



社団法人  
日本サウナ協会

# SAUNA

4月/285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)

## 六氏に『日本サウナ文化賞』贈る(予定)

### 全国総会・創立10周年記念式典準備進む

社団法人日本サウナ協会は本年四月二十七日に創立十周年を迎える。この意義ある節目を祝い、六月十三日に「平成十二年通常総会」と併せて「協会創立十周年記念式典」を東京都支部をホストに、関東ブロック協会の総力を挙げて着々と準備が進められており、三月下旬に各会員、賛助会員ならびに関係先に開催の案内状が送付されている。総会、記念式典の当日のスケジュールは左に掲載。



大沢啓二氏

野球東京読売ジャイアンツ監督、古賀稔

会場は六月一日オープンする東京ドームホテル。総会での記念講演は「人間賢いだけじゃだめだ」の演題で、大沢啓二氏(元・日本ハム監督、現・袖全国野球振興会理事長)が講演される。記念式典では、功労者顕彰、日本サウナ文化賞の授与、献血関連車両の贈呈が行われる。特に日本サウナ文化賞は協会十周年を機に制定されたもので、次の六氏に贈呈される予定。

ペッカ・リントウ氏(駐日フィンランド大使)、長嶋

関西支部では、今年度新組織を先日の例会で発表したが、さっそく、研修部会では、森田勝利推進幹事が第一回目の「営業第一線幹部研修会」を三月二十八日午後一時から、道頓堀ニュージャパン7F会議室で開催、二十六名が参加した。

①成功事例の発表(項目指定し、そのモデル店で集めて実践的に相互の勉強会を行った。まず、森田推進幹事より研修の目的や約束事、等の挨拶があり研修に入った。

彦田柔道オリンピックバルセロナ大会71kg級ゴールドメダリスト、渡部絵美氏(フイギュアスケートオリンピック)

### 関西・新方式の幹部研修会 モデル店で実践的に勉強

イギリス、渡部勝男氏(プロボクシングジュニアフライ級元世界チャンピオン)。

②各発表と質疑応答。③課題に対する解決策づくり。④その対策の立案(2グループで)。

ロボクシングジュニアフライ級元世界チャンピオン。また、祝賀会では豪華賞品お楽しみ抽選会(特賞ラスペガス・ペアご招待ほか)が予定されている。

### 《全国総会スケジュール》

- ◆開催日時 平成12年6月13日(火)~14日(水)  
\*13日、受付開始は12:00から
- ◆会場 東京ドームホテル  
東京都文京区後楽1-3-61  
TEL(03)5805-2111(代)
- ◆登録料  
▽1人3万5千円=1泊2日  
\*総会・祝賀会・宿泊費(ツインルーム2名使用)・記念品・2日目朝食1室1名使用の場合は1万円プラス  
▽1人2万5千円=宿泊なし  
\*総会・祝賀会・記念品
- ◆総会 13日13:45~14:30  
会長挨拶/議長選出/総会成立報告/議事/議長辞任
- ◆記念講演 14:30~16:00  
演題「人間賢いだけじゃだめだ」  
講師・大沢啓二氏(元日本ハム監督)
- ◇展示見学 16:00~17:00  
\*商品展示会は12:00~17:00まで開設

### 《協会創立10周年記念式典》

- ◆記念式典 17:00~18:30  
歓迎挨拶/会長挨拶/来賓祝辞/功労者顕彰/日本サウナ文化賞授与/献血関連車両贈呈
- ◆祝賀会 18:40~20:40  
\*特賞ラスペガス・ペアご招待ほか豪華賞品お楽しみ抽選会  
<14日> 朝食7:00~9:00  
ゴルフコンペ(横浜カントリークラブ)  
\*参加者には別途案内



2グループに分かれ対策の立案も

3面・平成11年度サウナ施設管理士集中講義試験問題と解答  
4面・平成11年度サウナ健康士集中講義試験問題と解答

For Beautiful Human Life  
Kanebo

## アフタータイムを演出する、爽やかなインプレッション

芸術化産業をめざす  
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)

# “民業圧迫に強く反対する” 第3回公営宿泊施設等廃止協議会

三月三十一日、東京・赤坂プリンスホテルで「第三回公営宿泊施設等廃止協議会」(議長・桑原俊彦)全国旅館環境衛生同業組合連合会会長、公営宿泊施設等対策本部)が開催された。関係十一団体、約三百名が参加し、討論会で各団体がスローガンを掲げ、それぞれ代表者が「民業圧迫に強く反対する」発言を行いアピールした。(社)日本サウナ協会から佐久間専務理事、松村常務理事、若林事務局長が参加し、スローガンに「民

業を圧迫する公営温浴施設(サウナ施設)の運営に公費の投入は止めよ」を掲げ、佐久間専務理事がアピール(要旨は左に掲載)。  
また、議事のなかで「サポーター制度の強化」により全体の運動のさらなる底上げを図る。「公営宿泊施設等被害110番」で被害を最小に食い止める。などが再確認された。被害110番窓口のFAXは03(3263)9789

(佐久間専務理事発言要旨)

## 公的宿泊・入浴施設の 設置は反対!

### 設置は反対!

最近の公衆浴場の設置状況は、平成十一年三月末で総数二万六千七百か所、公

営(市町村立)のもの五千百か所、民営のもの二万一千六百か所である。

さらにはJRの進出の問題がある。埼玉県、佐賀県で

これらの中には簡保、郵貯、年金、保険などの公的宿泊施設に付帯するものや公的増進施設あるいは保養施設が全国的に設置されている。もちろんサウナ施設は付いており、民業より豪華な設備もあり、会員外にも利用させている。

しかも、利用料金が著しく低い。四百〜五百円と採算の面で問題と思われる料金設定である。我々民業ではあるが、水道、電気、ガス代などコストを考えれば千五百〜二千円程度の料金をいただかないと採算はとれない。我々民業は企業努力を続けている。

科目では、日常業務に関することは、よく理解できました。興味深かったのはサウナの歴史でした。太古に始まる歴史と素晴らしい文化があることを改めて認識しました。



中津敏子 総支配人

サウナ施設管理士(5期生)の集中講義と筆記試験をクリアされたアビコyou・ゆ〜(大阪市住吉区、松原興業株)の中津敏子総支配人に感想をお伺いした。

# 勉強する余地 いっぱい テキストは“一気読破”で

「サウナ施設管理士を受講された動機は

二年ほど前、厚生省認定のクアハウスで温泉利用の健康指導にあたるインストラクターの資格をとりまし

た。この施設の利用者は健康保険の適用が受けられる

ということ、私は健康ランドという発想で、そういうことができれば、もっとお役に立つだろうなあ...と

いった関心もあって、レベルの高い勉強をしたいと考えたのです。  
そこで思ったことは、サウナや温泉にしても(お客様に)安全、衛生、健康など、いろんな面でより適切なもの、快適なものを提供するために、施設側の勉強する余地がいっぱいあるということ。そこでこの機会にサウナ施設管理士の講座をうけたのです。

「どのように勉強されましたか。科目はどうでしたか」

私はせっかちですから、テキストが届くと、すぐに全部読んで、ざっとレポートの答えを出してしまいました。いわば「一気読破型」です。内容はだいたい頭に残るので、その後、何かのときは「あれは？」と思い返して、そのページを開き「そうかそうか」と確認する形で復習できますから、いつもレポートの提出は早かったです。

「集中講義はどうでしたか。今後、何を望みますか」

集中講義での筆記試験はちょっと緊張しましたが、全国から来られた同業の方と「同級生」の親しきで会話ができて、休憩時間にはいろいろと情報交換ができてよかったです。あとは合格発表を待つばかりですが、今後は施設管理士としての交流、協会から新しい関連情報などの提供、海外施設の視察などの活動があればと思います。

温浴業に進出している。同じように低料金で民業を圧迫している。この周辺では入浴客数が二割ほど減少している。  
サウナ協会としては、もちろん公的宿泊施設、公的

入浴施設の設置は反対であり、まして運営に税金などの公費の投入は絶対止めるように強く要望する。皆様のご支援をよろしくお願います。

## 全国で活発に献血お願い!

### ホテル協の熱い応援・宮崎

サッカーの小野伸二さんをモデルに、今年も「3月7日はサウナの日」をテーマにして献血キャンペーンが全国的に展開された。  
宮崎県サウナ協会(坂東篤会長)では三月六日(月)〜七日(火)に宮崎県ホテル協会(枝元倫介会長)の絶大なご協力をいただき宮崎レマンホテルを会場に実施した。

六日は献血車一台、七日は二台で対応した。二日間とも温暖な好天に恵まれたが、七日は強風にあおられ苦戦を強いられた。しかしサウナスロープメーカーの九州オリンピア工業のご厚意でお借りした大型遠赤外線ストーブが威力を発揮、寒さ知らずの中でキャンペーンとなり、目標を達成できた。



宮崎県ホテル協会の熱いご協力をいただき、宮崎レマンホテルの駐車場に献血車を配して実施

三月十日(金)には、県ホテル協会都城支部(富賀見嘉紀会長)にもご協力いただき、ホテルウイングインターナショナル都城の駐車場で献血キャンペーンを実施した。  
宮崎では、恒例のフラワーフエスタ2000が三月十八日より開催され、同会場でも献血が行われ、幅広くサウナ招待券が配布された。

## 愛知は5地区で展開 三重・浜松の支援受ける

愛知県支部は「3月7日サウナの日」を中心に名古屋、岐阜、岡崎、三重、静岡の五地区で献血キャンペーンを展開。献血された方にはサウナ招待券をさしあげた。

名古屋地区は栄広場(三越北側)、名鉄セブンナちゃん人形前ほか、岐阜地区はアピタほか、岡崎地区はレク・ワールド岡崎、(株)オリバーほかで、それぞれ行われた。同時に三重、浜松の支援もいただき各地区の献血センターや献血ルームでも行われた。

平日ながら多くの方の協力をいただけて、実績を上げることができた。また、献血キャンペーンを終えてから、今後より多くの協力を得るため、実施期間、企画などを考え話し合った。



岡崎地区では賛助会員の(株)オリバー本社前に献血車を配して、多くの同社員の協力をいただいた



カーナビで営業案内

店舗施設の情報を

カーナビ・ソフトに掲載

(社)日本サウナ協会は、このほど「(株)ゼンリン」(福岡県北九州市)の依頼によりカーナビゲーションソフトに掲載する協会加盟店の施設調査を行った。情報掲載は無料でPRにもなるので協会事務局で取りまとめることとしたもの。取材シートの項目(店の名称、所在地、電話、最寄り駅からの案内、営業時間、温浴及び付帯施設、サービスなど、駐車場ほか)について記入し回答(期限は4月15日)する。

### 集中講義で講義をされた先生



健康士・愛知会場で講義された  
愛知県衛生部環境衛生課  
・照井主査



管理士・愛知会場で講義された  
厚生省生活衛生局指導課・渡邊課長補佐

健康士・北九州会場で講義された  
北九州市保健福祉局保健医療部  
生活衛生課・古賀係長

## 平成11年度

# サウナ施設管理士養成研修講座 集中講義筆記試験問題

● 次の問いに答えなさい。(なお、解答にあたっては各問の指示に従って、該当する番号を解答欄に記入すること。)

問題1. 日本で初めてサウナの名称を使った施設がつけられた時期として正しいものは次のうちどれか。

- (1) 東京オリンピックの後
- (2) アントワープ・オリンピックの後
- (3) メルボルン・オリンピックの後

問題2. 公衆浴場の運営に関して、公衆浴場法で定める内容として誤っているものは次のうちどれか。

- (1) 公衆浴場は、他の入浴客への感染を防止するため、伝染病の患者の入浴は認められない
- (2) 公衆浴場の運営は、各店ごとに定めた採光、照明、保温、清潔等の衛生・風紀基準に従わなければならない
- (3) 公衆浴場が衛生基準に従って運営されているかどうか、環境衛生監視員が立入検査や報告聴取を行うことになっている

問題3. サウナ浴と入浴(温泉)の違いに関する記述として正しいものは次のうちどれか。

- (1) サウナ浴は入浴(温泉)と異なり、水圧による圧迫が大きい
- (2) サウナ浴は入浴(温泉)と異なり、鼻腔、気管、肺からの熱の侵入と刺激が強い
- (3) サウナ浴の温度は60~110℃であるが、入浴(温泉)は50~70℃である

問題4. サウナ浴が禁止されている病気に該当するものは次のうちどれか。

- (1) 扁桃腺炎
- (2) 慢性気管支炎
- (3) 内因湿疹

問題5. 全身浴における静水圧の影響として誤っているものは次のうちどれか。

- (1) 横隔膜が下がり、肺が拡張する
- (2) 末梢血管が圧迫される
- (3) 心臓への負担が増加する

問題6. 水治療に使われる浴槽に関する記述として正しいものは次のうちどれか。

- (1) 寝湯・仰臥浴槽は、動水圧により身体の表層を刺激して、血行を高めるための浴槽である
- (2) 半身・全身浴槽は、循環器系、消化器系、代謝系、神経系の機能を高めたり、鎮めたりする目的に用いる
- (3) 浴室を蒸気で満たす蒸気浴の温度は、45~55℃に設定される

問題7. 100℃のお湯であれば、触れた瞬間に火傷をするのに、100℃のサウナ室に入っても火傷をしない理由として正しいものは次のうちどれか。

- (1) サウナ室に入った瞬間から発汗が始まるから
- (2) 水と空気の性質の違いによって、体への熱の伝わり方が違うから
- (3) 空気に水分が含まれていないから

問題8. サウナ室の構造として正しいものは次のうちどれか。

- (1) サウナ室自体を防火区画とする
- (2) サウナ室は浴場の一部であり、延焼の心配がないので耐火構造にする必要はない
- (3) すべてを含む室全体が防火区画になっていれば、サウナ室自体を防火区画としなくてもよい

問題9. サウナ室に換気が必要とされる最も大きな理由として正しいものは次のうちどれか。

- (1) 入浴者の呼吸による汚染を防ぐため
- (2) 室内の温度が高くなりすぎるのを防ぐため
- (3) 入浴者の発汗による汚染を防ぐため

問題10. 現代では浴槽の湯の加温方式は熱交換器方式が採用されているが、その理由として適切でないものは次のうちどれか。

- (1) 装置が機械室に集結できるので、意匠を損なわず、メンテナンスが行いやすい
- (2) 熱の交換量が急速に行われるので、危険性が少ない
- (3) 熱のみ供給し、湯を消費しないので無駄がない

問題11. 浴場施設の電気設備の留意点として適切でないものは次のうちどれか。

- (1) コンセント回路の幹線や配線の容量や数は、現在の必要数以上に設置してはならない
- (2) 建物内には、停電に備えて法令により要所に非常照明器具が設置されているが、定期的に点検を行うべきである
- (3) 浴場施設は利用者が裸で湯・水に接するので、感電防止を確実に施さなくてはならない

問題12. サウナ室の衛生管理について正しいものは次のうちどれか。

- (1) 毎日清掃・洗浄し、1年に1回以上保守点検を行う
- (2) ねずみ、衛生害虫等の防除措置は1年に1回行う
- (3) 定期的に室内の温度と湿度を測定し、その記録を1年以上保存する

問題13. 防火管理者に必要な資格について誤っているものは次のうちどれか。

- (1) 防火管理者は、防火対象物の管理的または監督的地位にある者の中から選任する
- (2) 乙種防火管理講習の過程を修了した者は、すべての防火対象物の防火管理者になることができる
- (3) 多くのサウナ施設においては、防火管理者は甲種防火管理講習を受講する必要があると考えられる

問題14. サウナに求められる快適さの条件として誤っているものは次のうちどれか。

- (1) 入浴後薄着でも寒くない室温
- (2) 入浴して湿った身体が早く乾く湿度
- (3) テレビやBGMの音がない静かな環境

問題15. 店の支配人、店長に求められる自己管理の内容として適切でないものは次のうちどれか。

- (1) 業務上の取引においては、企業のメリットを最優先して私情を抑える
- (2) 許されない権限は行使しない
- (3) 部下のだれにも無断で、1時間以上所在不明にならない

## 解答

【問題1】 3	【問題2】 2	【問題3】 2	【問題4】 1	【問題5】 1
【問題6】 2	【問題7】 2	【問題8】 1	【問題9】 3	【問題10】 2
【問題11】 1	【問題12】 3	【問題13】 2	【問題14】 3	【問題15】 3

平成11年度

サウナ健康士養成研修講座  
集中講義筆記試験問題

● 次の問いに答えなさい。(なお、解答にあたっては各問の指示に従って、該当する番号を解答欄に記入すること。)

問題1. 歴史的にみて入浴の効果とされているものとして誤っているものはどれか。

- (1) 精神的ストレスの解消
- (2) 身体的ストレスの解消
- (3) 筋力の強化

問題2. 空気の正常成分の構成比率として正しいものはどれか。

- (1) 酸素・・・70%
- (2) 窒素・・・78%
- (3) 二酸化炭素・・・3%

問題3. すべての人が不快感を訴えるといわれる不快感指数はどれか。

- (1) 40
- (2) 60
- (3) 80

問題4. 公衆浴場法において定められている入浴拒否義務により、営業者が入浴を拒否しなければならない者はどれか。

- (1) エイズ患者
- (2) 衛生観念の異なる外国人
- (3) 結核患者

問題5. 社団法人日本サウナ協会の目的に関する説明として誤っているものはどれか。

- (1) サウナ営業者への経営助成
- (2) サウナに関する正しい知識の普及
- (3) サウナ営業施設の衛生水準の向上

問題6. サウナ健康士の心得についての説明として誤っているものはどれか。

- (1) 豊かな人間性が大切である
- (2) お客様に好まれるマナーが必要である
- (3) 職業上得た、お客様に関する秘密まで守る必要はない

問題7. サウナ健康士として気をつけなければならない身だしなみとして誤っているものはどれか。

- (1) 過度に装飾的なものを身につける
- (2) 靴下は、清潔で、破れていないものを身につける
- (3) 長髪は、男女ともできるだけ避ける

問題8. 次のうち消化器系でないものはどれか。

- (1) 肝臓
- (2) 副腎
- (3) 膵臓

問題9. 次のうち呼吸運動の働きをする筋肉・膜として誤っているものはどれか。

- (1) 横隔膜
- (2) 外肋間筋
- (3) 三角筋

問題10. 応急手当をする際、意識がある場合の患者の適切な体位として誤っているものはどれか。

- (1) 原則としては、体を水平に保つ
- (2) 顔色が悪い場合は、上半身を高く保つ
- (3) 患者の楽な姿勢を保つ

問題11. 次のうち自律神経とその作用の組合せとして誤っているものはどれか。

- (1) 血管収縮・・・副交感神経
- (2) 胃の運動の抑制・・・交感神経
- (3) 汗腺分泌促進・・・交感神経

問題12. 次のうち皮膚の構造として正しいものはどれか。

- (1) 表面から見て表皮・・・皮下組織・・・真皮の順である
- (2) 表面から見て表皮・・・真皮・・・皮下組織の順である
- (3) 表面から見て真皮・・・表皮・・・皮下組織の順である

問題13. 冷え症の人のサウナ入浴法として誤っているものはどれか。

- (1) とくに足が冷たく感じる人は、冷浴が効果的である
- (2) サウナに入る前に軽い運動をする
- (3) 入浴後のケアをしっかりとる

問題14. 温冷交替浴の説明として誤っているものはどれか。

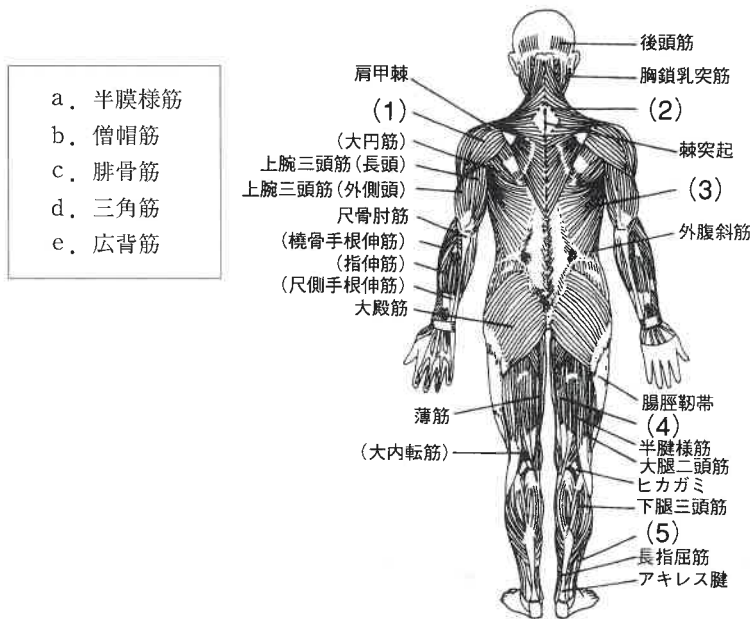
- (1) 温水の浴槽と冷水の浴槽とに交互に入る方法である
- (2) 温浴ではできるだけ長く、冷浴ではできるだけ長く入るのが基本である。
- (3) 単なる温浴よりも血管の鍛錬には効果的である

問題15. 運動浴の説明として正しいものはどれか。

- (1) 一般の温浴後、運動する方法である
- (2) 適当な運動を行った後、温浴に入る方法である
- (3) 水中で水圧や浮力を利用して適当な運動を行う方法である

問題16. 下の図は全身の主な筋(背面)を表したものである。

次の(1)～(5)に該当するものを図a～eの中から選び、その記号を解答欄に記入しなさい。



【問題1】	【問題2】	【問題3】	【問題4】	【問題5】
3	2	3	3	1
【問題6】	【問題7】	【問題8】	【問題9】	【問題10】
3	1	2	3	2
【問題11】	【問題12】	【問題13】	【問題14】	【問題15】
1	2	1	2	3
【問題16】				
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
d	b	e	a	c

解 答

TOKYO GAS

ガスマイルドサウナ  
ロッキーピラミッド™

サウナファンの間で人気急上昇

1日に642人がロッキーサウナにご入場!



1999年3月、杉並区の有名サウナ店(ロッキーピラミッドサウナと電気式高温サウナを併設)で、東京ガスが調査を実施。24時間における入場者数(サウナ店は24時間営業)を調べた。

サンプル数:のべ1100人

「ロッキーピラミッド」は、東京ガス自慢のマイルドサウナです。室内は、体にやさしい65～80℃の中温にキープ。水打ちされたサウナストーンからはたっぷりの蒸気が立ち上がります。このマイルドな熱気と適度な湿度のハーモニーが、心地よい発汗と快適なサウナの楽しみを提供します。だから、人気もぐんぐんアップ。サウナ店での調査によると、サウナファンの間で評価が高まっていることが明らかになっており、多くのサウナ経営者の方々にも厚いご支持をいただいています。

アンケートに寄せられたお客さまの声

- 「温度と湿度のバランスが最高」
- 「たっぷりと汗をかける」
- 「長く入っていても心地よい」

1999年3月、杉並区の有名サウナ店(ロッキーピラミッドサウナと電気式高温サウナを併設)で、東京ガスが実施したアンケート調査より。