酒に強いことを自慢とせず、くれぐれも適量を守るようにしてもらいたいものだ。

また、最近の研究では、更年期を過ぎた女性が急にアルコールに強くなるというデータも発表されている。これは、ホルモンのバランスの変化で酵素が多くなるためらしい。そのせいか、主婦のアルコール依存症「キッチン・ドリンカー」も増加中。「アル中」になりやすいといわれてきた日本人にちょっとした異変が起きているのが昨今の実情である。



二度お風呂に入ると風邪をひく

お風呂に2度入ったから必ず風邪をひくというわけではない。たびたび風呂に入ると皮膚面の脂肪や垢がおちて冷えやすくなるので注意しないと風邪をひくことになる。冬に風邪をひく原因の首位は風呂から出たあとの湯ざめである。



風邪をひくと奇形児が生まれる

妊娠中に風邪をひくと奇形児が生まれるということはかなり各地でいわれている。風邪には普通の風邪とインフルエンザとがあるが、いずれにしても風邪をひいたからといって奇形児が生まれるというようなことはない。もっとも風邪が長びくと妊娠の食欲が減退し、また薬剤などの影響で胎児の発育によくない影響を与えることもある。風邪以外の多くの病気も、奇形児と普通は関係ないが、ただ治療のため薬剤や放射線が奇形児の原因となる憂いもあるので、薬の種類やX線検査などには十分注意する必要がある。



空の袋は癌のもと

ここでいう袋とは陰のうのことで、陰のうに睾丸が入っていない男性はガンに注意しなければいけないというのである。睾丸がないのは、睾丸が下降しないで腹腔にとどまっている場合で、こうした停留睾丸の状態で大人になるまで放置しておくと、睾丸から悪性腫瘍が発生したり、不妊症の原因になったりすることがある。3~4歳を過ぎても袋の中がからっぽならば、ホルモン療法や手術により睾丸を下降させなければならない。

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

サウナ協会だより

■サウナ健康の日、全加盟店挙げて日赤献血キャンペーンに協賛無料招待!

九州ブロック健康産業の一端を担うサウナ業界唯一の同業団体である、サウナ協会が掲げる基本理念を、実地に奉仕できる道として、九州ブロックは、毎年3月7日(サウナ健康の日)に、日赤献血活動に協賛する事業を遂行して、今年で回を重ねること3回になった。

今回から全加盟店54社が、全従業員の協力と共に、広く献血思想の普及と献血の重要性を強く訴えるために、民間放送連盟の主催による献血キャンペーン「はたちの献血」に、協賛PRすることに決定。二月中旬から、電波を通じて献血を呼びかける。

サウナ健康の日に献血された方に、5月31日まで有効の全九州ブロック加盟店共通招待券を、10,000枚用意して

贈呈する。

大分県サウナ協会は、全県の献血者に奉仕するために、3月7日当日だけではなく、1週間にわたり協賛活動を実施する。

長崎県サウナ協会は、県北地域一佐世保市にも血液センターでの献血者に招待券を配布できるように働きかけを行い、全県あげてその成果を期待されている。

沖縄県サウナ協会も1月26日の月例会で、献血活動の役割分担など細分にわたり検討した。

九州サウナ協会では、伊藤健一福岡支部長を中心に、福岡県赤十字血液センター(吉成章之所長)よりの協賛要請に対して、民放番組の企画検討を重ねて、2月5日の月例会で決定、最近懸念されている若年層の献血が減少傾向に歯止めできたらと「はたちの献血」キャンペーンに積極的に参加する。

■第3回定例会開催!

宮崎県サウナ協会 坂東会長が病氣入院中のため、神田副会長を議長として1月26日(月)宮崎第一ホテルで開会をした。議事は(1)サウナデーについて、昨年同様3月7日に日赤での献血者にサウナ招待券を配布しサウナ人口の拡大に努めることを確認した。(2)各店の現況報告について。(3)次回定例会を3月13日とすることとした。問題点としてサウナ愛好会チケットの販売がローカルの場合入泉料が安い、むずかしい面があるので理事会で実情を説明することにした。例会后、サウナ入泉ののち、新年会を行い、懇談を図った。



宮崎サウナ協会定例会

新規加盟店

〈京滋サウナ協会〉

▶曼珠沙華

(代表・飯尾一成氏)

京都府舞鶴市字大波下202-27

☎0773(62)1571

■理事会

1月度常務理事会

日本サウナ協会 日本サウナ協会の1月度定例常務理事会と理事会は、1月28日(水)、ニュージャパン観光(株)の7F会議室で開催された。常務理事会は午後1時から3時まで中野会長以下10名が出席。

理事会は午後3時から5時まで、前記メンバーに14名が加わり、計24名が出席した。

議題は(1)サウナデーに関する件、(2)オーナー会議開催の件、(3)総会に関する件、(4)愛好会実施の件、その他法人化問題の経過について報告があった。

広島で開催予定の総会については日程が5月28日(木)・29日(金)の両日に決定した。会場は広島国際ホテルで費用は約33,000円(旅費除く)。

また、愛好会実施の件については、4月より実施することが決定した。



▲理事会の冒頭で挨拶を述べる中野会長



▲常務理事会風景



▲乾杯の音頭をとる今井副会長

■新年互礼会開催

関西サウナ協会

関西サウナ協会の新年互礼会は、2月6日(金)午後2時よりニュージャパン観光(株)の7F会議室で開催された。

議題は(1)サウナデーに関する件、(2)日本サウナ協会理事会報告、その他を討議した。

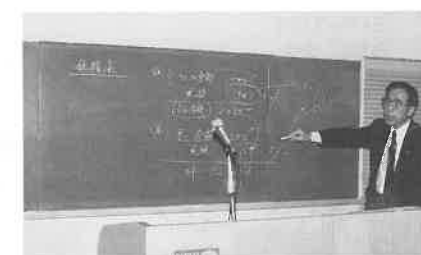
なお、4時から指協会の方々も加わり、辻野氏のお力添えにより急扱売

上税に関して、約1時間にわたって、近畿税理士会堺支部支部長の西山秀雄氏をお招きしてご講演いただいた。今、経営者にとって最大の関心事でもあり全員真剣に聴講し、講演後は数多くの質問が飛びかった。またこの問題に対してサウナ協会の結束を呼びかける意見が数多く出された。

なお5時からは懇親会がはじまり、今年の協会の新たな飛躍を誓いあって散会した。



▲互礼会で挨拶の中野会長



▲売上税に関して講演する西山氏



▲西山氏の講演を熱心に聴講……



▲懇親会風景



▲昨年の九州ブロックにおける献血キャンペーン風景



趣旨書 (昭和62年2月5日)

(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

- 皆さまも体験されましたように、サウナ入浴は血液の循環量を20~30%増し、体内に酸素や栄養をよく供給し、疲れが取れエネルギーを再生産する効果があります。これは高承のとおりでございます。
- 本来清潔好きの日本人も、サウナのもつ、健康増進・疲労回復・ストレス解消など効果を認められて今年年間延千数百万人の利用が推計されるように、日常生活に定着しつつあります。
- 健康産業の一端を担うサウナ業界では、昭和50年4月に日本サウナ協会を結成し、今日400有社の協会会員を擁し、常々、健全な発展を期し、研さんを重ねて公共公益性を問われる12年になりました。
- われわれ日本サウナ協会九州ブロックは、「はたちの献血」キャンペーンに毎年3月7日を「サウナ健康の日」と定め、社内はもとより広く市中一般の献血奉仕を呼びかけ参加して、本年で回を重ねること3回になります。
- 私ども九州ブロックは、各地の日赤血液センターに当日加盟各社の従業員は家族と共に献血奉仕すると共に、また、当日献血された一般市民の皆さんに九州ブロック全加盟店共通のサウナ招待券を提供して、日本赤十字社の血液奉仕に少しでも役立つ所存であります。
- 私どもの種々な奉仕「サウナ健康の日」が本年度も成功しますように関係各位のより一層のご指導ご鞭撻を備へお願い申し上げます。

日本サウナ協会九州ブロック

会長	山田 洋 雄
副会長	藤田 智 之
副会長	坂本 康 一
支部長	伊藤 健 一
支部長	久保 雅 之
支部長	藤田 智 之
支部長	金 馬 治 郎
支部長	坂東 英 保
支部長	有 村 純 徳
支部長	安谷 康 明
世話人	寺 崎 康 徳
事務局長	落 合 美

福岡支部 長崎県サウナ協会 大分県サウナ協会 宮崎県サウナ協会 鹿児島県サウナ協会 沖縄県サウナ協会 熊本県サウナ協会 九州ブロック

▲日赤献血キャンペーン趣旨書

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



日本サウナ協会

SAUNA

2月 / 128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》 3月 ひな祭にやさしさを思う

●ひな祭
 3月3日は女の節供“ひな祭”。小さなぼんぼりに灯りがともると、もうせんの緋色が色白のひなさまのほおを染め、幼なごころにもやさしさへの憧れがつのります。昨春、あるデパートのひな人形売場で紙の流しびなをそっと手にとって眺め入っている異国の少

女をみかけました。次第に首をかしげ、目を細め、笑みがたたえられてゆくその横顔には、ひなさまにも増した“しとやかさ”が漂い、こころぬくもる光景でした。段飾りの立派さや人形の豪華さよりも大事なのは女の子らしいやさしさやいつくしみを育むころ。少女のほほえみにそれを改めて教えられた思いがしました。

と庭の隅にのっそりとヒキガエルが現れたり、踏み石の間の土にへばりつくようにしてタンポポが咲いていたり、ジンチョウゲが香りはじめて、



た快適に使えます。部品はポットのメーカー名と製品番号を明記してスーパーマーケットに頼めば1週間くらいでとり寄せてくれます。値段は機種によって異なりますが大体1,000円程度です。

ザクラが開花しはじめ、ヤナギの緑もあおあおとして世はすっかり春めいてゆきます。



●啓蟄(けいちつ)
 6日は啓蟄。啓はひらく、蟄は土中の虫の意で、寒さの季節を地中で冬眠していた虫たちが、春のぬくもりに目を覚まし、地上に顔を出す時期ということです。中旬になる


浅春のささやきが聞こえます。しかし、“三寒四温”の3月は温かい日があるかと思えば急に冷え込んだり、陽気は下旬の彼岸過ぎまではなかなか定まりません。

●彼岸
 21日の春分の日をはさんで前後7日間が春の彼岸。中日の春分の日には昼と夜の長さがほぼ等しく、太陽が真西に沈むことから仏さまのおわす西方浄土に至る日とみなされ、祖先を祀る風習が生じたといわれます。彼岸とは梵語の

●紋
 卒業式、入園入学、結婚式。春は集いも多く紋付きの和服を着ることの多い季節です。紋は“染め”と“縫い”(刺しゅう)に大別され、染め抜き紋の正調さに比して縫い紋は少々略式になります。染めには白生地から注文して染める“抜き紋”のほかに染め残した白丸地にあとで入れる“描き紋”(石持ちともいう)がありますが、紋の生命の鮮明さではやはり抜き紋が一段上です。描き紋は白い部分にも染料を使うので白壁のような白さがかえって気にかかります。縫い紋には一色で刺しゅうした紋と多色使い(加賀紋)のしゃれ紋がありますが、訪問着など色模様のあるきものには一色を、無地染めや地味なきものには多色使いを……と使い分けて楽しめます。なお近頃は家紋が判らないという若い人も多いとか。そういうときは墓石を見るのが間違いない早道。墓石にははいてい紋がついています。

《味覚歳時記》

ハーブの家族たち



去年あたりからでしょうか、ハーブがときどき話題にのぼります。日本語にすると、香味草、というらしいですが、この字を見ていると昔からなじみのある、せり、うど、パセリ、セロリ、などを思いうかべます。パセリはれっきとしたハーブなのだそうですが、せり、うど、これはいくらかおりの強い草とはいえ、ハーブの仲間には入れないようです。セロリは、というと西洋のものなのにこれもハーブではないようです。やはり草というより、野菜、なのでしょうか。そのまえに、せり科なのでハーブではないのでしょうか。正確な分類にこだわらずに感じだけでいえば、セロリはとうとうと香味草と呼ぶにふさわしい風格だし、かおりも味もその通りだと思いませんか。よく水洗いして、茎の皮をのぞき、氷水につけておいて、冷たいうちにがりがりかじるのがいちばんです。とはいえ、これは、スコッチを飲みながらのことです。ヘビーなスコッチにかぎります。これぞ!という味なんて、半分は思い込みなのですから。

●白身の魚と緑の若菜

サヨリの刺身にアマダイの味噌漬、さわやかな若草色の菜タネのおひたしに、ハマグリのおひたし。天ぷらはこれもしゅんのキスと白魚と春ギクを——3月のお膳には白身の魚と若菜の緑が次々と現われて春を告げます。ヨメナやセリの鮮やかなグリーンも白身の魚によく似合うパートナーです。網焼きにしたツクシを焼き魚に添えてみたり、タンポポの素揚げをトリの唐揚げの飾りに使ってみるなども春先ならではの食卓のおしゃれです。



「彼岸に到る」とという言葉の略で、煩惱の現世“此岸”に対する仏の世界“彼岸”をさしています。法会や墓参をし、五目ずしや牡丹餅のほかよもぎを摘んで彼岸団子をつくるのが習わしの地方もあります。彼岸過ぎには早咲きのヒガン

●ポットの中栓


ポットの中をピン洗いでいくらきれいに洗ってもお湯にへんな匂いがつく。これは中栓が古びて老化をしはじめた証拠です。中栓を新しくすれば匂いの悩みは一挙解決、ま

MARCH 1987	
1日 全国緑化運動	18日 彼岸入り
3日 ひな祭	21日 春分の日 春分
6日 啓蟄	22日 NHK放送記念日
7日 消防記念日	23日 世界気象デー
8日 国際婦人デー	24日 彼岸明け
12日 奈良東大寺二月堂 お水取り	25日 電気記念日

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できます。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いで、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。



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