



SAUNA

10月/267号

発行所 社団法人日本サウナ協会
東京 03(5275)1541(直)
FAX 03(5275)1543
〒102-0085 東京都千代田区六番町1
(番町一審館ビル2F)

第12回「国際サウナ会議」へ代表派遣 99年5月ドイツ・アーヘンで開催(予定)

社団法人日本サウナ協会は、九月二十二日の「平成十年度第二回理事・評議員会」で、来年度五月にドイツのアーヘンで開催される「第十二回国際サウナ会議」に、協会として参加する意向を固めた。また「平成十一年度全国総会」は来年度六月に大阪

で開催する予定。「平成十年度全国オーナー研修会」は、予定どおり十一月十一日に名古屋で実施。「三月七日サウナの日」は来年も継続して実施。このほか、「グループ保険」については、役員会で再検討する。一ことなどが了承された。

第二回理事・評議員会は

午後二時から東京都千代田区

「南海サウスタワーホテル大阪」(大阪市中央区難波5丁目)が内定している。

米田会長を議長に指名して議事に入り、次の議案が

「平成十一年度全国総会」の開催は、来年度六月十日(水)と十七日(木)に

米田会長から、今年度の北海道

長から、会場内定までの経緯が説明された。また、

米田会長から、今年度の北海道

長から、会場内定までの経緯が説明された。また、



平成10年度第2回理事・評議員会

「全国オーナー研修会」 11月11日(水)名古屋で開催

道キロロでの総会開催に尽力された北海道支部にお礼が述べられた。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

講師に、中山産業(株)・長田 武氏、(株)サンケイトレーディング・水谷浩之氏、環境衛生金融公庫・吉永正行氏、ケーススタディとして、地元サウナ&カプセルフジ栄・森 信仁氏に依頼。また情報交換で、会員から提出(店名非公開)された業績数値等を資料に業況の分析、質疑応答などを行う。(本紙9月号に案内)

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

(3)「第十二回国際サウナ会議」への参加。平成十一年五月六日～八日にかけてドイツのアーヘンで開催予定の「第十二回国際会議」について事務局より説明があり、協会として国際会議に参加することとし、代表視察団を募ることで了承された。(2面に関連記事)

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

(4)「三月七日はサウナ健康の日」の実施。平成九年度の計画(実施は来年度三月

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

七日)については、全国展開をバックアップする新聞広告への掲載依頼、各店へポスターを配布する。各店では、当日は1000円入泉、割引券の配布などをお願いする。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

一方、サウナ健康の日に合わせて、恒例の「全国献血キャンペーン」を促進するため、今年度も「健康サウナ二〇万人ご招待キャンペーン」を実施し、献血協力者にサウナ招待券をプレゼントする。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

(5)「グループ保険」の検討。佐久間専務理事より、「サウナ協会グループ保険制度」(仮称)について説明され、スケールメリットもあり、会員の問い合わせ等もあるため、次回の役員会で議題として再度検討することです承された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

「報告事項」
佐久間専務理事より、この日、厚生省生活衛生局指導課の松田課長に対し要望した、協会の懸案事項五項目について報告された。

2面・関東ブロックサウナ協会勉強会/第12回国際サウナ会議スケジュール(案) 3面・敬老の日ご奉仕/秋のサウナの日(アピア)/神奈川ゴルフコンペ 4面・「芳香療法」②

日本サウナ協会のホームページ
<http://www.sauna.or.jp/>

アフタータイムを演出する、爽やかなインプレッション

スキッと香って残らない
極微香・残香性ゼロ
新メンズコスメチック

【ヴェクトール】

VECTEUR

全14アイテム 価格2,000~3,000円(税抜)



5品セット(例)



3品セット(例)

「純」と「澄」——
クオリティを追求した
女性用自然派高級化粧品
(全品・無着色・無香料)

Puremase

【ピュアマージュ】
全3タイプ 価格3,000~4,000円(税抜)

初の「関東ブロック勉強会」開催!

メインテーマは「サウナ経営の動向」

東京都サウナ協会、神奈川県サウナ協会、埼玉県サウナ協会は、三協会合同で「関東ブロックサウナ協会勉強会」を十月八日午後三時から銀座ライオン(恵比寿ガーテンプレイス)で開催し、会員三十四店舗、四十四名及び事務局二名が参加した。



3協会の会員が顔を合わせ初の「関東ブロック勉強会」を開催

今回の勉強会には、より一層勉強していただきたいという結果でもあると思われるとの挨拶があった。続いて

神奈川県サウナ協会の織茂明彦会長から、本部・常務理事として、来月名古屋で開催される「全国オーナー研修会」の案内と出席依頼を含めた挨拶があった。また、本部の若林事務局長から、先般行われた本部の理事・評議員会の議事内容について、質疑応答で活発な意見交換が行われた。最後に、許斐会長から今後も「関東ブロック勉強会」を継続することが提案され、全員が賛成して午後五時三十分を終了した。

サウナと健康・病気予防など 21世紀のサウナ発展の展望は

99年5月・第12回国際サウナ会議

来年(1999年)5月、「第12回国際サウナ会議」がドイツの温泉地アーヘンで開催されること、ドイツサウナ連盟のエバーハルト・コンラディ教授から日本サウナ協会の米田会長に宛てた書簡で、このほど分かった。この概要が、9月22日の理事・評議員会で説明され、協会として代表団を派遣することになった。



第11回会議でフィンランド新聞社記者(左)の取材を受ける日本代表

この国際会議は4年ごとに開催される。日本サウナ協会は昭和49年(1974)8月に、フィンランドのヘルシンキで開催された「第6回」に初参加(当時は任意団体)、以来毎回、代表を派遣している。

特に「第10回」は平成3年5月に、社団法人日本サウナ協会(平成2年4月法人化)並びに国際サウナ協会の主催により、国立京都国際会館で開催された。日本での開催はヨーロッパ以外で初めての画期的な出来事だった。

最近では、平成6年6月、フィンランドのヘルシンキで開催された「第11回」には日本代表団二十二名が参加し、シンポジウムで山田淳雄副会長が「日本の風呂の歴史」について、鹿児島大学の鄭忠和先生が「サウナ療法」の新しい臨床応用」をテーマに、講演を行っている。

来年の「第12回」については、前記の書簡によると、現在準備が進められているが、開催期日は1999年5月6日(木)〜8日(土)の3日間。開催地はドイツの温泉地アーヘンの予定。定プログラム次第による。6日夜はウェルカム・レセプション。7日〜8日はシンポジウムで、各国の代表が講演する。

テーマは下表のとおり。このなかでグループVの「サウナ2000プラス」

①新しい世紀におけるサウナ発展の展望②ヨーロッパ市場(EU)のサウナ業界への影響」が特に目をひく。

また、8日にはオランダサウナ連盟30周年記念祭、(独)ドイツサウナ連盟50周年記念祭の祝賀行事がある。

暫定プログラム

- 5月6日(木)
 - ・ウェルカム・レセプション
- 5月7日(金)
 - ・テーマグループI: サウナと臓器システム
 - ①心臓とサウナ ②皮膚とサウナ
 - ・テーマグループII: サウナと健康
 - ①病気予防 ②健康維持
 - ・テーマグループIII: 浴場制度の歴史
 - ①浴場の建設と経営 ②温浴の諸様式
 - ・テーマグループIV: サウナ広告と広報活動の時代的変遷
- 5月8日(土)
 - ・テーマグループV: サウナ2000プラス
 - ①新しい世紀におけるサウナ発展の展望
 - ②ヨーロッパ市場(EU)のサウナ業界への影響
 - ・サウナグループVI: サウナと技術
 - ・サウナおよび類似の浴場の振興に対するヴェルナー・フリッチェ研究賞授与
 - ・ファルケンブルクの浴場「2000」の視察
 - ・会議舞踏会*オランダサウナ連盟30周年記念祭 * (独)ドイツサウナ連盟50周年記念祭

新会員紹介(敬称略)

- 次の店と企業が社団法人日本サウナ協会に加盟されます。よろしくお願ひ致します。
- 神奈川支部会員(11月1日付け)
 - ▽会社名 スパックスエンタープライズ株式会社
 - ▽代表者 入江 志郎
 - ▽店名 スパックス
 - ▽所在地 東京都町田市原町田2丁目22番25号
 - 電話 0427(21)1188
 - 本部賛助会員(11月1日付け)
 - ▽会社名 株式会社ライフィックス
 - ▽代表者 海野 正道
 - ▽担当者 山口 定男(健康事業特販部長)
 - ▽取扱業種 医薬品及び健康関連商品販売
 - ▽所在地 東京都渋谷区南平台町5-1
 - 電話 03(3496)3171

インターネットアクセス件数
8,806件
日本サウナ協会のホームページのアクセス件数は、今年7月1日〜10月11日まで上記の件数となった。

帝国ホテル一泊人間ドック

「充実した人生の基盤は健康です」「健康こそ最大の財産」。健康状態を調べ健康維持を図るために一〜二回の人間ドックで健康管理をおすすめします。

(独)日本サウナ協会では、こうした観点より帝国ホテルインペリアルタワー内で人間ドックを行っている「内幸町診療所」を紹介致します。

当診療所は、(独)日本病院会より優良自動化検診施設の指定を受け、健康をチェックした後のフォロー対策も万全で、必要に応じて大学病院等への紹介も行っていきます。

ご夫婦、お友達との利用で心身ともにリフレッシュできる帝国ホテルでの一泊二日コースは、人気が高いとことです。お忙しい方には日帰りコースもご利用いただけます。

*紹介割引は次の通り(お一人:消費税は別)

- ▼1泊2日コース 62,000円
- ▼1泊1日コース 43,000円
- ▼日帰りコース 5,000円
- ▼婦人科検診 5,000円

TEL 03-3350-1155 67
(客室お一人利用は別に12,000円:税込み)

東京都千代田区内幸町1-1-1
帝国ホテルインペリアルタワー7階
医療法人社団 六医会 内幸町診療所
(院長 植田 理彦先生)

※交通機関(最寄り駅) JR有楽町、新橋駅/地下鉄各線の日比谷、銀座、有楽町、新橋駅下車



オペレーターさんのカラフルなユニホームやタオルで大広間はパツと花が咲いたよう。よもやま話と笑い声がにぎやかに弾んだ。右の写真は「ご奉仕のことば」を読む西谷さん。

オペレーターさん40名が「敬老の日」ご奉仕!

ニュージャパン観光(株)(大阪)



九月二十一日正午すぎ、大阪市立弘済院養護老人ホーム(大阪府吹田市古江台六)の施設の一つ、寿楽館の大広間では、同ホームのお年寄りたちと、慰問に訪れたニュージャパン観光(株)(大阪市中央区道頓堀)サウナ各店の女性オペレーターさんたちの間で、楽しい会話がはずみ、笑い声がひろがった。

この慰問は、オペレーターさんたちが「ご奉仕」と呼んでいるボランティア活動で、毎年「敬老の日」の前後に行っている。それも今回は、オペレーターさんがバス二台を連ね同院を訪問したが、昨年は同院のお年寄りをお店へ招待しており、このように交互に毎年一回「行ったり来り」の心温まる交流が続いて、今年

は実に四十一回目になる。この日は、スパプラザ、ビップサウナ、レディスサウナ、サウナカバリーナの四店から総勢約四十名のオペレーターさんが十二時五十分ごろ寿楽館に到着し、これを大広間に集まったお年寄りたち男女約六十名を迎えた。「お元気でしたか」「会えてうれしい」と、あちらこちらで再会をよるこぶ声飛び交い、なかには抱き合う姿も見られた。

締めくくりは、同院の右谷新次院長があいさつ、また、大阪市長の感謝状が中

この後、大広間でオペレーターさんによる健康サービ

さっそく、訪問のセレモニーが始まり、まず同社の中野憲一社長があいさつ、「皆様とは先代からの長いご縁です。きょうはひとつ



神奈川ゴルフコンペ 加川氏が優勝

神奈川県サウナ協会は、九月十七日に本年度第2回



秋のサウナの日ののぼり、がお客様を招く(サウナ・アピア)

秋のサウナの日(関西) 女性客は関心が高い

関西支部(辻野会長)は十月七日を「秋のサウナの

「二週間ほど前から店頭」のぼり」を立て、店内にお知らせの掲示をし

野社長に贈られた。午後三時ごろ、「来年はお店でまた

してから三年目、第8回コンペは、小規模の協会にか

「例えば、母の日、敬老の日などにお土産を差し上げ

『創意と誠意』 サウナ造り35年

- 伝統のフィンランドサウナ
- フィンランド古来のスモークサウナ
- ガスサウナストーブ「ロッキー」
- クラフスサウナ(割石調意匠・独製)
- ソフトクリマサウナ(加湿器付・独製)
- アクアビバ(視覚・聴覚・香と自然・独製)
- クリマサウナ(温度・湿度全自動調整)
- エミバスサウナ(塩サウナ向・送風式)
- ステイムサウナ・ミストサウナ
- テルマール(古代ローマ風輻射熱室)
- ハمام風暖室(採暖室兼用)
- 遠赤外線サウナ(電気・ガス)
- 壁掛式温風循環サウナ
- ペンギンルーム(摂氏零下三度氷雪室)

古代ローマ風呂を再現 テルマール

サウナのなかったローマ時代のヨーロッパにあって、壁と床からの輻射熱による温熱室(43℃~50℃)は温泉療法の重要な役目を果たしていました。当社はこの温熱室「テルマール」を理想的な意匠に仕上げ、夢のライフ・スパとして提案します。(写真は横浜スカイスパ)

歌は元気の根源! 84歳で華やかに現役 二葉あき子ショー



「水色のワルツ」「さよならルンバ」などのヒットソングで、いまもオールドファンに人気がある歌手の二葉あき子(コロンビア)さんが、九月六日、健康ひろば加古川(兵庫県加古川市)に出演。同店のオープン十周年特別企画として招いたもので、二葉さんはこの朝五時起きして東京から新幹線を乗り継いで加古川へかけつけた。出演は午後二時からと同六時からの二回、それぞれ一時間におよ

ぶ「二葉あき子ショー」を華やかに盛り上げた。舞台へ上がる二葉さんが姿を見せると、会場のお客さんが一斉に拍手で迎え、一曲終わるごとに大きな拍手と歓声がわいた。二葉さんは、現在八十四歳。歌手デビューして六十四年になるという。「恋の曼珠沙華」を歌うとき「私は、もうドライフラワーですが……」とお客様を笑わせていたが、ラストの「さよならルンバ」では、リズムカル

に軽くステップをふんで「現役」ぶりを見せた。「毎年十一月に東京でリサイタルを開き、このときは二時間歌うのです。来年は特に八十五歳、デビュー六十五年記念リサイタルを考えていますが、こうしてつねに次の杭(目標)を打つていくことが、大事だと思っております」と二葉さんは意欲的だ。そんな二葉さんを見てみると、歌は心で歌うもの、歌は元気の根源ではないかと感じられた。

▽:十一月一日は「十三夜」。今秋最後のお月見です。旧暦八月十五日の仲秋の名月「十五夜」とこの「十三夜」の二つの名月をワンセットにして「二夜の名月」と呼び、月の宴を一度楽しむのが日本式で、中国は十五夜のみを名月としています。▽:新の里芋を供える十五夜を「芋名月」と称するのに対して十三夜は枝豆や栗を供えるので別名が「豆名月」「栗名月」。ほぼ一カ月の差でし

今秋、最後の名月

ゆんの味が代わってゆく様子が見られるに出ている場面でもあります。また、最後の月見だからと「名残の名月」ともいいます。▽:ふつうは十五夜(旧暦八月十五日)は九月、十三夜(旧暦九月十三日)は十月になるのですが、今年は十五夜が十月五日、十三夜が十一月一日と遅れての月見になりました。十三夜が十一月に入ってから……というのは三年ぶりのことです。

ストレスを癒す「芳香療法」

人間本来の治癒力を高めるために

日本ホプリ協会会長 森田洋子

精油は皮膚を通じ、結合組織とリンパ液を通じて、血液循環に入ります。それぞれの器官に達して作用し、体内に三〜四時間存在し、そのあと肺と腎臓から排出されます。しかし、精油はその後、何日も続く治療プロセスを引き起こすのです。

正しい精油を、信用をおけるところで求めることが、いかに大事なことか、トラブルが数多く発生していることも十分にわかっておく必要があります。初心者は精油の種類を数多く揃えないこと。ラベンダー、ローズ、ローズマリー、この三本で充分です。

一日の終わり、疲れや汚れを取り除くことで、生き返ったという蘇生感が味わえるバスタイム。その日の気分や体調に合わせて、精油を使い分け、香りに補佐されながら癒しの時間としてみてはいかがでしょうか。バスタブに数滴加えるだけの手軽で簡単な方法です。

ばらの香りは、心を穏やかに美しくし、嫌なことがあつた日には気持ちを和らげてくれます。うつ状態や悲しみも癒してくれるのです。ばらの精油の効用については、過去多くの医師や植物学者たちが認め、書き残していますが、とくに、心臓の薬として、血液を浄化し、心臓の活動を正常化するとし、ばらを用いてきました。肝臓にも効き目を表すことから、二日酔いの朝に。生理不順の人にとっては、通経作用が正常に働き、女性特有のおりものも解消。緩下作用もあることか、排便を促し、便秘に悩ま

《ラベンダー浴》

精油7〜8滴(バスタブに) 中枢神経のバランスをとってくれる精油として人気があります。ラベンダーの沈静作用が、抑うつ症、ヒステリー症、不眠、偏頭痛、神経の緊張などに効果を示すことはもちろん、心臓にその作用が働くことによって、高血圧の治療

《ローズ浴》

バスオイルスプーン2杯 *ホホバ油100ccに対し、ローズ油1ccを加えたバスオイルを作り置きしておきます。ばらの香りは、心を穏やかに美しくし、嫌なことがあつた日には気持ちを和らげてくれます。うつ状態や悲しみも癒してくれるのです。ばらの精油の効用については、過去多くの医師や植物学者たちが認め、書き残していますが、とくに、心臓の薬として、血液を浄化し、心臓の活動を正常化するとし、ばらを用いてきました。肝臓にも効き目を表すことから、二日酔いの朝に。生理不順の人にとっては、通経作用が正常に働き、女性特有のおりものも解消。緩下作用もあることか、排便を促し、便秘に悩ま

《ローズマリー浴》

とはありません。ローズ浴は肌をなめらかにし保温効果も期待できます。花粉症で悩まされている人も助けられるでしょう。催淫効果もあり、男性の精液を増やすことも、ローズ浴ならではのです。ローズマリー精油5滴 ローズマリーには、脳の細胞を活気づけ、頭脳明晰(ずのうめいせき)、記憶力を高める力があります。消毒、浄化作用、体内の毒素を解毒、腸内の感染症にも有効です。利尿作用が働き、通風、リュウマチなどの痛みを和らげます。消化促進、胆汁の分泌を促し、肝臓の働きを助ける作用もあります。コレステロール値を正常にすることから動脈硬化症に。低血圧の人の血圧を正常値に。冷え性の人には血液の循環を活発にし、温まるだけでなく、貧血症にも効果があらわれます。森林浴のように、視力を向上させ、聴力も敏感にさせるなど、感覚をよみがえらせ、若さを保つ力も働くといわれています。(了)

百聞は一体験にしかず



女性や子供にも安心して勧められるよ
汗効果は変わらないよ
サウナが苦手という人にも勧めてるよ
ランニングコストが割安なのがいいよ
熱すぎないのでゆっくり入れられるよ
香花石の水うちで湿度が調節できるよ

多くの客を呼べるサウナはこれしかない

やわらかな熱気と蒸気のハーモニー **ガスサウナ ロッキーピラミッド**

東京ガス株式会社 都市エネルギー事業部 TEL.03-5322-7560 総発売元中山産業株式会社 TEL.03-3542-0333

TOKYO GAS

最近お客の入り減少傾向でね

サウナは女性の利用客が少なくでね

鼻にツーンとくると肌を刺す感じが苦手だ

嫌いな人が意外に多いんだ

リラグゼーションの時代に合わないのか

熱すぎるのがダメなんじゃないのかな

利用客の割にはコスト高なんだよ

70℃~80℃位の温度で体に優しいよ

ランニングコストが割安なのがいいよ