



社団法人
日本サウナ協会

SAUNA

9月/278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
(番町一番館ビル2F)

秋のサウナの日 10月7日 サービスデー

献血お礼、5万人をサウナにご招待!

(関西)



秋の 10月7日はサウナ健康の日 入泉料ご招待券

- 本券一枚につき、お一人様をご招待いたします。
- 本券は(社)日本サウナ協会・関西支部の加盟店でご利用いただけます。(裏面参照)
- 本券はご来店の際、フロントにお渡しください。
- イレズミ・泥酔の方のご入浴はご遠慮願います。

有効期限
平成11年9月20日～11月20日迄

主催 社団法人日本サウナ協会 協賛 日本赤十字社

有効期限は平成十一年九月二十日～同年十一月二十日までとなっている。
▽このほか、各店上期(一～七月)の情報交換では、前以てアンケートで「各月の客数、総売上高」が対前年比%でまとめられた資料により、各店が順次説明の後、質疑が行われた。

▽第9回幹部研修会として「応急手当を身につけよう」を十月十二日、十三日に実施し、普通救命講習(三時間)を受ける。

2面・「温熱療法」◎ 鄭先生講演
3面・都市型の「ニューアピア 堺健康ランド」/温泉がわいた「グリーンサウナ」4面・「韓国で大流行の汗蒸幕」申潤玉/芝居でにぎわう「ユーユーカイカン」(四日市)

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

関西支部は九月七日、定例会議で、今年も10月7日は秋のサウナ健康の日とし、当日は参加各店で入泉料千円のサービスデーを実施する。また、秋の献血促進活動として、この日から献血に協力された五万人の方に「献血お礼サウナご招待券」を差し上げること

などが決まった。
定例会議は午後二時三十分からニュージャパン観光(大阪府中央区)で開催され、兵庫県、京滋支部も参加した。

岩元副会長が会長を代行してあいさつ。「情勢は刻々と変わっている。より建設的な意見をいただきたい」と述べた。同副会長を議長に指名して議事に入った。

▽「秋のサウナの日」は九月二十日ごろから、参加店の店頭で「のぼり」がはためくが、十月五・六日にはスポーツ紙、夕刊紙に広告掲載を予定している。また、今回も広告を

見て官製はがきで応募すればサウナ入泉半額優待券をもらえなくプレゼントする。締切は平成十一年十月末日消印有効。これは今年の3月7日サウナの日に初めて実施され、千九百八十枚の応募があった。マスコミ紙誌に今回もニュースリリースを行う。一などの準備が進められている。

▽「献血お礼サウナご招待券」は関西独自の活動で、今回は七回目。献血ルーム、献血車で献血された方に差し上げる。今回の招待券には「集まれ、いのちのサポーター」と、浦和レッズの小野選手が登場。

支部の準備会が行われた。集まった皆さんは、記念行事の成功と全国からの皆さんを受け入れるため、今後、定期的に集まりをもちたいとしている。写真は発足した準備会

織茂会長のあいさつの後、本部の佐久間専務理事より、あいさつ及び報告事項があった。織茂会長は「次年度の全国総会について、神奈川県協会としては、側面からとはいえず、全力で支援する。また、中止の可能性もあつた本年度の第二回ゴルフコンペは、紅葉の箱根で開催する予定」などを明らかにした。

この後、その温泉「湘南ひらつか・太古の湯」の体験入浴となった。湯量が豊富なので濾過しないで供給されており、たっぷりとした温泉を堪能できた。(3面に関連記事)

懇親会には、賛助会員の四社、五名も加わり、研修会では話足りなかつた情報交換と共に楽しい時間が過ぎていった。次回は「関東ブロック研修会」で集まる予定。



設立10周年記念行事準備会が発足

平成12年6月13日東京で開催予定

(東京)

八月十五日午後三時から協会本部事務局で、来年六月十三日に東京ドームホテルで開催を予定している「全国総会並びに協会設立十周年記念」について、担当である東京都

支部の準備会が行われた。集まった皆さんは、記念行事の成功と全国からの皆さんを受け入れるため、今後、定期的に集まりをもちたいとしている。写真は発足した準備会

「第一線幹部研修会」(神奈川) 各店が営業努力など発表

神奈川県サウナ協会の「第一線幹部研修会」が八月二十四日、平塚市の「グリーンサウナ」で開催された。第九回目になる。初めて横浜を離れての研修会となったにもかかわらず、十二店舗二十二名の出席があつた。

のなかでの、各店舗の努力は、お互いに関心を呼び、鋭い質問が交わされていた。

織茂会長のあいさつの後、本部の佐久間専務理事より、あいさつ及び報告事項があった。織茂会長は「次年度の全国総会について、神奈川県協会としては、側面からとはいえず、全力で支援する。また、中止の可能性もあつた本年度の第二回ゴルフコンペは、紅葉の箱根で開催する予定」などを明らかにした。

この後、その温泉「湘南ひらつか・太古の湯」の体験入浴となった。湯量が豊富なので濾過しないで供給されており、たっぷりとした温泉を堪能できた。(3面に関連記事)

懇親会には、賛助会員の四社、五名も加わり、研修会では話足りなかつた情報交換と共に楽しい時間が過ぎていった。次回は「関東ブロック研修会」で集まる予定。

For Beautiful Human Life



アフタータイムを演出する、爽やかなインプレッション

化粧品産業をめぐり Kanebo FOR PROFESSIONAL

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〉——

Puremaje

【ピュアマージュ】
全3タイプ 価格3,000～4,000円(税抜)

血管の機能を改善する

サウナ温熱効果を解明 ②

鹿児島大学医学部 第一内科教授 鄭 忠和



講演される鄭先生

心不全以外にもサウナ療法の応用は多数あります。そのひとつは術後回復に効果的です。中でも術後腸閉塞にサウナ療法が効果的であることは証明されています。

温熱療法が、「なぜ効くのか」とよく質問されます。温熱効果を得るには入浴方法が大切です。お風呂の場合は十分間、サウナで十五分間入浴して、その後は安静保温することが大事なんです。浴後三十分間は安静に、そして湯冷めしないように体に毛布でもかけて保温を続けさせ、温熱効果を増加させます。その間にもっとたくさん汗をかきます。これによっていろいろな効果を引き出すのです。

血管機能を改善する物質が

これまで心不全についてたくさん研究がされてきましたが、血管の機能に対してはほとんどされていなかったのです。今後は心機能も大事だけれど血管機能の重要性が大きくクローズアップされると考えております。医療の中で血管機能の役割が大きなウェイトを占めてくるだろうと思います。

は、血管の時代になるだろうと思います。血管は全身にあります。その血管は内臓、中膜、外膜と三つの膜からできていて、その内側の内臓から血管を上げる物質、血管を収縮させる物質など、いろいろな作用の物質がつくり出されています。

血管機能についての検査は日常診療の中では、ほとんど行われていませんでした。ところが、これら最近、数少ない施設でこんな方法が行われています。血圧を計って例えば一三〇と八〇の人は、一三〇を越えると血液は流れません。約五分間、血液を止めるとその先へ栄養が行きませんから血管は最大限に拡張します。そうした状態で血流を再開させますと充血が起ります。その時の充血量によって、その血管が持っている機能がわかります。現在、超音波で心臓だけでなく血管機能を簡単に測定できます。すなわち血管の径を計ることで、その人の血管の機能を評価することができるとのことです。私もはいち早くこの方法を取り入れて血管機能を評価しています。

糖尿病、高血圧、高脂血症などの生活習慣病の人は血管機能が低下しています。これも、サウナを一日一回、週五回、二週間続けることで、血管の機能が改善することがわかっています。また心不全の人にも血管機能が落ちてい

で、これも温熱療法を加えることによって、血管部の改善がわかってきました。

そこで、「なぜ血管機能は改善するのか」ということをさらに調べるために、動物実験をやりました。動物実験用のサウナを三台つくり、ネズミの仲間のハムスターを使い、人間とネズミではサウナの入浴法が異なります。ハムスターは何度がいいのかわかりません。人間と同じ設定ではすぐ死んでしまいます。数ヶ月努力した後、やっとハムスターのサウナ療法を確立しました。

実験は、電気のスイッチを入れたサウナと、スイッチを入れないサウナの二つのグループに分けて、毎日一回、十五分間、四週間サウナ療法をつづけた後に血管機能について検討しました。その結果、一酸化窒素(NO)合成酵素がスイッチを入れたサウナに入ったグループで増加していることを

明らかにしました。NOは血管を拡張する作用があります。去年、このNOを発見した方がノーベル医学賞を受賞しました。それぐらいNO合成酵素は重要な物質です。私たちは免疫組織染色という方法で血管を染めてみてサウナ療法でNO合成酵素が発現していることを確認しました。さらにNO合成酵素の蛋白が増加していることも証明できました。

私が温熱療法を長い間やってきて、なぜ一日一回、週に何回か入れるだけで効果が続くのかという疑問に、「NO合成酵素の産生が増加していること」が答えられます。

血管を上げる、血管の機能を改善する物質がふえているということであれば、サウナ療法で持続した慢性効果が得られることは当然です。これからますます生活習慣病が増えていくと思います。心不全はアメリカで、現在最も医療

費のかかる病気の一つです。最後は心不全で亡くなる人がほとんどです。数はどんどん増えていきます。二十一世紀は生活習慣病と心不全の患者の加療が医療の中心になるでしょう。温熱療法は血管の機能を改善するので二十一世紀の医療には欠かせないものになると思います。

そのためにはサウナ療法をいい加減にしてはだめです。サウナを医学的に応用するには、いちばんふさわしいサウナの入り方をよく理解する必要があります。広く用いられている高温サウナで健康な人がリフレッシュする、そう快感があることはそれでよいのです。現在の高温サウナは長い伝統があり北欧、ヨーロッパで培ってきたものです。だから、それはそれなりに、したがって今後もそういったサウナの利用も結構だと思えます。しかし、医療応用では適切な方法が要求されます。

サウナを広く日常生活の中に 医療の中に生かしていくことだ

医療を取り巻く環境は厳しくなりつつあり、ますます高齢化社会になって、動けない患者さんがますます増えてきます。そういう時代に私たち医師が、大病院にいる医師が、これまでも同じようなやり方では対応できない時代になってきています。

医療従事者も行政も、そしていま医療に應用しようと思えば可能な施設を持っているサウナ協会の皆様方も、皆で知恵を出し合って新しい二十一世紀に対応していかなければいけないということです。サウナも全く健康な人だけを対象にしたもの、お年寄り

の人を対象にしたもの。あるいは脳卒中の患者さんなど半身不随でお風呂に入れるのも非常に大変な人に対象にしたものなど工夫すべきです。私は、車椅子に、あるいはストレッチャーに乗せたまま入れるようなサウナも必要だと思えます。みんな生きている限り

私は先ほど血管のことを話しましたが、医学の研究として今後やってみたいと強く思っていますのは「発汗の効用」です。皮膚は人間の心臓です。

生活の質を高める医療を!

は気持ちの良い汗をかくことが、どんなに大事なことか理解する必要があります。皆さんは元気で生きているから、働いているから、いつのまにか汗をかいています。入院している人、動けない人、寝たきりの人には、汗をかく機会はありません。

いる単なる皮ではないのです。皮膚を通していろいろな発汗がありますが、こういったことがものすごく大きな意味

協会加盟店の皆様へ

今般、協会の賛助会員として参加させていただくことになりました。これを機会に、本紙7月号掲載の当社広告「アカスリ専用ベッド」を協会加盟店の皆様限り、本体、高さアジャストセット、梱包料、送料のすべてを含め税込み11万円で提供させていただきます。今後とも宜しくお願い申し上げます。

有限会社 海東

〒360-0854 埼玉県熊谷市玉井南2丁目60番地
TEL 048-532-7586 FAX 048-532-9153
ケイタイ 090-8874-5824

美容と健康をうたう

ニューアピア 堺健康ランド

(大阪府 堺市)

スタッフ総出で近隣

3000軒をローラー作戦

大阪府堺市の中心街にオープンした「ニューアピア堺健康ランド」(北花田口町)はひとつのビルに収まった、都市型の健康ランドであることが大きな特徴だ。また、従来は都市型サウナであった経営を、(株)ヘルスファーム・宮本保幸社長(本社大阪府中央区)が引き継ぎ、健康ランドに業態を転換したこともめずらしい。同社はすでに大阪・ミナミ

で都市型サウナ一店を経営しており、この健康ランドは二号店になる。宮本社長は、スパビジネスに意欲的で、「これはその一環です」としている。同店の営業規模は敷地約八百坪、建物は六階延べ床面積千五百坪で、ほかに駐車場がある。店の特色としてマッサージ、垢すり、エステなど美容と健康をうたっており、そのメニューも多岐にわたる。

今年六月一日から約一か月半かけて改装工事を進め、七月十八日、大安と日曜日を期してオープンとなった。しかし、現在はまだ仮オープンの形で、同店一階の北側に露天



上は広々とした6F。ソングステなどのフロア。下は1Fのフロントとシューズボックス

の道路を通行している人の目をひくガラス張りに、五階にレストランを集約して、家族で、あるいは男女が一緒に楽しく食事できるようにしている。料理のメニューも、定食では「将軍御膳」「大名御膳」

「利久御膳」はじめ和洋中をそろえ、お子様ランチもある。また、お酒のつきだしに小鉢ものも夜おそくまで用意している。六階を新たに増築して、マッサージ、メンズエステなどのフロアとしてスペースを

「利久御膳」はじめ和洋中をそろえ、お子様ランチもある。また、お酒のつきだしに小鉢ものも夜おそくまで用意している。六階を新たに増築して、マッサージ、メンズエステなどのフロアとしてスペースを

「面よりつひく」をもっているだろうと、私は思います。そうすると、サウナ療法は対象を健康な人だけでなく、いろいろな患者さんに広げていくということが出来ます。サウナ協会の今後の活躍に新しい展開を生み出すものだと思っています。

高める医療をすることです。では、実際に生活の質を高めるために、どんな医療ができるでしょう。具体的な一つとして日常生活に最も密接な入浴を正しく取り入れることが、生活の質を大事にした医療ではないでしょうか。温熱療法が今後、ますます取り入れられる時代が目の前に来ていると思っています。

いま医者の中では内科的な薬物療法、手術による外科的療法、そして放射線療法が確立されています。私はそれに温熱療法が新しい治療法として確立される日が必ず近い将来に来るだろうと思っています。そのために皆様方と一致協力して、頑張っていきたいと思っています。

平塚市で初の温泉わく「グリーンサウナ」

健康増進や福祉、街の活性化に

JR平塚駅西口すぐ近くの「グリーンサウナ」(神奈川県平塚市錦町、(株)加川商事・加川秀男社長)では、今年二月に敷地から待望の「温泉」がわいた。四月に温泉利用の正式許可を得て、さっそく店内のリニューアルにかかり、天然温泉を売り物にした男女の露天風呂と内風呂を増設するなど魅力をアップして五月末にオープン、新たな営業展開を行っている。



神奈川県支部研修会で講演される加川社長

加川社長は、かつて、フィンランドやドイツを訪れたとき、温泉とサウナを組み入れた施設があることを知り「自分でもやってみよう」と考

え、温泉について独自の研究を続けるうち、「隣の大磯町にある高麗山の地層が水をよくためる」というふもとの人の話を聞き、「その地層が平塚に潜り込んでいれば、温泉が出るかも知れない」と考えて温泉掘削のコンサルタント会社や専門家に相談したところ、確信を得たという。

昨年六月、敷地の一角でボーリングを始め、今年一月、地下一三〇〇メートルから三六度の温泉が噴き出した。

泉質は、カルシウム・ナトリウム塩化物温泉で、温泉博士の阿岸祐幸医師は「ヨウ素や鉄分もかなり含まれており、東京近郊のものとしては、かなり質のよい温泉だ」と認める。湯量は毎分一八〇リットルと豊富だ。

平塚市で温泉がわいたのは初めて、しかも市街地の真ん中、JR平塚駅からわずか二〇〇メートルのところとあって、新聞各紙やテレビが「街の活性化につながる」などと大きくニュースにした。加川社長は「温泉は一つの資源だ。利用者の健康増進はもちろんのこと、駅前なので街の活性化や福祉にも役立たせたい」と願っている。

六月には、公募で温泉の名前がさまり、二四〇〇万年前の地層からわき出した生命の泉にふさわしいロマンあふれる「太古の湯」と命名。

この温泉は、すっきりとした入り心地で肌がしっとり、すべすべした感じで、いわゆる「美人の湯」として人気があるという。効能は神経痛、筋肉痛、関節痛、うちみ、くじき、冷え性、疲労回復など。

なお、今年十月下旬のオーナー・幹部研修会を平塚市で開催し、体験入浴が予定されている。



天然温泉の露天風呂(メンズ)

新会員紹介 (敬称略)

次の店舗が社団法人日本サウナ協会に加盟されました。よろしくお願ひ致します。

■ 沖縄県支部会員 (平成11年8月1日付け)

▽ 会社名 長田企画開発

▽ 代表者 新垣 清徳

▽ 店名 メンズサウナ長田

▽ 所在地 那覇市長田1-16-1

電話 098 (855) 0327

人と環境にやさしい

バスプロム

プール・スパ・浴場専用の〈水処理除菌剤〉 EAP登録No: 38906-12

バスプロムはプロムを主成分とした新しい除菌剤です。目や鼻、ノドに対してマイルドで刺激が少なく刺激臭は殆んどありませんので屋内の水処理用除菌剤として最適です。



15g670錠・10Kg

- 塩素剤(次亜塩素酸ナトリウム、次亜塩素酸カルシウム、塩素化インシアヌール酸等)はアルカリ側では効力が急激に落ちますが、バスプロムは酸性側でもアルカリ側でも、広いPH範囲で安定した効力を発揮します。
- 固形塩素剤と比較してゆっくり、しかも完全に溶解しますので安定した効果が長時間持続します。

株式会社 アサヒ商会・アサヒ科学
〒468-0066 名古屋市中白区元八事四丁目164-1
TEL (052) 834-8711 FAX (052) 834-7314

フルシーズンお芝居で賑わう

健康ランド ユーユーカイカン (四日市)

佐野幸男社長に聞く



佐野社長

今年は大衆演劇にすいぶん力を入れているようですが、従来は劇団を年に三回とか六回とか入れて一か月間の公演を行い、その間の月は歌謡ショーなどをはさんでやっていました。ところが、老人会をはじめいろんな団体さんから「いつ行けば芝居をやっているのか」と、そんな問い合わせがかなりあり、それで老人会担当の営業をふやして対応しました。

去年、劇団を七、八回やって、その人を見たいうで今年年間フルシーズンで劇団を入れることに決め、カレンダーを作って一月〜十二月までスケジュールをびっちり埋めています。一それで、お客様の反応はどうですか

今年五月、人気のある七人の子ども芝居「やまびこ座」をかけたところ、五日の「子どもの日」に合わせてテレビ東京が取材にきたのです。これが同月十日ごろ全国ネットで放映されたのを見て、ゴールデンウィークが終わって

うことです。ご夫婦や友だち同士、男女混在して汗を流しています。また、施設内どこに行っても着替える必要がないので、廊下やベンチなど、どこでもゴロンと寝ころんでいて、来場者は完全にリラクゼーションしています。もう一つ違う点は、このタイプの汗蒸幕には湯舟やシャワー等の入浴施設がついていません。ゆっくりと半日かけて汗を出した後は、そのまま着替えて帰ります。せつかく体を芯から温めたのだから、急激には冷やさず、自然に体を冷ますというのが、その理由だそうです。ペトペトして気持ち悪そう

韓国の小さなタイプの汗蒸幕は、石で出来たドーム状の釜の中で火をたき、その余熱で体を温め汗を出すというものです。釜は直径四メートルほどの大きさで、熱気が直接肌に触れないように、中に入るときは筵(むしろ)をかぶります。

「汗をたっぷり出した」という思いによって生まれたものです。韓国の人々の汗を出すことへの真剣さは日本の方にはちよつと考えられないほどですが、汗を出すことは古今東西で良いと認められた健康法。自分の国の自慢をするわけではありませんが、その面で韓国は先進国といえるでしょう。



申 社長



上は汗蒸幕の中で麦飯石の放つ熱を全身で受ける人たち。右下は同、休憩する人たち

三〇〇畳ほどの大広間全体が一つのサウナになっている汗蒸幕。この日本では考えられないような巨大なサウナ施設が韓国では流行しており、ここ二年で焼かれた麦飯石。トロッコ型に積み上げられた石がレールに乗り、ご開帳のごとく釜からサウナ室に出てきます。すると、お客さんはその周りに集まって、麦飯石の放つ熱を全身で受けます。熱いのが嫌いな人は、石から離れていれば八〇度くらいの温度で部屋は保たれています。石が部屋に出ているのはだいたい四〇分間ほどで、時間がたつて温度が下がりはじめると石は釜に戻ります。多くの施設は二十四時間営業で、一日に約二十回のご開帳があるようです。石がサウナ室からいなくなるまで、休憩時間になるわけですから、部屋は余熱で七〇度くらいはありますから、ほとんどの人はそのままゴロ寝しています。もちろん、飲食コーナーでドリンク類や食事を楽しむ人もいれば、涼しい休憩室で昼寝を決め込む人もいます。日本の施設と違う点は、ウェアを着たまま汗蒸幕に入るとい

「こちらの入泉料金はどのようになりますか」
入館料ですが、大人一六〇〇円、小人八〇〇円が基本。割引制度は「友の会」の会員制度、シルバー割引の「シルバー会員」(六十五歳以上)制度等があります。この店は、湯量豊富で五〇℃の天然温泉が最大の魅力ですが、自然の恩恵を最大限に生かしたいと考えています。一それで、営業成績はいかがですか

「汗をたっぷり出した」という思いによって生まれたものです。韓国の人々の汗を出すことへの真剣さは日本の方にはちよつと考えられないほどですが、汗を出すことは古今東西で良いと認められた健康法。自分の国の自慢をするわけではありませんが、その面で韓国は先進国といえるでしょう。

「汗をたっぷり出した」という思いによって生まれたものです。韓国の人々の汗を出すことへの真剣さは日本の方にはちよつと考えられないほどですが、汗を出すことは古今東西で良いと認められた健康法。自分の国の自慢をするわけではありませんが、その面で韓国は先進国といえるでしょう。

「汗をたっぷり出した」という思いによって生まれたものです。韓国の人々の汗を出すことへの真剣さは日本の方にはちよつと考えられないほどですが、汗を出すことは古今東西で良いと認められた健康法。自分の国の自慢をするわけではありませんが、その面で韓国は先進国といえるでしょう。

「汗をたっぷり出した」という思いによって生まれたものです。韓国の人々の汗を出すことへの真剣さは日本の方にはちよつと考えられないほどですが、汗を出すことは古今東西で良いと認められた健康法。自分の国の自慢をするわけではありませんが、その面で韓国は先進国といえるでしょう。

ゴロ寝しながら巨大サウナで汗を流す 韓国で大流行の汗蒸幕

クララボティックラインCO・LTD 社長 申 潤玉 (寄稿①)



「こちらの入泉料金はどのようになりますか」
入館料ですが、大人一六〇〇円、小人八〇〇円が基本。割引制度は「友の会」の会員制度、シルバー割引の「シルバー会員」(六十五歳以上)制度等があります。この店は、湯量豊富で五〇℃の天然温泉が最大の魅力ですが、自然の恩恵を最大限に生かしたいと考えています。一それで、営業成績はいかがですか

「汗をたっぷり出した」という思いによって生まれたものです。韓国の人々の汗を出すことへの真剣さは日本の方にはちよつと考えられないほどですが、汗を出すことは古今東西で良いと認められた健康法。自分の国の自慢をするわけではありませんが、その面で韓国は先進国といえるでしょう。

「汗をたっぷり出した」という思いによって生まれたものです。韓国の人々の汗を出すことへの真剣さは日本の方にはちよつと考えられないほどですが、汗を出すことは古今東西で良いと認められた健康法。自分の国の自慢をするわけではありませんが、その面で韓国は先進国といえるでしょう。

「汗をたっぷり出した」という思いによって生まれたものです。韓国の人々の汗を出すことへの真剣さは日本の方にはちよつと考えられないほどですが、汗を出すことは古今東西で良いと認められた健康法。自分の国の自慢をするわけではありませんが、その面で韓国は先進国といえるでしょう。