



SAUNA・SPA

健康とやすらぎをクリエイトする

8月/373号

発行 社団法人日本サウナ協会
TEL 03 (5275) 1541 (直)
FAX 03 (5275) 1543
〒102-0085 東京都千代田区六番町1

関東ブロック勉強会で前田眞治先生が炭酸泉について講演



関東ブロックは7月20日、ニューオータニイン東京(品川区)において、「関東ブロック勉強会」を埼玉、東京、神奈川各支部の会員・賛助会員計60名参加のもとで開催した。勉強会講演は「高濃度人工炭酸泉によるお風呂の新潮流について」と題し、本協会理事であり国際医療福祉大学大学院教授・前田眞治先生(写真)に今話題の高濃度人工炭酸泉をテーマにお願いした。また、質疑応答の後は席を移し、18時より懇親会を開催。注目しつつもまだまだ未知の部分が多い炭酸泉に対する話題で大いに盛り上がった。

【講演抜粋】 サウナ・スパにおける「お風呂の新潮流：炭酸泉」について

近年、炭酸泉による温浴施設が全国に広まり、その効果を実感していただけるようになりました。今回はこの炭酸泉の効果の仕組みについて解説するとともに、医療分野への応用の一端と、今後の炭酸泉入浴の展望をご紹介します。

●炭酸泉とは

ヨーロッパには天然の炭酸泉が多くあり、療養に使われてきました。人工炭酸泉は、温水中に飽和レベルまで炭酸ガスを溶かし込んだもので、さまざまな医学的効用が期待されており、科学的な実証も数多くあります。日本の温泉法の定義では1ℓに250mg(250ppm)の炭酸ガスが溶けていれば炭酸泉、1ℓに1g(1000ppm)溶けていれば療養泉と呼ぶことができます。

●肌に気泡がたくさん付くのは、身体が汚れている証拠

炭酸泉に入ると、皮膚に気泡が付着します、この気泡がたくさん付いたほうが炭酸濃度が濃いと勘違いしている方が多いようですが、それはまったく関係ありません。例え

ば、身体が汚れていたり、産毛などがあると気泡がたくさん生じますが、濃度とは関係ありません。

●人工炭酸泉は早く温まる

炭酸泉浴は、血管拡張によって温水からの熱が体内に入りやすいので、短時間で体温が上がる効果があります。入浴による体温上昇は1~2℃程度が望ましく、人工炭酸水の場合は1000ppm 41℃では10分程度と短時間で体温が上昇するので、身体に負担なく温浴効果が得られます。

人工炭酸泉は容易に手に入り比較的安全に用いることができる温水で、科学的実証も進み、確実な効果が期待されます。健康な人をより健康にしていくといった、健康維持や健康増進のための多方面の施設で、今後急速に利用が広まっていくに違いありません。

前田先生には12月6日の全国オーナー・幹部研修会にて人工炭酸泉最前線に関するバージョンアップした講演をお願いしています。事業者にとって非常に興味深い内容ですので、ぜひご参加ください。

環境省自然環境局「温泉に関する可燃性天然ガス等安全対策検討会」通達 温泉施設において発生する可燃性ガスに関する暫定対策について

6月19日の東京都渋谷区の温泉施設爆発事故を受けて、環境省は「温泉に関する可燃性天然ガス等安全対策検討会」を設置し、掘削時および開業後の安全対策を検討している。去る7月24日、対象地域、既存施設・新規施設に対する指導・要請などが盛り込まれた暫定的対策案「温泉施設において発生する可燃性ガスに関する当面の暫定対策について」が、各都道府県知事宛に通達された。

炭酸泉の効果の科学的実証

1. 血行促進作用、皮膚温上昇
2. 末梢循環改善・慢性動脈閉塞性疾患
3. 高血圧患者の降圧
4. 腰痛患者の症状改善
5. 関節リウマチの疼痛改善
6. 組織循環改善
7. 保温作用
8. 褥瘡
9. 火傷に対する治療
10. 脳卒中患者の脳血流改善
11. 自律神経障害を持つパーキンソン病の血圧低下に注意
12. 夜間非降下型高血圧患者の血圧低下
13. 赤血球粘調度低下による微小循環改善
14. 筋肉痛・抗炎症作用
15. HSP70 上昇

要請事項の技術的基準

●十分な換気

- ・24時間常時換気し続けること
- ・ガスが十分換気され、室内空気が有効に交換される構造の設備であること

●ガス探知機の設置

- ・ガスが充満しやすい場所に爆発下限濃度の10%以下の濃度で警報を発する探知機を設置すること
- ・従業員は警報を即座に把握し、対応できる手順を定めておくこと

●施設周辺での火気の使用禁止

- ・火気使用禁止の表示を行うこと
- ・火気使用設備は同室内に設置しないこと

●安全担当者の配置

- ・常時勤務者から安全担当者を指名すること
 - ・安全担当者には緊急時に汲み上げ設備の運停止を行う権限を付与すること
- ※換気設備、ガス検知器、配電盤などを含め、新たな電気機械器具は防爆型設備とする(既設設備も防爆型が望ましい)

SAUNA・SPA 新聞へのご意見・ご感想をお聞かせください。協会ホームページでもご覧になれます。http://www.sauna.or.jp/

Kaneboは、

Kracieへ。

カネボウは、クラシエに生まれ変わります。

安心してお使いいただける品質を、
これからも変わらずお届けします。



“カネボウ”“Kanebo”はカネボウ・トリムティ・ホールディングスグループ(事業会社:カネボウホームプロダクツ(株)、カネボウ製薬(株)、カネボウマーズ(株)、(株)カネボウ(KSM)研究所を含む)の登録商標。カネボウ化粧品並びにカネボウ(株)を含むものではありません。

クラシエホームプロダクツ販売株式会社 東京/東京都港区海岸3-20-20 TEL 03-5446-3780 大阪/大阪市北区末広町3-21 TEL 06-6314-9521

関西支部より

第36回 第一線幹部研修会
「防災安全に関する基本講習会」を開催

関西支部(洪里勝利会長)は7月19日、道頓堀ニュージャパン会議室にて「第36回 第一線幹部研修会」を開催しました。今回も大阪市中央消防署消防指令の藤本光司氏にお越しいただき、32名が参加しました。

今回のテーマのひとつである「防災安全に関する基本講習」は、防災について高い関心を持ち各店とも日頃から対策は怠りのないところですが、忘れてしまわないようにと毎年1回行っている講習会です。藤本氏より、店舗管理職として最低知っておくべき基礎知識と遵守事項と、実際の事例からの教訓などについて講義していただきました。

また、いま話題の「AED(自動体外式除細動器)の実物と取り扱い講習」を、実際に近い状況設定で行いました(写真右)。

テレビ、新聞の報道などご存じの通り、病院外での心停止が発生する件数は



年間2万~3万件にものぼるため、いまAEDの設置が提案されています。医療従事者以外の一般人がAEDを使い救命した事例も話題になったこともあります。

万が一、お客様が自店で心疾患の症状を発生した場合、119番してから救急車が到着するまでの数分間にAEDが実施できれば、救命に役立つことができます。そのためにも管理職のAEDに関する機能と操作方法の知識が求められますから、参加者はみな真剣に受講していました。

岡山県支部より

支部総会を開催

7月17日、岡山県支部(松田次雄会長)は支部総会をメルパルク岡山で開催、中野善治朗専務理事も来賓として参加していただきました。

議案については一括承認され、続いて岡山健康ランドの松田外龍社長の新監事就任が承認されました。また、事務局より会員拡大についての協力依頼を行いました。



埼玉県支部より

支部総会を開催



総会前にはゴルフコンペを開催

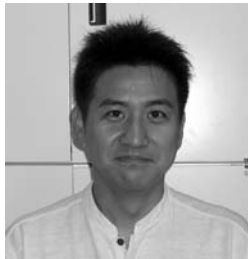
7月23日、埼玉県支部(阿戸健次会長)は支部総会を嵐山渓谷平成楼において開催しました。

平成18年度の事業報告、決算報告ならびに新年度の事業計画と予算は満場一致で承認され、今年度は会員拡大を具体的に進めるとともに、県外の温浴施設視察を実施することなどが決まりました。

東北支部より

松村譲裕新会長を選出 事務局も移転

7月24日、東北支部は総会を開催し、新会長に松村譲裕氏(ユーランドホテル八橋・代表取締役=写真)を選出、事務局長には相馬里子氏が就任しました。会長交代に伴い事務局も下記に変更しましたので、よろしくお祈りします。



東北支部事務局

会長 松村譲裕/事務局長 相馬里子

〒010-0961 秋田県秋田市八橋イサノ2-16-29 ユーランドホテル八橋

TEL 018-863-7811 FAX 018-863-7210

北海道支部より

支部総会を開催

7月24日、札幌のニコサウナ・リフレにおいて北海道支部(佐藤有宏会長)は総会を開催しました。平成18年度の事業報告や決算報告、また新年度の事業報告と予算報告について、満場一致で了承されました。



【訂正】7月号4面「暑中見舞い」の賛助会員一覧のなかで、(株)フューチャー 東京オフィスの電話番号に誤りがありました。お詫びして訂正します。

(誤) 03-6379-7444 → (正) 03-6279-7444

KIRIN

キリン一番搾り

飲酒は20歳になってから。お酒は楽しく、ほどほどに。

大塚製薬

のどをうるおすだけの飲料ではありません。

ION SUPPLY DRINK

POCARI SWEAT

Asahi アサヒビール

これが辛口、うまさが違う。

洗練されたクリアな味・辛口。

SUPER "DRY"

Asahi 生

スーパードライ

350ml

ビール飲酒は20歳になってから。ほどよく、楽しく、いいお酒。あきかんはリサイクル

アサヒビール株式会社

行事予定

●タイランド&ビューティーショー2007視察 11月6日(火) 11日(日)「4泊5日」訪問先/バンコク、チェンマイ
●第16回全国オーナー・幹部研修会 12月6日(木) 14:00~ ニュージャパン観光(株)敦煌 6階会議室 ※会員への詳しい案内は9月に郵送します

最新動向レポート 変化した女性のスキンケア・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
女性の洗顔は「泡」がトレンド フワフワ泡の洗顔フォームがないのは流行遅れ?!



一昔前の女性のスキンケアといえば、化粧を落とすのにたっぷりクレンジングクリームを塗り、ティッシュでしっかり汚れをこすり取り、ソフトたわしや洗顔ブラシを用いてゴシゴシ洗い、化粧水を含ませたコットンで何度も何度もパティングするスタイルが多かった。

しかしこうした肌への過度な刺激は、角質層を破壊して乾燥肌の原因になることがわかった。乾燥肌はシワやタルミ、化粧ノリを悪くする。間違ったスキンケアが乾燥肌を引き起こすという報告も出たため、スキンケアは一変し、いまは摩擦を避けるソフトな手法が主流になっている。

ここ数年、化粧落としもオイルを使ったタイプが増え、オイルタイプ、クリームタイプともに拭き取らずに洗い流すタイプに人気がある。

洗顔も、生クリームのようなきめ細かい泡で、ゆっくり、やさしく、ていねいに汚れを落とすのがトレンドだ。空気を含んだ泡はクッション材のように肌にやさしく、またすすぎの際もサッと洗い落とせる泡切れ

のよさがある。とにかく肌を傷つけないようにソフトにソフトに洗うように心掛ける女性が増えた。

泡洗顔は、クリームタイプの洗顔フォームを湯に泡立てて作るものもあるが、ポンプ式ボトルに入った液体の洗顔フォームを、ノズルを押すときめこまかい泡にするタイプが簡便で評判がよい。

こうした流れも影響してか、サウナ・スパ施設にある製品にも変化がみえる。

「ここ何年かで泡タイプのポンプ式洗顔フォームを置く施設が増えましたね。製品自体も増えたため、半数くらいの施設が導入しているのではないですか」(日祥埼玉・綿村和夫氏=本部賛助会員)

美容に敏感な女性客からすれば、もはや泡タイプの洗顔フォームを置いていない施設は流行遅れの感もあるだろう。

「最近のお客様はあちこちの施設を利用されるため、目が肥えています。施設側も、お客様からの要望や差別化を図るために質の良い製品を置く傾向があって、シャンプー、コンディショナーなどでも高額の製品の納品が増えました」(前出・綿村氏)

確かに、洗い場やパウダールームで、楽しそうに製品を試し合っている女性グループを見掛ける。

以前は施設にあるものを使うと、髪の毛がバリバリになったり、肌も脂分がなくなりすぎてつっぱることも多かったが、客側に無料で使える品だから期待してはいけないという諦め感があった。しかしいまは違う。物足りない製品であればはっきり意見を言う女性客も増えた。むしろスパにある製品を試供品の感覚でとらえて、試しにくる女性客もいる。

女性客からの評価は、施設やサービスだけでなくアメニティー製品にまで及ぶ。いま一度、自店で扱う製品を検討してみてもはどうだろう。

女性客は“良い品”を期待している



東京都健康づくり応援団特別講演会のお知らせ

東京都支部が参加している東京都健康づくり応援団は、4月24日に「打倒メタボ宣言」を行い、国の「健康増進普及月間」と併せて9月を「打倒メタボ宣言推進月間」として、活発な健康づくり活動を推進しています。その活動の一環として、日野原重明団長による特別講演会を下記のとおり開催します。皆様ぜひご聴講ください。

記

- ◇日時 9月13日(木)14:00～16:00
- ◇場所 なかのZERO大ホール(JR中央線中野駅南口より徒歩7分)
- ◇定員 1250名
- ◇プログラム 14:00～プロローグ
14:10～健康づくり方法の実演
15:00～講演「生き方のスタイルの革新」
聖路加国際病院理事長・日野原重明氏
- ◇問い合わせ・申し込み先 東京都支部事務局 TEL 03-5275-6636

サウナ あれこれ 延長戦

第25回 日本のサウナ史② 銭湯の時代

中山真喜男 サウナ・スパ管理士講師

昭和20年敗戦、東京は一面の焼け野原、食うに食料はなく、住むに家なき状態でした。東京のことばかり書きますが、私、東京生まれの東京育ちです。短期間の学童疎開の経験はありますが、東京の下町以外よく知らないのです。子供の頃の記憶では銭湯はどここの町内にもあったものです。(以下、『公衆浴場史』全浴連、1972年より)

- ◇昭和20(1945)年
敗戦。東京で焼け残った銭湯は400軒といわれます。しかし燃料がありませんでした(当時は石炭)。
- ◇昭和23(1948)年
ようやく燃料の確保が目途がたち銭湯が活気づきます。公衆浴場法が公布され、以後、銭湯は公衆浴場と呼ばれます。
- ◇昭和25(1950)年
東京公衆浴場数1436軒、温泉12軒。
- ◇昭和34(1959)年
東京公衆浴場数2411軒、大阪府2018軒、秋田241軒。
東京では昭和43(1968)年の2687軒をピー

ク以後減少傾向をたどり始めます。戦後の14年間で東京では2000軒もの公衆浴場ができていますので、単純に平均してみても、1年間に140軒以上も銭湯が増えていたわけです。「銭湯の時代」といってもよいでしょう。

世の中、陰と陽、表と裏があるわけで、公衆浴場が表の商売とすれば裏の世界もあるわけです。焼け跡に、あっという間に闇市ができたのと同じです。「特殊浴場」だとか「お座敷浴場」などと呼ばれる特殊公衆浴場が流行し、沸かし湯の連れ込み宿があちこちにできました。「さかさクラゲ」と呼ばれた温泉マークが繁華街にあふれたものでした。

懐かしの銭湯ですが、東京では昭和43年の2687軒のピークから減少傾向をたどり、平成11年には1323軒と半数以下になりました。まことにさみしいかぎりです。

ついでに記しておきますと、『洗う風俗史』(落合茂著)には、大正12年の関東大震災では東京市内浴場数971軒のうち、630軒あまりが焼失したとされています。震災直後はお濠や水たまりでしか水浴できなかった罹災者のために巡回風呂

(移動風呂)が登場し、10月以後は臨時震災救護事務局によって東京府市内に40カ所、神奈川県下に20カ所の簡易浴場が開場したとあります。先の阪神大震災の時は周辺の当協会会員の施設が罹災者のために開放されたと聞きました。

戦後の一般家庭ではどうであったかといえば、まず住む家さえないので話になりませんが、戦前でも家に風呂があったのはごく一部の人のみです。江戸時代から伝わるタライの行水で済ませていました。タライや洗濯板も知る人は少なくなってきました。私は戦後すぐにできた製材所の空き地で、ドラム缶の風呂に入ったことがあります。

思い出といえば、私の新入社員の頃は高度成長期に入った時代で、忙しい時代でした。寮生活の若い社員は、時にはホテルに泊まり込みで仕事をします。ホテルにユニットバスが入った頃で、田舎者の若いのが朝出社してきて、「中山さん、ホテルの風呂には桶がない」と言いました。敗戦から昭和40年中頃までは、風呂に関してはこんな時代でした。

東アジアスパ会議海外参加者インタビュー

6月28日に開催された「第2回 東アジアスパ会議」には中国・韓国・モンゴル合わせて50名近い温浴関係者が参加した。国が異なれば好みや習慣も違うもの、温浴に対する考え方や利用習慣も異なる。そこで会議の合い間に各国参加者に、自国の温浴事情について生の声を聞いた。講演では出てこない興味深い意見も多く、儀礼的挨拶から一歩踏み込んだ国際交流の意味を感じた取材となった。

韓国

韓国チムジルバンSPA協会
リム ジョンス
魯 宗 渉 会長



◆日本はレジオネラ菌やノロウイルスをはじめ衛生面の対策に大変気を遣っていますが、韓国のそうした意識はいかがですか？

我々施設側の衛生管理についての意識はとても高いです。もちろん法の取り締まりによる点も関係しますが、何よりもお客様の衛生面に対する意識がとても高いのです。

例えばドクターフィッシュという足の角質を食べてくれる魚がありますが、韓国にはこの魚を利用した施設は1軒もありません。それは他の人が足を突っ込んだ同じ水槽に自分の足を入れるのを嫌がり、誰の足の角質を食べたかわからない魚が自分の足をついばむのが耐えられないという韓国

人の気質により、まったく流行らなかったからなんです。

◆それほどお客様の意識が高いお国柄なら、入浴前には日本という掛け湯の習慣もあるのですか？

若い世代は軽く身体を洗ってから入浴しています。もともと清潔感にうとい年配層もいれば、礼儀正しくない若者もいますが(笑)。

◆人気のチムジルバンの利用者層は？

若い人のあいだではチムジルバンが流行のデートスポットとして位置づけられています。銭湯は入浴の場、SPAはデートの場として使い分ける考えがあるのです。若い女性が彼の前で素顔をさらすことに抵抗がないのは、恥ずかしさよりも流行の先端をいきたい気持ちが勝るからなんです。

◆毎年多くの日本人観光客が美容や癒やしを求めて韓国の温浴施設を利用していますが、それに対して気

なる点や問題点はありますか？

ツアー専用の施設はレベルが低いところが多く、旅行会社の取り分を上乗せするため仕方ないとはいえ料金も高く、サービスも質もよくありません。そうした施設が韓国の温浴施設の代表と思われるのはとても残念です。この点を改善するには我々協会が力を入れていかなければならないと思っています。

私の施設は入場料5000W=約750円(深夜7000W)とウエア貸出料の1000Wだけ、ツアー客が利用する施設の1/5の料金です。事前に連絡をいただければ日本語のわかる者を手配することもできますから、ぜひ3時間以上滞在されて本物を楽しんでいただきたいです。もちろん1日中いらしても十分ご満足いただける自信があります。



◆日本の視察で回られた施設はいかがでしたか？

石や岩を配置して、すごく自然な感じを造り出しているのがきれいで印象的でした。

◆中国ではどのような温浴施設が好まれているのですか？

健康ブームのため温浴施設は人気があります。浴槽内につかる時間はおよそ10~20分以内で、一般的な湯温は40~43℃ですが、熱いほうが疲れがとれるように感じるので高温の湯に人気があります。また、熱い湯と冷水風呂に交互に入り血管の収縮を図ることで健康につながると思っています。

はっきりしたものを好む国民性からか、サウナも中温より高温を好みます。湯温と同様、高温でしっかり汗をかいたほうが効果がある気になるからです。とにかくみんな早く汗をかきたがり石に水をかけて蒸気を作るのですが、高温ならすぐに蒸気があがるので、それも高温が好まれる理由のひとつだと思いますね。

なお、北方はサウナを、南方は暑い気候のためシャワーを好む傾向があります。

◆一番多い客層は？

40歳以上の女性の利用がもっとも多いです。中年になると関節が痛んだり美容を気にしますから、どの国も共通ですね(笑)。

インタビューに際して逆に、ホテルに「温泉」とあるが本物の温泉なのか、湯は掛け流しか循環式かなど、矢継ぎ早の質問を受けた。中国では循環式用機械の動きが悪いことが多いため湯は使い捨てにしているのが、良い設備があるならぜひ利用したいという意見も出た。また祝賀会での雑談のなかで、中国人から見ると日本のサウナ施設は動線が悪いとの指摘もあった。

中国



ゴビサウナコンプレックス YA. シャタル 氏

モンゴル



◆モンゴルではサウナやSPAはどのようなものと考えられていますか？

モンゴルには日本の銭湯のように大勢で入ったり、熱い風呂に入る習慣はありません。温泉は治療として親しまれ、サウナは癒やしのものと位置づけられています。

◆客層はモンゴル在住の外国人が多いのですか？

70~80%がモンゴル人のお客様です。モンゴルではサウナを生活の一環として考えるリピーター層が増えています。現在モンゴルは人の流動が大変な勢いで起こっていて、海外へ行く人が増えたため、仕事や旅行で知った海外の文化やサービスを国内でも求める傾向があります。また、インターネットなどを通して知った海外文化に親しむ層が増えたため、海外SPAを取り入れた我々の施設では1日200~250人ものお客様にご利用いただいています。

◆各国とも女性が美容のためにSPAを利用する傾向がありますが、モンゴルではどうですか？

やはり女性のお客様には多くご利用いただいています。比較的若い客層が多いですね。モンゴルはアジアで一番乾燥しているため、女性のお客様は美容を気にしてSPAを利用されているようです。

◆日本で視察された施設はいかがでしたか？

SPA・ラクア(東京)、みなとみらい万葉倶楽部(横浜)、ウエルビー(名古屋)の3カ所を視察しました。3軒とも日本独特の雰囲気味わえて満足しています。来日前にテレビやインターネットである程度の知識は得ていましたが、日本独特の癒やしを考えた手法に関心を持ちました。お客様が何を望んでいるかを多角な方面からみて多様なサービスを快適に提供しているところがとても素晴らしいですね。風呂の種類も多く、お客様の幅広いニーズに応えているのがうかがえます。

個人的には、みなとみらい万葉倶楽部の、海が見える風呂がとても気に入りました。

◆モンゴルSPA業界の今後の課題をお聞かせください。

サウナ・SPAはまだモンゴルでは歴史が浅く、現在我々の施設ともう1カ所の2軒だけが営業しています。多様なサービスを考えて造られたのは我々の施設だけですが、今後同じようなサービスが提供できる会社が出てくるとうれしく思います。

エネルギー・フロンティア
TOKYO GAS

いまどきのサウナは「マイルドしっとり」系

カットするような熱さと肌に刺激的な高温サウナに替わり、いま身体にやさしい中温湿式の「ロッキーピラミッド」が評判です。室温は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。これからのサウナは、高温に耐えながら汗をかきマニアックなものではなく、女性やお年寄りも楽しめる「マイルドしっとり」系の「ロッキーピラミッド」サウナです。



高温乾式 V.S. 中温湿式



ガスマイルドサウナ
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.03-5322-7559

天然ガスがひらく未来

