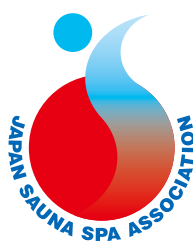


温浴業界の総合情報紙

2011 Dec. No'424

SAUNA



SPA

日本サウナ・スパ協会

〒102-0074 東京都千代田区九段南4-8-30 アルス市ヶ谷907 TEL:03-5275-1541 FAX:03-5275-1543 http://www.sauna.or.jp

第20回 全国サウナ・スパ会議 椿山荘にて開催

社) 日本サウナ・スパ協会は11月27日、東京都文京区の椿山荘において「第20回全国サウナ・スパ会議」を開催した。

中野憲一会長は開会の挨拶で今回の講師と演題を紹介した後、国際交流部会活動として中国南京で開催された「第6回東アジアスパ会議」の報告、次に



協会の新公益法人への移行手続きの状況を説明。そして今回の会場は協会会員の藤田観光(株)(加盟店舗名:箱根小涌園ユネッサン)が経営するもので、由緒ある広大な庭園と立派なスパ施設を有する都心の貴重なリゾートなのでこの機に併せてお楽しみいただきたい、とくった。

会長挨拶に続いて、藤田観光(株)の竹内 吉直氏から同社が全国63カ所に展開する施設についての説明がなされた。中でも新宿コマ劇場跡地に建設中の31階建ての新宿東宝ビルの9階から上を1030室を有するホテルとして2015年春に開業を予定しているとの話は注目を集めた。

講演および研修内容

- 新潟薬科大学 佐藤征也氏
誰にも簡単にできる最新のレジオネラ属菌検出法
- 筑波大学 大城戸道生氏
サウナ浴のからだに及ぼす影響…循環機能、体温及び消費エネルギーの変動
- ニュージャパン観光(株) 元営業本部長の土肥英雄氏
ニュージャパンサウナ(道頓堀)マネジメント30年のすべてを語る
- 宮城県より阿部義浩氏
震災時の避難所におけるテントサウナの有効性



佐藤征也氏



大城戸道生氏



土肥英雄氏

「テントサウナの有難さは一生忘れない」

今年、協会はテントサウナ設営による被災地支援を開始し、4機のテントサウナを各地の被災地に設営した。サウナで人助けができることを私たちに体験させてくれた第1号機は、宮城県牡鹿郡女川町御前浜の寄合所(旧非難所)に建っている。この一号機を支援に用いる発端となった人物、阿部義浩さんが、感謝の気持ちを携えて全国サウナ・スパ会議に参加してくださった。

協会への感謝の気持ちは言葉では尽くせません

阿部義浩さん

本日はお礼を申し上げたくて馳せ参じました。あの震災から今日で260日が過ぎました。私は仙台市で整骨院をやっておりますが、震災の翌日、一人暮らしの母の安否を確認するために仙台市から100km弱の私の故郷、女川町御前浜に車を飛ばしました。第一回目の震源地は牡鹿半島東端137kmと言われていますが、女川はその牡鹿半島の付け根にあります。当初、物資の供給も兼ね往復し5日目に避難所にいた母に会うこ

とができました。

4月3日、貴協会の松村譲裕氏が被災地の視察に訪れ実情を知り、協会本部に連絡して下さいました。

まだ雪が降る寒さの中、電気も水道もなく身を寄せ合って暮らす被災者の中には、津波を逃れたにもかかわらず食料不足と低体温症で亡くなった人も少なくありません。風邪をひいている人が多く非常に厳しい状況の時、名古屋で保管していたというテントサウナを米田専務理事と若林事務局長が御前浜に運んで下さいました。3日後の4月6日のことです。このスピードには感激しました。協会の皆様への感謝の気持ちは言葉では尽くせません。

9か月過ぎた今も町の復興は進んでおらず、皆様からのご恩はお借りさせていただきますが、復興のあかつきには新しい女川の町と透き通った海を見に是非いらしてください。それまでの間、我々がどのように立ち上がって、どういう町づくりをしてゆくのか、見守っていただきたくお願い申し上げます。はなはだ簡単ではありますが、私のお礼の言葉とさせていただきます。

本日は自分の言葉で是非お礼を述べたいと御前浜か

ら千葉重雄さんと東海博文さんもお邪魔しました。おそらく日本で一番テントサウナに詳しいお2人です。

千葉重雄さん 東海博文さん

本来ならば部落の長が御礼に来るべきところですが、テントサウナに詳しいということで役員をやっております私がまいりました。思い返すと電気も水もない時、サウナが来た時には本当にうれしかった。それで使ってみると、温かくてえ有難くてえこんないいものかあ、とつくづく思いました。

石の熱を使って何かしたいと思って、サツマイモを銀紙で包んで石焼き芋をしたら、旨くって旨くって…。被災しながらこんなことで笑ったりしました。私らにとって、サウナは本当にありがたい物で、これは一生忘れられない思い出です。ありがとうございました。



左から阿部義浩さん、千葉重雄さん、東海博文さん

デモンストレーション承っております(什器類も貸し出し致します) お気軽にご連絡下さい

改良品登場

香り約3倍
使用量半分

酒風呂 極まる。

10L
¥9,800

本物の酒風呂『菊正宗 美人酒風呂』

日本酒ブランドの雄「菊正宗」が生み出した、「本物感」たっぷりの入浴剤です。菊正宗が織りなす豊かな日本酒の香りと、化粧品にも使用されている日本酒の「保湿成分」による、しっとりとした肌の仕上がりが大変好評を頂いております。

他店との差別化にぜひオススメさせて頂きたい商品です。

販売用もご用意

ニシカワヤ 株式会社

〒453-0839 愛知県名古屋市千代田区長茂町7丁目65-1

TEL 052-412-3059 FAX 052-411-8551

ホームページ www.nishikawaya.co.jp
 Eメール info@nishikawaya.co.jp

東京都協会

第1回ボーリング大会開催

東京都協会(吉田秀雄会長)は11月17日「第1回ボーリング大会」を東京ドームボーリングセンター(東京都文京区)にて開催しました。

今回は初の試みとして、会員相互の親睦と特に若い皆さんに参加していただくとのことで気軽にできるボーリングを企画しました。多彩なメンバーに参加していただき和気藹々とボーリングで汗を流し、終了後は隣接する後樂園飯店において表彰式と懇親会を行いました。

優勝は福日観光(株)の岸野肇氏、準優勝は(株)日祥商会の舟木優氏、第三位に福日観光(株)の小中久美さん、第四位に同社の高橋雅一氏と福日観光(株)の皆さんが上位を占め、参加者の絶賛を浴びていました。

懇親会では、皆さん久しぶりのボーリングの失敗談や、今後の行事予定など楽しい話題で和気藹々と歓談



し、次回の開催を楽しみに解散いたしました。

会場などの便宜を図ってくださった「(株)東京ドーム」並びに賞品などをご協賛いただきました「(株)秀斗」「全日本産業(株)」「(株)旅館ランドリー」「(株)白興」「(株)千代田」「東京ガス(株)」の各社の皆様に厚くお礼申し上げます。

神奈川県協会 勉強会

11月17日神奈川県協会(織茂明彦会長)はスカイスパYOKOHAMAにおいて第10回勉強会を実施しました。今回は、6月～10月までの前年同月比について7項目に分けて出し合い、つづいて近隣店舗の状況や自店の改装等での環境の改善やお客様の満足度を上げる方策等を報告していただいた。

また、女性スタッフにも参加していただき、女性ならではの視点もあり、参考になりました。この後、賛助会員を含めた懇親会は貴重な意見交換の場となりました。



愛知県協会 例会・懇親会

愛知県協会(森信仁会長)は12月8日(木)、岐阜県中津川市にある正会員店舗『クアリゾート湯舟沢』にて例会・懇親会を開催しました。例会は森会長他15名が参加し、各店舗の年末年始の取り組みや現状等の情報交換、来年の総会を成功裏におさめるための打ち合わせを行い、その後体験入浴をしました。翌日はゴルフコンペを開催。優勝は(株)和泉屋の水野周治氏、準優勝はオークランド観光開発(株)の松永尚忠氏でした。

新年会(賀詞交換懇親会)

恒例となっております賛助会員の皆様との賀詞交換懇親会を下記の日時で開催いたしますのでご案内申し上げます。お忙しいとは存じますが、新年の顔合わせでもありますので、万障お繰り合わせの上、ご出席賜りますようお願い申し上げます。どなたでも参加歓迎ですので希望者は事務局までご連絡ください。

日時／平成24年1月24日(火) 17:00～19:00

場所／「神楽坂 加賀」

東京都新宿区若宮町1-1 ☎03-3260-1482

会費／お一人様1万円 当日受付にてお願いします。

(キャンセルのご連絡は前日の16時まで)

「SAUNA・SPA」新年紙上賀詞交換会へのご出稿のお願い

本紙1月号恒例の新年紙上賀詞交換会を行います。下記の要領で広告原稿のご出稿おねがいいたします。

元氣回復・エステはサウナ・スパで……
株式会社 サウナ・スパ

代表取締役 **健康太郎**

〒000-0000 東京都千代田区〇〇〇
電話 03(5275)1541(代)

見本

- 掲載媒体：「SAUNA・SPA」平成24年1月号(15日付)
- スペース：タテ39mm × ヨコ80mm
- 掲載料：2万円
- 締め切り：平成24年1月7日(土)
(編集作業のため原稿は必着でお願いします)
- 掲載名刺見本(企業商品広告なども歓迎します)
※掲載データをお送りいただかない場合は、統一書体を用います。ロゴや書体指定がありましたら、カラーデータをメールでお送り下さい。
24年1月20日付でご請求させていただきます。

厚生労働省節電対策本部より

今冬、電力不足が懸念されるため
自主的節電にご協力をお願いします

今冬、関西電力・九州電力管内を中心に、電力不足が懸念されます。

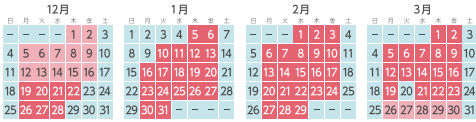
政府、電力会社におきましては、引き続き供給力の確保に最大限の努力をしていますが、それでもなお電力需要と供給力にはギャップが発生することが懸念されます。

大変なご迷惑をおかけしますが、電力不足による停電の発生を回避するため、ライフライン機能の維持や生産活動等に実質的に影響が生じない範囲で、以下の通り自主的な節電にご協力をお願いします。

(1) 関西電力管内の場合

平日9:00～21:00
(年末年始は12/29～1/4を除く)

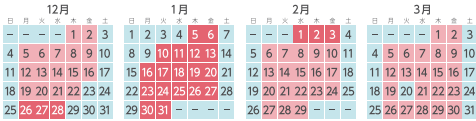
- 数値目標なしの節電
- ▲10%以上の節電



(2) 九州電力管内の場合

平日8:00～21:00
(年末年始は12/29～1/4を除く)

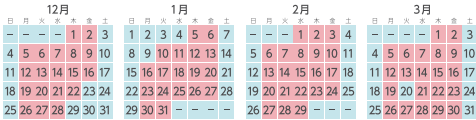
- 数値目標なしの節電
- ▲5%以上の節電



(3) その他の電力管内の場合(北海道、東北、東京、中部、北陸、中国、四国)

平日9:00～21:00
(年末年始は12/29～1/4を除く)

- 数値目標なしの一般的な節電



KIRIN

ビールは、
麦100%の時代へ。

※麦を原料とした「麦芽」を指しています。

麦100%は、
一番搾り

Asahi アサヒビール

Asahi 生 スーパードライ 350ml

SUPER "DRY"

洗練されたクリアな味、辛口。アサヒスーパードライ

ビール飲酒は20歳になってから。飲酒運転は法律で禁止されています。アサヒビール株式会社

コストダウンとスケール剥離
&
燃費削減

保湿、浸透作用

ナノテクによる
水燃料

一開発から24年目一

テクノ・オーシャン 検索

Tel.072-779-1475 Fax.072-779-1401

全国サウナ・スパ会議
講演抜粋サウナ浴がからだに及ぼす影響
循環機能、体温および消費エネルギーの変動

筑波大学 大城戸道生氏

入浴の水温と消費エネルギー

私は生化学が専門ですが、35年ほど前からサウナ浴が好きで興味もあったものですから、機会をとらえてはサウナ浴に関係する研究をしてきました。本日はその研究を引用しながら、サウナ浴と入浴の体に及ぼす影響について説明したいと思います。

入浴やサウナ浴では代謝が高まり、エネルギーを消費して減量できるというイメージがあると思いますが、熱いお湯に浸かるといったいどのくらいのエネルギーを消費するのでしょうか。まず浴槽に浸かると水圧により下半身の血液が心臓に一気に戻り、心臓が活発に働き、エネルギーをより多く使います。水圧により呼吸がややしくなるので呼吸筋もふだんよりエネルギーを使います。しかし数分もすればそれもある程度落ち着いてきます。

私が実施した「入浴の水温と消費エネルギー」の実験から説明いたします。図は、水温31度から43度の浴槽に10分浸かった場合の1分あたり平均消費エネルギーを表しています。37度のお風呂に浸かった場合の1分間の消費エネルギーは約1キロカロリーであり、43度という熱いお湯に浸かっても消費エネルギーは37度の時の1.5倍程度でした。それとは逆に、31度という温水プールの水温で浸かった場合は2倍以上のエネルギーを消費します。

サウナ浴での消費エネルギーは、サウナ室内が高温なので測定がしにくいところではありますが、お湯に浸かる場合に比べて体温はゆっくりと上昇します。また、自分のからだの姿勢を支持するためのエネルギー

を使う点を考慮すると、サウナの方がお風呂に入るよりもわずかに多くのエネルギーを使うのではないかと考えています。

入浴で減量するには運動を組み合わせないと目的は達成できませんが、そんなに長く浸かってもいられないので、減量するには温水プールでの水中ウォーキングが優れているようです。

ボクシング選手が減量のためにサウナを利用すると聞きますが、私は若い頃、ある実験で浴槽に90分入るだけで体重を3.5キロ減らしたことがありました。私たちのからだに血液は5リットルほどしかありませんから、からだから出た3.5キロ程度の水分は血液と血管外体液からその多くが汗として出たことになります。からだはその水分を補うことにより体重を回復するので、減量としてはほとんど効果がないに等しいのです。このように急激に脱水することは危険ですからやらないことが賢明ですし、発汗を伴うサウナ浴や入浴では、上手な水分補給が欠かせません。

サウナ浴や入浴は代謝を高めるだけでなく、良いホルモンを分泌する機会をつくる

冬は体表面が冷えやすく末梢血管の血液循環が滞りがちです。血液は体の老廃物を運び去り、栄養を届ける重要な働きをしているので、体表面の血流が滞る季節はからだにとってつらい季節であるわけです。そこで冬の健康法として注目されるのが温浴です。日に一回、サウナ浴や入浴でじっくりと温まり血流を促進することは非常に効果的な健康管理と言えます。ただし、サウナに入っても一定時間経たないと血流量が増えません。これは入浴や足浴なども同様で、しばらく温まった後に、体表面の血流量はグッと増えてきます。

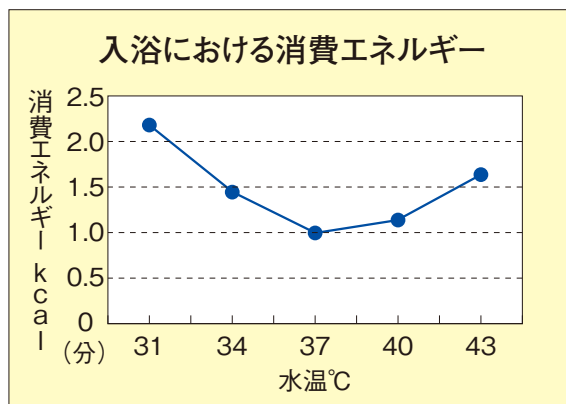
お風呂に入ると、「あ～極楽」といった幸せな気分になりますが、このときに、良いホルモンが分泌されま



す。神経の反応は短時間ですが、分泌されたホルモンは血液に入り、例えば1時間程度、体内を巡ります。これが体に良いのです。逆に、ストレス等が原因のホルモンの分泌を減少する働きもします。冬ならば、90度を超えない程度のサウナ浴、ややぬるめの入浴は、気分を快適にする働きをしてくれます。嬉しかったり、気持ち良かったりすると体調を良くするホルモンが分泌されるので、できるだけ快適な気持ちになることを多くしたいものです。また、冬は寒さで体が縮こまり筋肉が緊張しがちですから、体を温めることは気分を良くするだけでなく、緊張した筋肉をほぐして心身をリラックスするには打って付けです。

入浴の仕方として、私は半身浴をお勧めします。特に心疾患を持つ方はぜひぬるめの半身浴の習慣をつけてください。入浴2分までは半身浴、その後に肩まで浸かれば心臓への負担はかなり軽減します。浴槽から出るときも同じです。浴槽から勢いよく立ち上がるのではなく、30秒ほど半身浴をしてからゆっくりと立ち上がると、心疾患だけでなく立ちくらみなどの心配も軽減されます。この点からすると、サウナ浴は水圧がない分だけ、心臓の負担が少なく、ある国立大学のリハビリ専門病院では高血圧患者の治療にサウナ浴を用いております。

寒い季節は風呂上りからからだに付いた水滴が気化熱として皮膚表面を冷やします。サウナ浴や入浴後は油断すると体温を下げることになります。汗や水滴、髪の毛の水分を早めにとり、体温を管理しましょう。



「健康を阻害するのはストレスの蓄積です、ストレスをためこまない為にはリフレッシュが必要です。女川の皆様もおっしゃっていましたが、サウナはとても良いコミュニケーションの場となり、ストレスを軽減します。サウナの良い環境を提供して、国民の健康にいっそう寄与しましょう。被災者の方々のご健康、ご臨席の皆様のご多幸、サウナ・スパ協会に關係する皆様のご発展を祈念して乾杯！」
協会顧問の植田理彦先生の乾杯のご発声により午後6時から懇親会が開催された。



ニュージャパン観光(株)での30年を語った土肥英雄氏の講演は、笑いの中に教訓が含まれる余人にはできない語りに皆引き込まれ、一時間では短すぎるの聲があがった。そのため続きは別の機会を設けることとし、内容は最終的にまとめてから公開される。次回講演の予定は決まり次第本紙面に掲載する。

全国サウナ・スパ会議
講演抜粋

誰にでも簡単にできる最新の レジオネラ属菌検出法

新潟薬科大学 客員教授 佐藤征也氏

もともと私は感染症、ウィルスの検出といった医学関係の研究をしてまいりました。その間インフルエンザのA型であるかB型であるかがすぐにわかる試薬を開発し、その技術を応用することで、レジオネラ属菌の簡便な検出方法の開発が実現したというわけです。

インフルエンザは1万人感染して死亡するのが1人に対して、レジオネラ属菌は感染者の約1割が死亡するという恐ろしい菌です。温浴施設の浴槽水からレジオネラ属菌に感染した場合、温浴施設側に多大な額の賠償責任が課せられる判例も多く出ており、施設としては安全管理を徹底すべき問題です。しかし事故が絶えず、去年は47人が亡くなっており、今年10月の段階で675件の届け出があり、すでに30数名の方が亡くなっています。

全国のレジオネラ症届出件数



施設の多くはレジオネラ属菌は塩素でたたけ、と思い込んでいるようですが、浴槽や配管などのヌメリのバイオフィルム中のアメーバーに住み込みレジオネラ属菌までは塩素を濃くしても届かないのです。ですからバイオフィルムを徹底的に取り除き除去することが必要となるわけです。ただ、それでレジオネラ属菌が除去されたかどうかの確認方法がありませんでした。

日本の健康社会を作った最も大きな力は温浴療法であると考えられるにもかかわらず、お風呂に入って感染症で亡くなる方がいるなんて、あってはならないことです。これは施設関係者だけの問題ではなく、我々研究者としても力を合わせて解決すべき問題であると考えました。そこで開発したのが、日常の自主管理としてレジオネラ属菌検出手軽に行える検査キット「レジオサーチ」です。



「レジオサーチ」の測定原理

イムノクロマト法(ラテラル法)

濃縮検体浸漬後
約15分で判定

病原微生物検査法での迅速・簡便

実物写真

これまでレジオネラ属菌は一週間も培養しないと検出できないということで、いろいろな検出法が開発されていますが、コストや難易度の点から一般化されていません。そこで私は妊娠反応と同じような試験紙を開発しました。とはいっても、わずかなレジオネラ属菌では検出できないので、簡便な濃縮法と併用する必要があります。コストがかからず現場で使えるものとして、ろ過紙ごと溶液に溶かして

1000CFUを超えると危険ということで1000CFU/100mlを検出できるキットを開発しました。その後さらに100CFUを超えるものも検出できる方法を求められ、2段階濃縮を加えて50CFU検出できるようになりました。そこまで必要ないという専門家もいますが、2次濃縮までやっても3時間くらいで判定できます。現在は10日間ほどかかるうえコスト的には15,000円ほどのところが、この方法ですと1検体1500円ほどで検査できます。

こういうもので自主管理をできるようにすれば、温浴に対する安心感が高まり、さらに各所に普及するのではないのでしょうか。

また、温浴施設は年末年始などの繁忙期には休めません。浴槽をブラッシングして洗って乾かしてお湯を張る、といった作業は非常に難しくなります。その実情を知って、さらに私が必要だと思ったのは、軽量高性能全自動の浴槽清掃ロボットです。このロボットはイスラエル製で、お湯を張ったままで浴槽の底面だけでなく側面までブラッシングして、落ちた汚物は濾過袋で取り除いてくれる優れたものです。また、優れた殺菌効果を示す超微粒子強磁性ナノフェライトを不織布に塗布したナノフェライト(日本ナノフィルター社製)をロボットの濾過袋に使用すれば、塩素を使わずに自動的に掃除をしながら殺菌もできる、まさに一石二鳥方式で、レジオネラの殺し屋さんが誕生することになります。

浴槽の日常管理の提案としては、①定期的に浴槽のレジオネラを検査する。②バイオフィルムをできるだけ除くために、床面・側面を清掃吸引ロボットで掃除。③配管内のヌメリを専用洗剤で定期的に取り除く。

なるべく安価になるべく手軽に、現状に合わせた対策を多方面から講じることで、レジオネラ属菌感染症は間違いなく抑制できると考えています。

浴槽ロボット 優れたもの

底面清掃 壁面清掃 水際清掃

「ロックフェイスサウナ」「イズネス」

サウナ維新

サウナの主流はロウリュウサウナへ。
圧倒的な熱波がサウナ新時代の流れを、
人の流れを生み出します。

コンパクトながら熱波は強力。
デザイン性に優れた省スペース型。

ik i サウナ