全国浴場新聞

発行所
全国公衆浴場業生活衛生同業組合連合会
東京都千代田区東神田1-10-2
ＴＥＬ03(5687)2635
購読料　１部　100円

座談会　災害時支援体制検討会

地域での役割大きい銭湯

大規模な地震や風水害など自然災害に対して生衛業はどのように対処すればよいのか、「自助」「共助」「公助」といわれているが、九月一日の「防災の日」を前にして、自然災害に対しての取り組みなどについて語ってもらった。出席者は東京都生活衛生営業指導センター木川幸子専務理事、災害時支援体制検討会八木憲彦委員長、全浴連錢元伸一常務理事。

左から木川専務理事、八木委員長、錢元常務理事

―大規模な地震や風水害などの災害時に生活衛生営業関係者が地元自治体と連携しどのようなことができるのか、ということから東京都においては「災害時支援体制検討会」が立ち上げられましたが、その経緯と目的などをまず、お話いただければと思います。

木川　この検討会は元々国庫補助事業として平成19年度から始まっている事業です。生活衛生営業健康推進等事業の中のメニューのひとつといえます。国の考え方というのは国民生活に密着している生衛業が時代の要請に応じて、様々な課題に対応していくことは非常に大事なことで、地域の実情に応じた社会的役割を担っていくためには、国も何らかの支援をしていく必要ということの中で補助事業をすすめているところです。

例えば公衆浴場でいいますと、この他のメニューとしては健康入浴推進事業をしていただいていますが、それと同じ並びでの事業と考えていただければと思ってます。

この事業については、国がどのような内容を期待しているかというと、「災害時支援体制整備推進事業」といっていますが、大規模地震や風水害など色々な災害が起きる中で、国民に身近な営業を続けている生衛業の方々に、何か起こった時に地域で「共助精神」で様々な支援をしていただけるような活動をしてもらいたいというのが国の考え方です。

生衛業の方々が、災害時に地域の中でどのような役割を担っていただけるのか、その辺を地域の防災計画の中で有機的な連けいをとりながら支援計画を造ってもらい、そして実際に（災害が）発生した時に色々と活躍していただきたいと思っています。

さらに、もうひとつは耐震改修に関する情報提供事業といってますが、平成7年の阪神淡路大震災の時、5500人位亡くなってますが、多くの方々が建物がつぶれて亡くなっている状況があります。

営業するお店がこわれてしまっては何の支援活動も出来ません。その貴重な経験から、建物の耐震について事前に必要であれば改修をすすめてもらうためにしっかりとした情報提供をする、というのがひとつの目的です。

19年度から始まっている事業ですが、まだまだ全国的に普及していません。東京都は20年度からはじめてこの事業に取り組んでいますが、検討会の八木委員長とともに積極的に事業をすすめているところです。

八木　行政が防災を考える場合、何をまず考えているかというと地域の人達の安全・生命を守る、ということです。

誰もが言うことですが防災の基本は「自助」、「共助」、「公助」ということです。この3つがバランスよく保っていかないと、どれかひとつ欠けてもうまくいきません。

生衛業にたずさわる人達は「共助」の時に非常に力を発揮していただくノウハウが一杯ある。その辺の所を検討会を通じてある仕組み、あるいは生衛組合の人たちが独自によりよい考えを集め、そのような「共助」の仕組みを作れるキッカケの場になればと思っています。

その際に、まず「共助」といっても大震災の時、錢湯は勿論、自分自身が被災者になっては「共助」どころではありません。

まず、自分の所「自助」を抜きに「共助」は考えられません。それで最初に取り組んだのが耐震診断・改修制度です。

まず、自分自身の足元である建物を点検しようということでパンフレットを今年の三月に作りました。この制度を積極的に活用していただければ、と思っています。

建物の耐震については、ハード面ですが、現在行っているのは、それぞれの生衛業の人達が災害時に地域の皆さんにどのように手をさしのべる「共助」ができるのかということです。生衛業の中で公衆浴場で災害時に井戸を使って下さいといった具合に区市町村と協定を結んでいるところが目立っています。

また、特徴的だったのは錢湯は脱衣場、フロント前ロビーなど広いスペースがありますから、「災害時には活動の拠点に使って下さい」、また中には「宿泊、休憩場所に提供します」という錢湯もあります。災害時の支援協定を区市町村と結んでいる錢湯が多いですが、検討会を通じて、生衛業全体に広げていきたいと思っています。

錢元　木川さんから「自助」という話が出ましたが、耐震については20年度、都内の錢湯は25軒耐震補強工事が終了しています。煙突を取りこわして、ガス化しているところもあります。CO_2削減の面で東京都の助成もあり燃料をガス化している錢湯もあります。

錢湯の煙突は町のシンボルマークでしたが、耐震の面からは痛しかゆしといった感があります。

私の所（板橋区）では21年度耐震工事について都・区の補助併せて80％で、自己負担20％になっています。

ソフト面でいえば災害時の地元自治体との支援協定については、練馬区の場合「災害時における浴場の使用および井戸水の提供に関する協定書」が結ばれていまして、災害時の「入浴支援」も盛り込まれています。

区市町村との協定が結ばれている所でも、絵に書いたモチにならないよう自己点検すべきですね。

八木　災害時には電気・ガス・水道などが駄目になる。立ち上がる順番は電気が一番早い、そうなると浴場組合が井戸を使って下さいという協定を結んでいても、非常用電源があればそれにこしたことはないけど、1、2日待って復旧してポンプアップして利用できるという状況です。

生衛業との災害時支援協定については中には絵に書いたモチのようなところもあるのは事実です。やはり、各組合が地元自治体と結んでいる協定を訓練という形を通して動かすことが大事です。例えば代表的な浴場に協力してもらって、地域の人達とともにその水を使って訓練する。そうするとその協定の通りの手順で出来たとか、実態に合わないので見直さなければいけないとかの声が出てくる。やはり、その機会を通して協定の点検も必要です。

錢元　協定は必要ですが、八木さんのお話のように絵に書いたモチにならないよう、実効性の確保が一番大事です。浴場組合としても災害時に何が出来るかを考えて、関係自治体と連けいをとりながら取り組む必要があります。

八木　現在は自家風呂が普及するなかで、極端にいえば錢湯の存在すら知らない。そんな中で、「災害時協力浴場」の看板を出すとか「この地域に災害がおきた時、水を提供、また入浴も出来ますよ」ということを認識してもらうことは地域の防災力に重要なことです。

いざ！という時に生衛業はこれだけの働きができるというアピールも必要です。

港区の保健所で勤務している時、大島の三原山の大噴火があって、その時被災者の人達が施設に一時非難をしたことがあります。普段はどこの家にもあるのでありがたみを感じないのですが、避難者にとっては「まず、ゆったりとしたお風呂」というのが異口同音でしたね。災害が起きても被災者の入浴を確保するという仕組みづくりを痛感しています。

木川　災害時支援検討会としては2年目ですが今後、生衛組合の方々にフォーラムで集まってもらい、積極的な意見交換をしてもらいながら活動を続けていきたい。

八木　想定される大地震だけでなく、災害の数でいえば風水害も日本では数多くあります。検討会としては生衛業の皆さんに災害時の支援をお願いしたいと思っております。

西日本ブロック理事長会

西日本ブロック理事長会が八月十八日、午後一時から福岡市内の「稚加栄」で開催された（写真）。

鹿児島県組合田中理事長の「浴場経営を取り巻く情勢は厳しいが、組合員の創意・工夫で頑張りましょう」との挨拶のあと、西日本ブロック長である福岡県組合中島理事長の司会で早速、議事に入った。

①前払式証票（共通入浴券）の取扱いについて詳細説明があった。

②浴場経営の情報交換

県からの補助金が中止され組合員の廃業が急激に増え、社会問題になりつつある。住民パワーで嘆願書を作って署名して「風呂屋が無くなって困っている」と、運動を起こす必要があろうと思われる。（愛媛県組合井村理事長）

一昨年前からの重油高騰、そしてアメリカのリーマンショックの影響で不景気が続き浴場経営も厳しくなってきた。鹿児島は温泉があり、ビルの中に錢湯があるため、錢湯の場所がわかりにくいので、鹿児島県が5万冊錢湯マップを作ってくれる。組合でも別に錢湯マップを作っているが、これは指導センターより「町おこし事業費」として40万円の補助金が出る。この錢湯マップは、鹿児島のイベントの時にも配布する。（鹿児島県組合田中理事長）

③県市助成金状況

何か手を打たないと、このままでは浴場数は減る一方だ。以前は、錢湯に入って一日の疲れを取り、近所とのコミュニケーションの場だったがライフスタイル・ニーズの変化でコミュニケーションの必要も無くなりつつある。「下駄履きでいける距離にある庶民的な錢湯が必要だ」という事で行政からの補助金も出ているが、このままだと錢湯の存在価値が下がり補助金も減る事になる。（福岡県組合中島理事長）

＊【ノー家庭風呂デー】への考察

錢湯の存在価値を上げ、廃業者を少なくする為にも、一つの試みとして環境問題への取り組み「エコ対策」として【ノー家庭風呂デー】を、全浴連として取り組んではどうだろうか。各戸それぞれがお風呂を沸かすよりも皆が近くの錢湯を利用することでCO2排出量・湯水の使用量共に削減でき、環境の面でも、我々浴場経営の面にも良い。（中島理事長）

＊【子育て支援事業】

↓子供無料入浴

これからの錢湯の生き残りには子供を引き込む事が大切だ。世の中の動きが今「少子化対策」となってきているので、浴場業界も真剣に取り組んでいきたい「子供をたくさん入浴させるには錢湯としてなにをすべきか」と言うことだ。（井村理事長）

広島県浴では補助金は出ないが子育て支援事業として毎週土曜日・日曜日は、小学生以下無料入浴を実施している。（広島県組合沖本理事長）

「小学生以下無料」と言う宣伝文句が良い。福岡市では利用促進事業として年間事業時は、全て小学生以下無料入浴を実施している。街頭宣伝などもしている。（中島理事長）マスコミをうまく利用する事が良い。（井村理事長）

＊【デイ錢湯事業】

高齢化社会になりつつあるので今後は、錢湯が車を出し高齢者の送り迎えをする事が必要になるだろう。（中島理事長）

その後、活発な意見交換があり、午後3時に終了した。

小冊子作成「耐震診断・改修制度」

東京都生活衛生営業指導センター

（財）東京都生活衛生営業指導センターは生衛業の組合員のため、「上手に利用　地震も安心！耐震診断・改修制度」という小冊子をまとめたのでその主な内容を紹介する。

大切な命のため、そしてお店を守るため、耐震診断・改修をはじめましょう！

■従業員・お客さま・そして経営者の命を地震から守ります

阪神・淡路大震災では、約5500人の方が地震の直接的被害で亡くなっています。その犠牲者のほとんどは、建物の倒壊が原因なのです。もしも今、東京に大地震が発生したら…。あなたのお店は、大地震に耐えられる構造になっていますか？

大切な従業員、お客さま、そして経営者であるあなた自身の命を守るため、まずは「耐震診断」からはじめてみませんか？

■万全の地震対策があれば、スムーズに営業を続けることができます

お店の建物を耐震構造にしておらず、大地震で建物が倒壊、破損してしまったら…。たとえ人命に関わることがなかったとしても、営業開始までに莫大な工事費と時間を費やしてしまいます。耐震改修工事で地震に強い建物にしておけば、大地震のあとでもスムーズに営業を続けることができます。

たとえば…公衆浴場の場合、こんな助成制度が受けられます

錢湯を利用してくれるお客さまはどなたも長いつきあいの方たちばかり。「お風呂に入っているときに大地震が来ちゃったら、裸だから逃げるのも大変だよなぁ」「お客さまが安心して入浴を楽しめるお風呂屋さんにしたいわね」

ご主人と奥さんは「地震に強いお風呂屋さん」を目指して、耐震改修工事をすることにしました。錢湯の耐震工事には「応急的修繕」と「計画的修繕」の2通りの方法があって、それぞれ補助の内容が違うようです。

●応急対策として煙突と窓の補強などからはじめる場合

屋根の軽量化、割れたガラスによる危険防止措置、煙突と窓部の補強、簡易な耐震診断などは「応急的修繕」に分類されます。補助の対象になる経費の限度額は300万円。そのうち最高150万円が補助されます。

さらに、災害時に「地域住民への貢献活動をします！」という計画書を提出した場合には、補助限度額が最高200万円に引きあげられるのです。錢湯の無料開放や井戸水、生活用水の提供、避難所としての利用を許可するなど、錢湯ならではの貢献活動が期待されているんです。

●計画的に進める、比較的費用のかかる修繕をする場合

洗い場・脱衣室などの補強で比較的費用のかかる修繕は「計画的修繕」に分類されます。補助の対象になる経費の限度額は1000万円。そのうち最高500万円が補助されます。そのほかにも、区や市が行う補助制度や、都の改善資金利子補助などを利用することも可能です。

まとめ

「うちの錢湯も古いからな、まずは応急的修繕からはじめてみるか？」「あら、せっかくだから応急修繕じゃなくって洗い場も脱衣室も丈夫な作りに改修してみない？」古い錢湯が「安心して入浴を楽しめるお風呂屋さん」に変身するのも、遠くはなさそうですね！

山口県豪雨で被災者の無料入浴

七月二十一日、山口県地方の大雨による被害の発生において、多数の方が避難し継続的に支援が求められている中、山口県組合（吉本太一理事長）では被害が最もひどかった防府市にある桑の山温泉が被災者、ボランティア等の方々に無料入浴を実施している。

集中豪雨による土石流の発生は特別養護老人ホームや一般の民家にも大きな被害が及び、被災者は不自由な生活を強いられている。このような状況下での浴場無料開放は被災者、関係者からは非常によろこばれている。

自然災害の多い我が国において、緊急時の対応として公衆浴場が多くの被災者及び現地の支援者等に入浴の機会を確保し、保健衛生の向上に寄与できるよう今後とも自治体等と連携し、積極的にかかわっていくことが求められよう。

春潮

昨年、横浜駅より歩いて七、八分の所にある女子高校の先生から電話があり、錢湯について話を聞きたいということで、あるスーパー錢湯並の浴場に、先生をはじめ生徒さん八名と一緒に訪問した。昔も今も錢湯は身近なコミュニケーションの場であり、子供達にとっても、人に迷惑をかけないための躾の場でもあるとか、最近では建物の老朽化や後継者難などで、厳しい経営を強いられている等の話をした後、フロントのある広い休憩室から脱衣室、そして野天風呂をはじめいろいろな風呂を見てもらった。帰りに「錢湯に行ったことのある人いますか」と聞いたら、全員一度も無いという事で、「それでは風呂に入りたい人はいますか」と聞いたら全員入りたいと大変喜んで入浴していた▼四年前、横浜国大の女学生が訪ねて来られ卒業論文【横浜市における錢湯の変遷とその要因】を制作中なので参考になる資料があればということで、全浴連三〇年史、公衆浴場史などをお貸した事があった。この学生さん、風呂が大好きで卒業後は先生になりたいと話していた。この学生が教壇に立って「風呂に入ると肉体的にも精神的にもリフレッシュして、新たな活力が湧いてくるのよ」と、風呂の効能を話してくれているかも知れない。

まごころで奉仕する
東浴信用組合

◎半自動サッシのエバト
◎特許フィルム防水カガミ
ヨゴレの少ない、ピカピカのカガミ
株式会社 江波戸硝子産業
〒111－0056 東京都台東区小島1－4－17
TEL 03-3861-1636　FAX 03-3861-1638

濾過機
湯……超音波
バイブラ
設計・製造・工事・サービス
技術の日東
日東製作株式会社
東京都葛飾区金町４－４－１
電話　東京（03）3607－0800㈹

みんなで入ろう、全浴連の生命共済事業

全浴連の生命共済

生命（災害）共済制度は、全浴連が都道府県組合と協力し、公衆浴場業に従事している方々のための相互扶助事業として、実施しているものです。

その内容は、加入者の病気死亡・災害による死亡、障害、入院、通院の保障・積立共済金のある相互共済です。

―主な内容―

▲共済金の給付

1、死亡共済金
2、災害死亡共済金
3、障害共済金
4、入院共済金
5、通院共済金
6、積立共済金

▲加入資格

都道府県組合の組合員とその家族、一般従業員で、健康に就労している満15才～64才までの者とし、加入者一人につき、一～三口まで選択加入することができます。

加入後は、加入時の口数で75才に達するまで継続加入していることができます。

▲共済掛金

加入時の年令により、掛金がちがいます。

	1口について月額掛金
15才～39才	一七〇〇円
40才～59才	二五〇〇円
60才～	三〇〇〇円

（上記掛金のうち1,000円は積立へ）

六ヶ月分まとめて年二回の集金です

全国公衆浴場業生活衛生同業組合連合会

福岡市支部でユニークな取り組み
〝銭湯〟川柳表彰式

福岡県組合福岡市支部では七月十五日から二十日まで浴場まつり「〝銭湯〟川柳の日」を実施した。選考会の結果、最優秀賞一名、入賞九名を決定し、八月二十一日に表彰式を行なった（写真）。

組合では利用者の拡大を図り、銭湯経営の安定と活性化を図るため「〝銭湯〟川柳の日」を一昨年から実施している。

川柳投稿者は投稿一作品につき期間中、入浴料が百円引きで、その結果、154作品が集まった。入賞作品は次の通り。

《最優秀賞》
銭湯は　文化のひとつ
消さぬよう

《入賞》
銭湯に　通い続けて30年
カレンダー　26の日
○をつけ
一日の　シメはやっぱり　銭湯で
銭湯に　いきもかえりも　夫婦連れ
銭湯で　鼻歌出てくる
「いい湯だな♪」
銭湯の　政治話に　はなのさき
嫁姑　銭湯で仲よく
湯があふれ
音痴でも　エコーが良く効く　湯舟かな
メタボには　銭湯体操
メッチャいい

セントウ紀行
東京都板橋区「アクアセゾン」
四季折々の湯を提供
家族で楽しめる設備

池袋駅から東武東上線に乗り、ときわ台駅で下車して歩いて約10分、公園に面した所にめざす「アクアセゾン」があった。

「春は桜、夏はジャブジャブ池と緑、イチョウと四季折々の楽しみがある小公園に面した銭湯ということから『アクアセゾン』という屋号にしました。セゾンはフランス語で、英語ではシーズンですが語呂が良いのでセゾンとしました」と開店前の準備のため、フロント前のロビーを掃除していたご主人の松本久爾男さん。

元々の屋号は「タカラ湯」で、昭和28年に現在地で開業した。

「足立区の北千住にあるタカラ湯はいとこがやってまして、私は千住生まれの、ときわ台育ちです。父は昭和51年に57歳で亡くなったため、長男である私が後を継ぐことになりました」と語る二代目の松本さんは昭和27年2月生まれの57歳。

平成10年に借金して全面建て替えをしたが当時は悩んだ、という。

「銭湯の将来を考えて、廃業も考えたこともありました。でも納得できないこともあり多額の費用をかけて再投資しました。その時に考えたのは、これからの銭湯は単に体を洗うだけの一辺倒では自家風呂が普及しているから駄目で、プラスアルファの設備を取り入れて利用客に喜んでもらわないと、と思ったのです」と浴室を案内しながら話す松本さん。

実母散薬湯、ぬる湯の桧風呂、バブルバスなど豊富にあるが、湿気の多い「ロッキーサウナ」が、都内の銭湯では第一号。他にも遠赤外線サウナもあるが浴室は女湯と男湯が週ごとに入れ替わる。

また、歩行浴は小さなプールほどありお年寄りに人気がある。湯上がりには広々としたロビーで生ビール、ジュースなどのドリンクをはじめスナックなどもそろえられている。

「家族づれのお客さんが多く、日曜日は子供さんが大勢来て、ここで駄菓子を買ってくれ、お父さんは生ビール、といった具合に楽しんでくれています」と顔をほころばす。

板橋区内では銭湯が昨年6軒廃業して現在では43軒という厳しい環境下におかれている。

ご多分にもれずスーパーセントウは、「風呂の王様」「スパディオ」「さやの湯」等が3軒あり、その影響は大きい。「さらに当湯から歩いて3分位の所に入浴施設を完備したスポーツクラブがあり、運動で汗を流したあと入浴が出来て会員になると月二万円位という施設が出来たことが痛いですね」と話す。

しかし、プラス指向の松本さんは「全面リニューアルして11年目になりますが、一時は廃業を考えるほど悩みましたが、現在では地域の人達に愛されている湯を提供していると満足しています。切り盛りは、私達夫婦と息子（30歳）でしてますが、幸わい後継者の心配もなく、スーパーセントウのスケールとは比較になりませんが地道に銭湯を続けていきます」と頼もしい二代目である。

東京都板橋区常盤台三丁目十四番六号☎〇三（三九六七）四二二六

山梨県組合ＤＶＤ作成
「お風呂での健康体操」

山梨県組合と山梨県生活衛生営業指導センターは、「手軽に出来るお風呂での健康体操」というＤＶＤ（写真）を作成した。

「銭湯は私達の一番身近にある水中体操の場です。健康入浴のためにもこのＤＶＤを利用して、実践して欲しい」（県組合）としている。

大阪府浴立春俳句会

白玉の言葉を拾ふごとすくふ　谷下　一玄

朝顔や添竹といふ強きもの　阿戸　敏明

みほとけに晩涼の燭運ばるる
蟻の列はぐれしは呼びもどさるる　林　なつを

鷺草を翔たせてみたき夕茜
へくそかづら散り放題の勅使門　奥野　千秋

守宮出て玻璃に今宵も物思ひ
笛の音や夕べにきいて涼しかり　河隅　恵子

踝（くるぶし）に脱ぎ余してや今年竹
もてあそぶにあらず白玉追ふ子かな　北浦賀代子

朝顔の数を増やしてひとりかな
朝顔に裂けてゆく力ありにけり　中江　司郎

来客と見れば猛りて羽抜鶏
寝そべりて舟押す黒衣夏芝居　明円のぼる

墓洗ふ一男一女なりしかな
夏蝶の墓をひらりと越えにけり　安川恵美子

こぼるるも揺るるもありて萩の風
男ごえ女声して萩の寺

各都道府県組合事務所・代表者

平成21年９月１日現在

	県名	代表者名	〒	事務所所在地	電話番号
北海道・東北	北海道	小西廣幸	060-0042	札幌市中央区大通西16-2	011-611-9341
	青森県	本多輝夫	030-0812	青森市堤町2-6-9	017-735-3853
	岩手県	山屋　隆	020-0025	盛岡市大沢川原3-1-2	019-622-3528
	宮城県	後藤　登	980-0011	仙台市青葉区上杉5-1-12 後藤コーポ109号	022-213-4911
	秋田県	星野榮一	010-0877	秋田市千秋矢留町1-19	018-832-5231
	福島県	門馬浩二	960-8057	福島市笹木野字笹木野原4-140 三浦内	024-591-4265
関東甲信越	栃木県	星　良行	323-0025	小山市城山町2-5-21 幸の湯内	0285-25-0356
	埼玉県	野内正剛	330-0063	さいたま市浦和区高砂2-1-5	048-822-5400
	群馬県	吉岡藤吉	376-0031	桐生市本町1-4-35 一の湯内	027-744-4704
	千葉県	田中祐治	260-0854	千葉市中央区長洲2-9-6	043-222-3858
	東京都	関　稔幸	101-0031	千代田区東神田1-10-2	03-5687-2641
	神奈川県	高橋清隆	232-0022	横浜市南区高根町2-10	045-231-3341
	山梨県	古屋育男	400-0851	甲府市住吉4-6-23 ふじ温泉内	055-232-1081
	長野県	夏目正也	380-0805	長野市柳町64 東の湯内	026-232-7208
	新潟県	齋藤喜八郎	951-8054	新潟市中央区礎町通り上1ノ町1926	025-222-2923
東海北陸	静岡県	小長井　正	420-0042	静岡市葵区駒形通3-2-1 桜湯内	054-252-8938
	愛知県	林　徳男	460-0012	名古屋市中区千代田3-9-14	052-322-5735
	岐阜県	稗田益弘	500-8314	岐阜市鍵屋西町1-75	058-252-1457
	三重県	田中茂毅	514-0006	津市広明町345-5 三浴ビル	059-228-4240
	石川県	松永日出男	920-0912	金沢市大手町2-22	076-221-2372
	富山県	吉田秀治	930-0039	富山市東町3-2-17	076-421-3968
近畿	福井県	佐藤充美	910-0026	福井市光陽4-2-26	0776-22-2761
	滋賀県	多賀健治	520-0806	大津市打出浜13-22 滋賀県生衛会館内	077-524-8554
	京都府	小中晃司	604-8381	京都市中京区西ノ京職司町63	075-801-1301
	大阪府	浦田　充	543-0071	大阪市天王寺区生玉町9-3	06-6772-3112
	兵庫県	月山昇商	650-0011	神戸市中央区下山手通7-1-21	078-341-2475
	奈良県	山崎美隆	630-8123	奈良市三条大宮町1-12 奈良県生衛会館内	0742-35-5026
	和歌山県	桝谷久雄	640-8033	和歌山市本町6-50 本町温泉ビル2F	073-428-3373
中国	岡山県	空中隆博	700-0822	岡山市表町3-18-52 民生会館内	086-232-0976
	広島県	沖本範文	730-0856	広島市中区河原町1-26 広島県環衛ビル5F	082-293-7848
	山口県	吉本太一	750-0051	下関市大坪本町24-10	0832-23-3739
	鳥取県	松本正嗣	680-0833	鳥取市末広温泉町401 日乃丸温泉内	0857-29-0955
四国	香川県	山本和雄	761-0062	高松市塩上町2-5-22	087-835-9123
	愛媛県	井村勝利	794-0059	今治市鯉池町2-1-7 鯉池温泉内	0898-22-4819
	徳島県	新田　靖	770-0905	徳島市東大工町2-29 川原ビル2F	088-653-0755
	高知県	森澤林平	780-0915	高知市小津町3-30 城下湯内	088-872-7652
九州	福岡県	中島勝美	810-0002	福岡市中央区西中洲11街区13号	092-761-3612
	長崎県	松井末寿	850-0903	長崎市寄合町2-27 山頭温泉内	095-826-7045
	大分県	宮崎奉治	870-0016	大分市新川町1-7-37 河原内	097-532-9745
	熊本県	徳山法充	861-5347	熊本市河内町船津2712 かもと湯内	096-276-0240
	宮崎県	新原正人	889-4304	えびの市大字上江740 田代温泉内	0984-33-4475
	鹿児島県	田中秀文	892-0815	鹿児島市易居町3-28 ヘルスプラザビル4F	099-225-2683
	沖縄県	－	－	－	－

日本政策金融公庫（生活衛生資金貸付）貸付利率表

（会社及び個人）　平成21年８月12日現在

融資の種類			利率（注1，2）
一般貸付	下記以外の設備資金		2.20 ～ 3.70 %
	設備資金	特定の設備（観光圏関連設備資金、省エネルギー設備資金、衛生設備　等）	1.30 ～ 3.40 %
		特例貸付：健康・福祉増進関連事業施設、環境対策等関連施設	1.30 ～ 2.45 %
	一般公衆浴場施設・設備		1.00 ～ 2.30 %
振興事業貸付	設備資金	振興事業施設のうち特定設備	1.30 ～ 2.50 %
		振興事業施設のうち特定設備以外のもの	2.20 ～ 3.40 %
		振興事業施設のうち特定設備であって、事業計画策定者（注3）にかかる資金	1.05 ～ 2.25 %
		特例貸付：健康・福祉増進関連事業施設、環境対策等関連施設、事業安定等施設	1.30 ～ 2.40 %
	運転資金	振興計画に従って営業を営むのに必要な資金	2.20 ～ 2.40 %
		事業計画策定者にかかる資金	1.80 ～ 2.00 %
		標準営業約款登録営業者にかかる資金	1.80 ～ 2.00 %
		事業計画策定者であって、標準営業約款登録営業者にかかる資金	1.55 ～ 1.75 %
生活衛生関係営業経営改善資金特別貸付			1.90 %
生活衛生セーフティネット貸付			1.80 ～ 2.50 %
衛生環境激変対策特別貸付			1.30 ～ 2.40 %

（注1）貸付利率は金融情勢によって変動しますので、適用利率（固定）は、記載されている利率とは異なる場合があります。
（注2）貸付利率は貸付期間・使途等により異なります。
（注3）事業計画策定者とは「振興事業に係る事業計画書」を策定し生活衛生同業組合の検証を受けた者をいう

あなたの銭湯は大丈夫ですか？
浴場組合総合補償制度

浴場施設内の不備で・・・（鏡やタイルが欠けていた事で）お客さんがケガをした等 お客さんが被った損害を補償します。

仕事中の事故・・・（清掃中、洗剤でお客の衣類を汚す）（浴槽にあやまって熱湯を入れた等）お客さんが被った損害を補償します。

お客さんの預かり物・・・（預かった時計、メガネ等を壊す）（預かった時計、財布等を盗まれる）（ロッカー内の携行品が盗まれる等）お客さんが被った損害を補償します。

コインランドリー内の事故・・・（ランドリーの不備でお客さんがケガ）（ランドリーが壊され売上金が盗難）（壊されたランドリーの修理費用等）お客さんのケガや、損害を補償します。

※ レジオネラ感染症による事故にも対応しています！

（お問合せ先）
財団法人 全国中小企業共済財団（取扱代理店）
〒102-0093 東京都千代田区平河町 1-4-12　TEL03－3264－1511
平河商事 株式会社（取扱代理店）　TEL03－3264－6493

（引受保険会社）
共栄火災海上保険株式会社
浴場組合事故受付デスク
フリーダイヤル おふろ は至急！
0120－026－849

ホームページ開設都道府県組合

都道府県組合名	ホームページＵＲＬ
全国公衆浴場業生活衛生同業組合連合会	www.1010.or.jp/zenkoku/
北海道公衆浴場業生活衛生同業組合	www.kita-no-sento.com
埼玉県公衆浴場業生活衛生同業組合	www.d7.dion.ne.jp/~saiyoku/
東京都公衆浴場業生活衛生同業組合	www.1010.or.jp/
神奈川県公衆浴場業生活衛生同業組合	k-o-i.jp/
新潟県公衆浴場業生活衛生同業組合	www.niigata268.com/
愛知県公衆浴場業生活衛生同業組合	www16.ocn.ne.jp/~aiyoku/
石川県公衆浴場業生活衛生同業組合	dimp.net/sento
富山県公衆浴場業生活衛生同業組合	www.furoya.or.jp/
滋賀県公衆浴場業生活衛生同業組合	www.shigalife.or.jp/yokujyou.html
京都府公衆浴場業生活衛生同業組合	www.kyoto1010.or.jp
大阪府公衆浴場業生活衛生同業組合	www6.ocn.ne.jp/~osaka268/
兵庫県公衆浴場業生活衛生同業組合	www.hyogo1010.jp
岡山県公衆浴場業生活衛生同業組合	www.optic.or.jp/SENTOO-OKAYAMA
広島県公衆浴場業生活衛生同業組合	www.1010hiroshima.com/
山口県公衆浴場業生活衛生同業組合	www3.ocn.ne.jp/~yamayoku/
鳥取県公衆浴場業生活衛生同業組合	www.vzone.co.jp/spa/
高知県公衆浴場業生活衛生同業組合	www.seiei.or.jp/kouchi/sento.html
鹿児島県公衆浴場業生活衛生同業組合	www3.synapse.ne.jp/kagosima1010/

広場

「金融機関の取扱商品の廃止と定期積金」今、見直したい定期積金の商品性

山田　博史

高度成長期、金融機関は「利鞘収入」だけで経営は成り立っていた。手数料収入は、小切手帳やキャッシュカード等の発行・再発行に係る原価コストであり、本業で充分収益をあげられたのである。しかしバブル以降企業が金利負担軽減を図るため預貸金の相殺を行い、借入需要自体も減少したために、総貸出金額は激減した。金融機関は本業による収益の見通しが厳しくなり、収益構造が回復しないことが予想されたために、第二の収益源を探さなければならなくなった。

そこで「投信」の販売が始まり、「外貨預金」や「個人年金保険」といった商品の取扱が始まったのである。従来手数料収入と言われ、副収入のような扱いだったものが、「役務収益」又は「フィー・ビジネス」といわれるようになり「預貸金利鞘収益」に並ぶ第二の収益源として重要となってきた。

いかに「役務収益」を増加させるかは金融機関最大の戦略にもなったのである。お客さまのニーズにお応えするという大前提に商品やサービスの種類は増加の一途をたどることになった。

しかし、この間、金融機関の人員は減少し、職員一人ひとりの負担は年々大きくなっていった。マンパワー不足に加え「商品も複雑化し、帳票や確認事項など覚えきれない」という状況に追い込まれている。しかも販売に際し顧客保護のもと、「金融商品販売法」に則った、販売方法・商品説明が求められ、その資格・知識習得・研修にも多大な時間を割かなければならない結果となってきている。一時期は収益の担い手として登場した新商品も、今では金融機関によっては、年間販売実績「0」という商品も珍しくない。「MMF（マネー・マネージメント・ファンド）」や「個人国債」「変動金利型定期預金」など、証書が埃をかぶっている状態である。

そこで今、中小金融機関などで商品やサービスの取扱を終了する動きが相次いでいる。中小金融機関はメガバンクに対抗し、「全ての商品を品揃えする愚かさにやっと気付いた」。取扱件数の少ない商品は、職員の商品知識も乏しく「トラブルを誘発する可能性も大きい」。廃止する対象商品は、前掲の他に「定期積金」「金地金販売」「旅行小切手（T／C）」など。顧客ニーズや取扱件数が少ない商品などを見直し、採算性を重視して業務の効率化を進めるものである。システム更改時期に、販売終了に踏み切る中小金融機関が多い。

「約100種類の商品・機能の改定・廃止」を予定しているところもある。

ただ、定期積金については、「顧客と金融機関を結ぶ有効で重要な商品」とする金融機関は多い。定期積金はやはり中小金融機関の強みの一つである。毎月、顧客と顔を合わせ言葉を交わすことは、「顧客を知る」「情報を伝える」貴重な接点であるからだ。暮らしや事業を知っていればこそ心に響く会話、的確な提案ができるのである。

しかし商品の多様化と得意先係の減少は金融機関職員の多忙感を生み、その本来の強みが弱みとなっている。訪問先の奥様が還暦を迎えても「年金の手続は？」と聞くこともなく、訪問先の家が老朽化していても、リフォームや住まいについての投げかけもないのが現状である。今一度「定期積金」本来の商品性を見直し、理解し、有効的・効率的に活用することは、商品の種類を増やすより、よほど顧客ニーズに応えるものではないだろうか。

（東浴信用組合　監査部長）

投稿　「ノー家庭風呂デー」への考察

中島　勝美

梅雨が明けたとたんに35℃の猛暑。庭のブーゲンビリヤの木には、蝉の大合唱。夏は暑く、冬は寒い自然の摂理。然し近年は少し変だ。【地球温暖化が進むとすれば】との前提にたったシミュレーションが、新聞・マスコミ等で発表されている。業界も変わり昭和40年代高度経済成長時代をピークにして、現在の業者数は約四分の一となり、正に危機的状況と認識せざるを得ない。

環境問題・CO_2排出値を考察してみよう。

鉄道は1人、1㎞走るのに18gのCO_2を排出・自動車は同条件下172gCO_2を出す（約1／9エコ）・地下鉄はバスのCO_2排出量の1／3（エコ）・自動車の1／9（エコ）と宣伝している。

我が銭湯と家庭風呂の湯水使用量を比較すると、銭湯は1人当たり40ℓ・家庭風呂は80ℓで約1／2（エコ）シャワー10分間で120ℓ使用すると言われている。この数値からみても、如何に銭湯がCO_2排出減少・環境面で優れているかがわかる。

公衆浴場（銭湯）の再生策については、種々、考え方・手段・方法はあろうが今回は、環境問題の面から【フーカーデー】がある様に【ノー家庭風呂デー】の設置を提唱し、集客力の増加を求め、その実現方に努めてみたい。その実現には勿論、業界だけでなく、行政・関係機関団体等との折衝協力が必要である。

現代は、さまざまな情報を共有できるユニバーサルアクセスの時代であり、業界の方々も多種多様な企画考え方・活性化に努めておられる事と考える。その実行力・アプローチに違いはあってもその潮流が一つになり、一歩一歩前進していくことが業界の閉塞感を打ち破り再生の礎となることと確信する。

《雨垂れ石を穿つ》雨の一滴一滴は微少でも一つになれば石にも穴があく譬のごとく強力な力となる。

一日も早く《明るい街のオアシス》となれと、今日も蝉時雨が合唱する。

（福岡県組合理事長）

今月の詩

小谷　早苗

節約

ボロアパートにすむ30歳代のわたし
夫はとてもケチ
車には乗らず週末は徒歩で激安スーパーにはしご
拾った大根の葉は持ち帰っておかずに
電気は
もったいないと部屋は真っ暗
夏
体が煮えるように熱くてもエアコンは
つけず
トイレは風呂の残りで流します
もちろん帰省は夜行バス
そんなに節約してどうするのと
きけないわたし
でも
人間の力って自分で思っているより強
いのかもしれない
自分では気づかない力をどこかで
隠し持っているのかも。
最後に
思わぬことが起こってすべてが
うまくいくかもしれない
そうは言っても人並みのご褒美がほしい
暗い部屋が明るくなればわたしへの
愛も
節約するのではとむなしい日日

（鳥取市・元湯温泉）

風呂屋のオヤジの番台ブログ

入浴時間は無制限です

星野　剛

時折見えてサウナに入られる女性（ヒト）、六〇ぐらいかな。シャリシャリっとした方である。エッ、シャリシャリってどういうことだって？　ウンそう、ちょっと利かん気の感じられるヒトってとこかな。もちろん、いい意味でだよ。誤解しないでね。

ま、表現はさておいて、アタシいつものように「ゆっくり入ってください」と言ったんだな。このセリフ、お出でになるお客さん全てに言うのがアタシの姿勢であり、今日ビの銭湯はゆっくり入ってもらわなけりゃ価値観がわからないと思っているもんでね。

大方のお客さんはフロントの営業だと心得てサラッと聞かれている。中には「ありがとう」とご丁寧に言われた。「今日は忙しいからゆっくりなんかしていられないんだ」と。続いてはご自分の腕時計をちょいとみてつぶやいた。

「今七時か。九時から用があるんで二時間しかゆっくりしていられないから二時間ですかあ。そういえばこのヒト、いつも忘れた頃に上がってくるんでしたなあ。平均所要時間は三時間余ですかな。そうすりゃ二時間はゆっくりの範囲にゃ入りませんよねえ。

風呂屋はね、今言ったように「のんびり・ゆっくり」湯を楽しんでいただくことが本意ですから、三時間が長いなどとは申しません。料金をいただけば入浴時間は無制限ですし、急いで二時間、ゆっくりして三時間―、一向にかまわんです。長いから延長料金など頂きません。かといって短いから割引料金なんていう制度もありませんがね。

その昔はね、そう昭和四〇年代前半までしたかなあ。とにかく風呂屋は込みに込んだんです。何しろ自家風呂なんか一般家庭にはありませんから、風呂は銭湯に入るものだったんですな。お客さんが連日押すなでしたよ。今の若い人に考えられないでしょうがほんとなんです。

ですから風呂屋はお客さんに対して程々威張っていましたなあ。「風呂へ入れてやる」てな姿勢も少なからずあったもんだから、客の回転を早くするために長湯や湯水を多く使う人は敬遠したり、なんとも横柄な商売をやってたんですよ。

ところがねえ、四〇年代後半から自家風呂がどんどん増え、風呂屋の必要性がこれまたどんどん薄くなるにつれ、当然、風呂屋のオヤジの営業姿勢も変わってきますよね。「入れてやる」から「入っていただく」と一八〇度の転換ですな。考えれば客商売の原点に戻ったということなんでしょう。それとともに「湯が有ればよかった」時代から「湯を楽しむ」時代へと価値観も大きく変わってきたんです。現在は自家風呂の有無にかかわらず、町の湯処として楽しむお客さんが見えてくれますから有り難いことです。

そこでシャリシャリ？　さんねえ、いつもの三時間から今日は二時間で一時間の不足になりますな、ですから今度お出での節は一時間プラスして四時間をゆっくりゆっくり入ってください。しかしノボセないようにご注意してくださいね。

（東京都組合）

天然ガスがひらく未来 ―― エネルギー・フロンティア TOKYO GAS

天然ガスは、温暖化対策にも大きく貢献しています。

都市ガスは石油よりクリーンで環境を守ります。
天然ガスは、石油や石炭に比べ燃焼中のCO2排出量が最も少ない化石燃料です。我国は2005年4月に「京都議定書目標達成計画」を策定。この計画には天然ガスを利用したさまざまな温暖化対策が盛り込まれています。

東京ガス株式会社
都市エネルギー事業部　法人営業第二部
TEL.03-5400-7770（浴場担当）

簡単・確実・安心だからあなたにも配管洗浄が行えます！　レジオネラ属菌対策に!!

グッドジョブ **配管洗浄剤**（内容量：15.4kg/2t用）

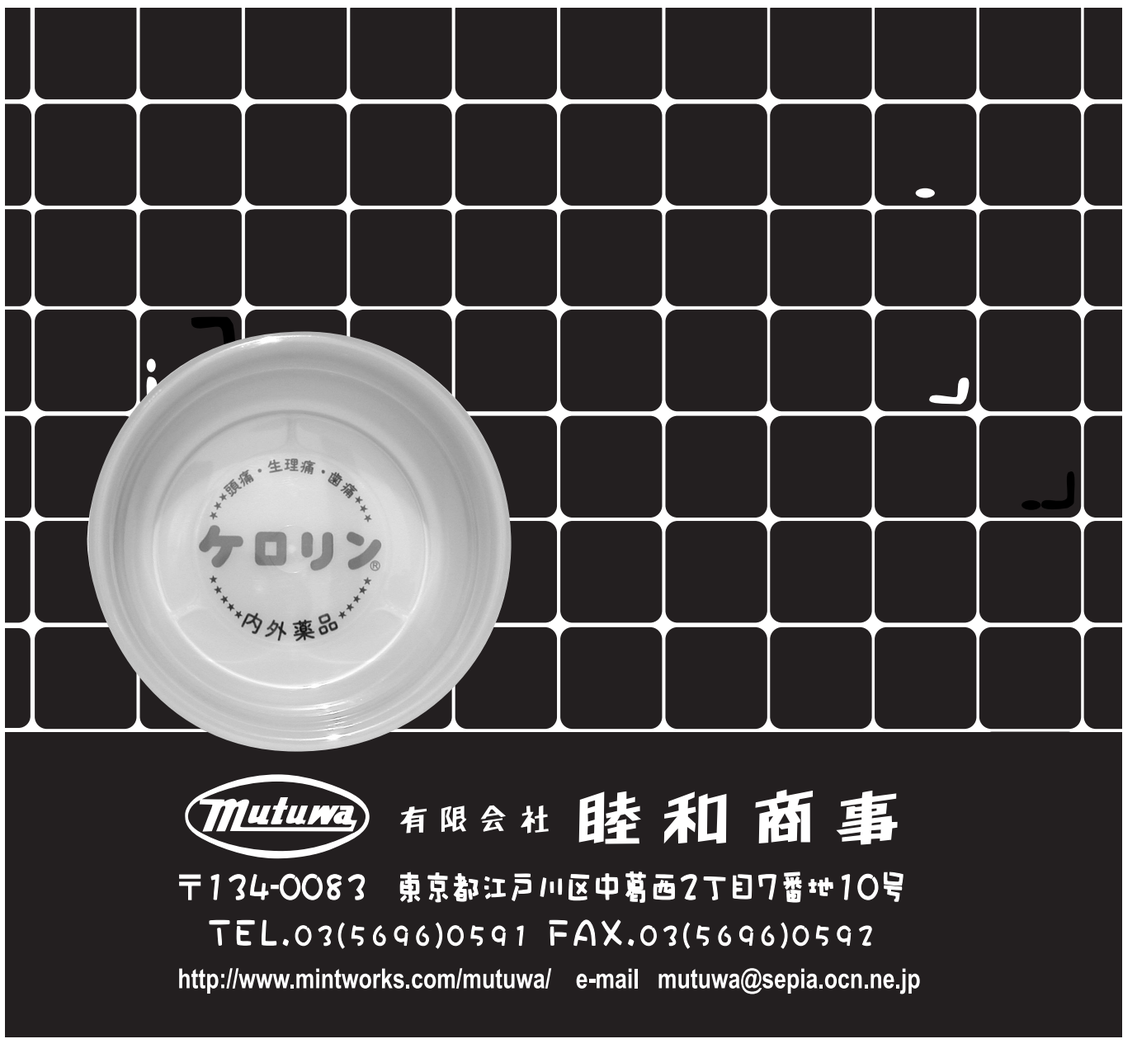
配管内のバイオフィルムをスッキリ！

特長
1.バイオフィルムの強力除去。
2.強力な殺菌作用。
3.緩やかなカルシウムスケール溶解作用。
4.中和の必要はありません。
5.有毒なガスは発生しません。

汚れを落とす3つのパワー　すみずみまで浸透した薬剤がとどまって反応するから、配管の奥までしっかり落とします。

STEP1：〔A剤〕浮かす　配管内に付着したバイオフィルムを浮かせます。
STEP2：〔B剤〕剥がす　浮かせたバイオフィルムを泡の力で剥がし取ります。
STEP3：〔C剤〕仕上げ　余分な活性酸素とアルカリ分を中和します。

業務用入浴剤・洗剤・水質管理の総合メーカー　株式会社ヘルスケミカル
事業本部：〒479-0002 愛知県常滑市久米字池田179　ホームページ http://www.health-c.com
●お問い合わせは……
事業本部：TEL0569-43-9111
東京オフィス：TEL03-6666-7781
E-mail:post@health-c.com
ご注文は代理店まで



Mutuwa　有限会社 睦和商事
〒134-0083　東京都江戸川区中葛西2丁目7番地10号
TEL.03(5696)0591　FAX.03(5696)0592
http://www.mintworks.com/mutuwa/　e-mail　mutuwa@sepia.ocn.ne.jp

豊富なノウハウ、快適な「ゆ」で信頼に応えます。

クリーンな水・湯質を全自動で維持・管理する全自動型ろ過機
＊全自動型濾過機・TRBF-A型
＊全自動型濾過機・FTR-F型
＊温　水　器・SS型

鶴亀温水器工業株式会社
ISO9001を取得

●本　社：〒577-0067　大阪府東大阪市高井田西3丁目2-21　TEL 06−6788−5301
E-mail:info@tsuru-kame.co.jp
●東京本社：〒114-0013　東京都北区東田端1-12-1　稲垣ハイツ303　TEL 03−3894−0580
●東京工場：〒335-0001　埼玉県蕨市北町5-5-9　TEL 0484−44−8320

「国の教育ローン」のご案内　高校・大学等への入学時、在学中の費用にご利用いただけます。（海外留学費用も利用可能）

ご利用いただける方：ご融資の対象となる学校に入学・在学される方の保護者で、
1　世帯の年間収入（所得）が次表の金額以内の方

子供の人数（注）	給与所得者（事業所得者）
1人	790万円（590万円）
2人	890万円（680万円）
3人	990万円（770万円）
4人	1,090万円（860万円）
5人	1,190万円（960万円）

（注）1「子供の人数」とは、お申込いただく方が扶養しているお子さまの人数をいいます。年齢、就学の有無を問いません。
2「6人以上」の場合は、コールセンターへお問い合わせください。

2　次の特例要件のいずれかに該当する方
世帯の年間収入（所得）が前1を超える方のうち、子供の人数が2人以下で、かつ、世帯の年間収入が990万円（所得770万円）以内であって、次の特例要件のいずれかに該当する方
【特例要件】
（1）勤続（営業）年数が3年未満
（2）居住年数が1年未満
（3）返済負担率（借入金年間返済額／年収）が30％超

お問い合わせ・ご相談は、教育ローンコールセンター（0570−008656（ナビダイヤル）または03（5321）8656）までお問い合わせください。

ご融資額：学生・生徒お1人につき200万円以内
お使いみち：入学時・在学中に必要な費用
ご返済期間：10年以内（交通遺児家庭または母子家庭の方については、1年間の延長が可能です。）

日本政策金融公庫　国民生活事業

都道府県別入浴料金表

平成２１年９月１日現在

	県名	施行年月日	入浴料金 大人	中人	小人
			円	円	円
北海道	北海道	２０．８．１１	４２０	１４０	７０
東北	青森	２０．１０．２０	４２０	１５０	６０
	岩手	１８．１０．１５	３９０	１５０	７０
	宮城	１９．４．１	４００	１４０	８０
	秋田	１２．４．１	３６０	１３０	９０
	福島	１９．９．１	４００	１５０	９０
関東甲信越	栃木	１９．８．２４	３９０	１５０	８０
	埼玉	１８．１２．２６	４１０	１８０	７０
	群馬	９．１２．１	３６０	１５０	７０
	千葉	１８．１２．１	４２０	１７０	７０
	東京	２０．６．１５	４５０	１８０	８０
	神奈川	２０．８．１	４５０	１８０	８０
	山梨	２１．２．１	４００	１７０	７０
	長野	１９．１．１	３８０	１５０	７０
	新潟	１９．１．１	３９０	１４０	７０
東海北陸	静岡	１７．４．１	３６０	１４０	７０
	愛知	１８．８．３０	４００	１５０	７０
	岐阜	１９．４．１	４００	１５０	７０
	三重	２０．７．１	３８０	１５０	７０
	石川	２０．４．１	４２０	１３０	５０
	富山	２０．６．５	４００	１２０	６０
近畿	福井	２０．１０．１	４００	１２０	６０
	滋賀	２０．５．１	４００	１４０	８０
	京都	２０．８．１	４１０	１５０	６０
	大阪	２０．４．２１	４１０	１３０	６０
	兵庫	２１．１．１５	４１０	１５０	６０
	奈良	２０．１２．１	４００	１４０	８０
	和歌山	２１．２．１	４２０	１４０	８０
中国	岡山	２０．１０．３１	４１０	１６０	７０
	広島	２０．１．１	４００	１５０	７０
	山口	２０．７．１	３９０	１５０	８０
	鳥取	１８．１．１	３５０	１２０	６０
四国	香川	２０．１０．１	３６０	１５０	６０
	愛媛	２０．４．１	３６０	１５０	６０
	徳島	２０．８．１	３６０	１５０	７０
	高知	２０．７．１５	３６０	１５０	６０
九州	福岡	２１．２．１６	４４０	１８０	７０
	長崎	１９．３．１５	３５０	１５０	８０
	大分	１９．１．１２	３８０	１５０	７０
	熊本	１９．２．１	３６０	１２０	６０
	宮崎	２０．２．１	３５０	１３０	６０
	鹿児島	１８．６．２０	３６０	１４０	８０
	沖縄	１８．２．１１	３７０	１７０	１００

サプライズ！

元気が出る漢方

恵心堂漢方研究所所長　惠木 弘

暑くて寝不足気味の人は一に「散歩」、二に「体を冷ます漢方薬」

西洋薬も漢方薬も狙いは「体の熱を取る」

今回編集部から依頼されたテーマは不眠に効く漢方薬。特に熱帯夜の続く真夏は誰しも寝不足になりがち。そんな季節を乗り切るためにはどんな処方がいいか、という意図です。漢方ならきっと即効があって副作用のない傑作があると想像したのでしょうが、これは危険なテーマでもあります。

不眠と漢方についてはこんなエピソードがありました。西洋料理のコックさんでちょっと慢性肝炎気味の人です。毎晩夜の12時に閉店して自宅マンションに帰るのですが、すぐには眠れないといってテレビで深夜番組を3時か4時ごろまで見てから床に就くらしいのです。奥さんからは「早く寝てよ」と夫婦喧嘩がたえないそうで、私は肝臓の症状から龍胆瀉肝湯という処方を選びました。

何日かしてそのコックさんが見え、「先生、眠り薬を盛ったね」と言うのです。マンションに帰ってその漢方薬を一服飲むと、たちどころに眠気が襲ってきてそのまま眠ってしまうのだそうです。

私自身、そのときまでは龍胆瀉肝湯が睡眠導入剤のように使えるなどと予想していませんでしたから、ちょっと驚いたのですが、よく考えてみればナルホドと思える処方です。以来、龍胆瀉肝湯は睡眠薬として使えるなと判断しました。

ナルホドと思った理由は、この処方が体を冷やすからです。一般に夜眠れないのは、体が夜になっていないから。生理学的にいうと自律神経の交感神経が昼間と同じように緊張して高ぶっていて、夜の神経である副交感神経が抑えつけられているということ。漢方的には、体の熱は夜になると自然に下がるのが普通なのに、心や肝に熱がたまったままだからなのです。これを「心肝火旺」といい、漢方では体質の一つの診断基準になります。

で、火のように燃え盛っている体は、あたかも水をかけるようにして冷まさなくてはなりません。龍胆瀉肝湯は読んで字のごとく、主に肝の熱を瀉す（排出する）処方で、この点では西洋薬の睡眠導入剤と同じ作用を持つといえます。つまり、現代医学の睡眠薬も体にたまった熱を冷ます薬なのです。

例えば重度の精神疾患を持つ患者は、ほとんど24時間眠ることがありません。体の中に相当な熱をためているから眠らないのです。そういう患者には現代医学でも体を冷やす薬を処方して眠らせるようにします。洋の東西を問わず、眠り薬は体を冷やす薬であるということをまず覚えておいてください。

疲れきって眠れない人は全く別の処方を

冒頭、今回のテーマは危険だと書きました。漢方薬というのは原則として、スピーディーに効果が現れるものもあれば、じっくり体質を改善して時間をかけて治療するものもあります。そして、体質や症状にピタリ当てはまれば、副作用の心配がまずないという点で、現代医学の薬より安心感が持たれてきました。

ほんとの漢方処方はそのようなものとお考え頂いてかまわないのですが、例えば肝炎が流行したときに小柴胡湯が特効薬であるといわれ、むやみにそれが用いられて、副作用で死者が出たことがあります。小柴胡湯というのは体を乾燥させる処方で、実は使い方がとても難しい薬の一つなのです。

体を冷やす龍胆瀉肝湯も、乾燥させる処方と同じく難しい処方といえるでしょう。冷やすということは刃物と同じで、切れ味の鋭さが便利な場合は重宝しますが、逆に人を殺すことだってできるのです。一般に「体は冷やすな」「体が冷えると毒だ」などといわれますが、まさにそれと同じ。つまり連用することによって、思わぬ副作用を引き起こしかねません。眠れないからと、医者の指示もなく何日も飲み続けることは避けてください。

一方、前回お話しした当帰芍薬散とか、カゼの葛根湯のように体を温めるタイプの薬はとりわけ用法が難しくはありません。副作用もほとんど心配することはありません。まあ、名前が響き渡っているポピュラーな処方は安心して使っていでしょうが、龍胆瀉肝湯を知っている方は多分そう多くはないと思います。無名な処方には用心しなくてはなりません。

龍胆瀉肝湯よりは多少有名なものに黄連解毒湯があります。これも体を冷やす作用のある処方で、同じく眠れないほど熱のたまった体には有効です。また、黄連解毒湯は二日酔いを防ぐ漢方薬として話題になったこともありますが、酒は肝の熱を高める働きがあります。高まりすぎると悪酔いや二日酔いになるわけで、肝の熱を取り去る黄連解毒湯はその点で酒の弱い人のお助け漢方でもあるわけです。

ところで、黄連解毒湯には黄連という生薬が、龍胆瀉肝湯には龍胆という生薬がそれぞれ使われています。前者は心と肝に、後者は肝にウエイトを置いて冷やす作用のある生薬で、どちらも大変シャープな薬理作用を持ち、漢方では「清熱燥湿薬」に分類されます。清熱とは、炎症、充血、自律神経の興奮などに伴って生じる熱、のぼせ、ほてり、いらいら、口渇などを改善すること、燥湿とは炎症性の浮腫や水腫、水分の吸収排泄障害などを改善することです。両者を比べますと黄連のほうが冷やす作用は強いといわれます。

龍胆瀉肝湯と黄連解毒湯は同じ症状、つまり眠ろうとしても目がらんらんと輝いて眠れない場合に同じように効果を発揮します。一般の方がこれらを使い分けることは困難ですので、前述したようにどちらにしても連用は避けてください。

漢方の眠り薬にはもう一つ、酸棗仁湯があります。こちらは、黄連解毒湯や龍胆瀉肝湯とは全く異なる不眠、すなわち「疲れきって、眠りたいのにどうしても眠れない」場合に使います。この状態は漢方的にいうと、心の血が足りなくて気持ちが落ち着かない状態で、心と肝に熱がたまったのとは正反対の、いわば虚の状態です。ストレス解消の処方といえるかもしれませんが、酸棗仁湯なら連用しても心配はありません。

睡眠導入剤に頼る前に夏の生活を変える努力を

普通私たちは、眠れないから睡眠薬を飲もうということになりがちですが、まずその安易な解決法から考え直す必要があるのではないでしょうか。もちろん眠れないのはつらいことですし、一時的に消耗もします。しかし、不眠症で死んだ人はいません。いかに夜は夜の体に持っていくか、それが肝心なのです。

夏は暑い、だからクーラーを入れたり冷たいものをガブガブ飲んで体を冷やそうとします。しかしこれは、体の中に熱を閉じ込めるだけにほかなりません。それよりもむしろ、日がかげった夕方に散歩して汗をかく、つまり体の中から熱を外に発散させることのほうがはるかに合理的なのです。根本的な不眠対策は、こうして生活の中で体を冷ます手法をとることなのです。

そして、それがどうしてもかなわない場合、ちょっとだけ龍胆瀉肝湯や黄連解毒湯の力を借りてください。ただし、その前に専門家のアドバイスをぜひ。

初心者のための　銭湯入門講座

夏休みは「浴育」で親子のコミュニケーションを

入浴を子育てに活かすお父さんが増えている

銭湯のみならず、家庭風呂でも入浴は親子の大切なコミュニケーションの機会ですが最近「浴育」という言葉が広まりつつあります。

東京ガスが主催する、入浴関連企業9社による「風呂文化研究会」では、入浴を通じて、生涯の心身の健康をよりよく育むための「浴育」の普及・拡大を行っています。特に、幼少期向けとしては、積極的に子育てに参加する男性が増えていることから「浴育のすすめ」というレポートを2008年3月にホームページで発表し話題となりました。この風呂文化研究会の取り組みに関しては、2009年にキッズデザイン協議会主催の「第3回キッズデザイン賞」コミュニケーションデザイン部門を受賞しました。

「浴育のすすめ」によれば、家族交流の機会は、まず「夕食を食べながら」、次いで「一緒にお風呂に入りながら」となっており、お風呂が貴重なコミュニケーションの機会になっていることがわかります。また「子どもと一緒に入浴することがある」と答えるお父さんの割合も年々増加し、子どもとの入浴を楽しんでいるお父さんも多いそうです。

さて「浴育」の楽しみは3つあります。

1つ目は「遊び」です。バシャバシャお湯を掛け合ったり、遊びを通して「水」に慣れ親しむことで、体や髪を洗うことを覚えるきっかけになります。

2つ目は「会話」。普段はなかなか子どもが話してくれないようなこともお風呂ではリラックスし、スキンシップにより話しやすくなる傾向があるようです。

3つ目は「学ぶ」。浴室はテレビなど気の散るものがないからこそ、数を数えたり、ひらがな表を浴室に貼るなどして子どもが集中して学ぶのに適している場所であるともいえます。

このように入浴で、リラックスしながら「浴育」を楽しむことで自然とコミュニケーションの量が増えれば、子どもの悩みがわかるようになるかもしれません。

また、レポートによれば親子でお風呂に入るのは11歳までが多く、父と娘では9歳までが多いとのこと。あっという間に過ぎてしまう子育て期間。忙しくしているお父さんも子どもの「浴育」に積極的に取り組んでみてはいかがでしょうか。銭湯だからこそ学べることもある

さて、ほとんどの家庭にお風呂がある昨今、銭湯へ行ったことのないご家族も多いかもしれません。

とはいえ、銭湯の入浴は家庭の風呂では学べないことがたくさん学べます。掛け湯をしてから入る、体を洗うときは他の人に泡が飛ばないようにする、など共同入浴のマナーを身につけることで、人への気遣いを覚えることができます。

また、大きい湯船での入浴は開放感があり、リラックス効果が抜群という調査結果もあります（1010・60号）。家庭風呂にはないジェットバスなどの機能も子どもには物珍しく楽しいかもしれません。

このように同じお風呂とはいえ、家庭風呂と銭湯では、学べることやリラックス効果、そして楽しみも異なります。

今年の夏休みは、銭湯に縁のないご家族も普段とは異なる経験をしに銭湯へ足を運んでみてはいかがでしょうか。きっと楽しい思い出としてお子さんの記憶に残るはずですよ。

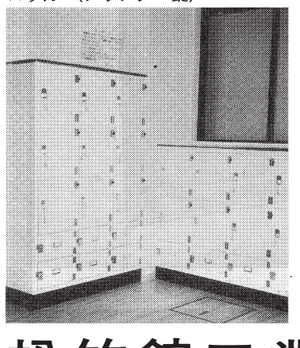
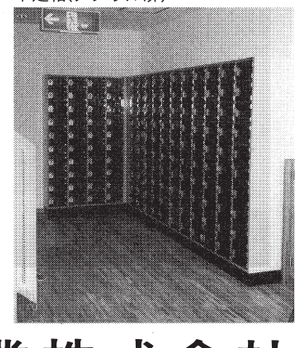
（東浴広報誌1010　99号より転載）

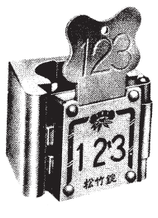
ボイラー内スケール減少&コストダウン
保湿、浸透作用
ナノテクによる
水と燃料
―開発より23年目―
テクノ・オーシャン株式会社　検索

耐震補強工事と健康増進法のことなら
お任せ下さい
銭湯の未来を提案します

高濃度炭酸泉（岩塩入）
露天岩風呂
流水歩行プール
品川区　新生湯
最新の銭湯をホームページでご案内中です。http://www.advan.gr.jp
当社が申請手続き全て承ります
K.K. ADVAN 建築設計事務所　〒116-0013 東京都荒川区西日暮里4-23-2 ノアビル　☎03-3824-5601

節約しましょ！
ミタカ省エネ浴場システム
A重油なら入浴客1人あたり0.5ℓでOK
30～50%の燃費削減をお約束します。
しかも超小型ボイラで省スペース、煙突・貯湯タンク不要！
真空ヒータ・風呂釜・濾過機・浴場総合工事
素敵に湯～わく
三高工業株式会社
〒611-0031 京都府宇治市広野町寺山27-4
Tel.(0774) 46-4747(代)　Fax.(0774) 46-0290
代理店 東京・富山・広島　サービスネット 全国31カ所

ロッカー・錠前の専門メーカー
ロッカー(シリンダー錠)

下足箱(アクリル扉)

松竹錠工業株式会社
本　社　〒140-0014 東京都品川区大井 4 － 10 － 6
営業所　〒142-0041 東京都品川区戸越 3 － 10 － 12
電話　営業所 03(3781)5472　経理部 03(3771)7477
03(3782)9189　ＦＡＸ 03(3788)1450
松竹錠
好評のアフターサービス
傘立 20人～80人


〈営業品目〉
●下足箱・ロッカー・傘入箱・貸ロッカー
●番台・カウンター・洗面化粧台・貴重品箱