

廣

Life Magazine Shika 豊かな明日をつくる健康総合誌

'77(巳年)の 太公望かヒトラーか
あなたは？

ぜんそく・かぜによく効く泉命茶

メンタル
ゴルフ ⑥
セミナー

クラブの選択について

ライフ・マガジン 創 新年
合併号 昭和51年12月1日
発行(毎月1回1日発行)
第3巻第1号 昭和50年6
月12日第3種郵便物認可

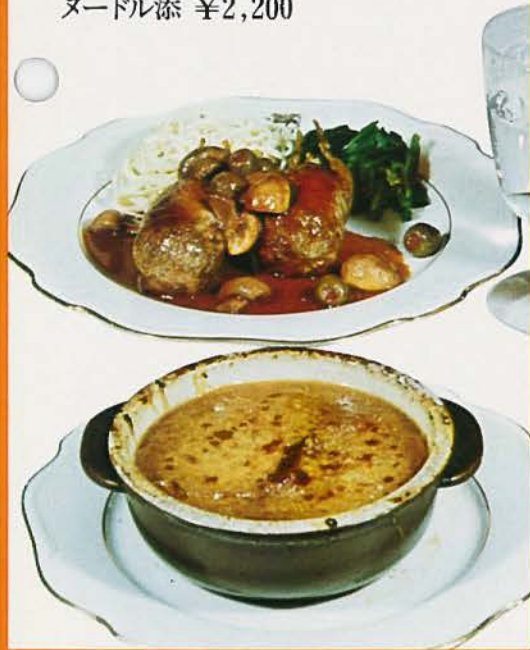
1,2





今月の料理

- オニオン グラタン スープ ¥800
- ^{うすら}鶉の仔牛挽き肉詰めマデラ酒蒸煮にヌードル添 ¥2,200



健康謳歌の六人衆

金森氏・小林氏・久保氏
中村氏・藤巻氏・三輪氏

VIVIのアスレティック・ジムで顔馴染みになった金森、中村、三輪、藤巻、久保、小林の各氏（写真左より）。

きょうは今年の締めくくりとして、アスレティック・ジムで最後の汗を流したあとレストランVIVIで食事をしながら歓談している六氏にジムでの成果をうかがってみました。

金森さん「去年よりお酒がおいしく飲めます。健康なからではありがたいですね。お酒の味が健康のバロメーターです」

久保さんと中村さん「贅肉が筋肉になり、三キロほど太りましたよ」

藤巻さんと小林さん「弱点だった脚のもろさがなくなって、目下すべて快調です」

三輪さん「当初、ゴルフの1Rでフウフウいていたのが、いまでは2Rも楽々」

ちなみにこちらの六氏はいずれもVIVI創設時からのメンバー。いわば同窓生で、仲よく健康を競い合っています。



VIVI 鹿友倶楽部

六本木ロアビル4F-6F ☎03(402)6281(代)

Life Magazine Shika

表紙の絵／薔薇／内田安彦
本文イラスト／中村章伯 布田健
1977© 鹿友倶楽部
無断転載使用・禁

1977
1,2
No. 16
Contents

- 易学＝四柱推命からみた
'77(巳年)のあなたの運勢は?.....
太公望かヒトラーか.....4



- ヘルス・ジャーナル
生命の根源をゆるがす
心臓病②狭心症・心不全他.....8

- メンタル ゴルフ セミナー⑥ ●久能千尋
クラブの選択について.....28

- 食べる健康法⑫
ぜんそく、かぜによく効く
泉命茶.....26



- 青い目の日本イチャモン帖⑪
西川ヘギー夫人(アメリカ)
花嫁三点セットを買うなんて信じられません.....14

- 暮らしと健康②
湯質より気泡が有効だと実証された
家庭用超音波浴中マッサージ器.....12

- 誌上卸売ショップ
読者サービスコーナー.....20

- 賞品付クロスワード・パズル.....34

《易学——四柱推命》

'77(巳年)の

あなたの運勢は……?

松 柏 天



「去年は、ほんとうにツイテたなあ。まったくいい年だった」「いやあ、オレにとっちゃ、厄年もいところ、メタメタさ……。だから、ことしに賭けてるんだけど……」——かまびすしい

ことしきりだが、生きとし生けるもの、この世に生あるもの、その生を受けた瞬間から、目に見えない糸に縛られる命運にあるのだ。

占いではない。あなただけの宿命星、持って生まれた星というべき

ものなのである。本誌「易学考」でお馴染みの松柏天先生に、巳年のことしを

易学・四柱推命によって分析していただいた。四柱推命は学問的には百パーセントの確率があるといわれている。さて、あなたのことしの運勢は……

ドイツ軍は、その声にしたがって国境を越えてソ連領内に侵入し、激しい戦いの火ブタは切って落された。二年前に独ソ不可侵条約を結んだばかりであったのに、権力の絶頂にいたヒトラーは戦略こそ占星術師に意見を聞いたが、自分がどういふ時点に立っているのか知ろうともしなかった。

時はとめどなく流れ、永遠から永遠に向かつて推移している。そのとてつもない長さの時にしるしをつけて、やがて流れていく未来をかい間みる余裕もなかった。

無限大にひろがる支配欲のために、昨日買った花が、永遠に咲くことがない

ことを忘れ、花の様に美しいフィアンセも、たくましい若者もいつか老いて死んでしまうことも忘れてしまったのかも知れない。

やがて、ヒトラーはモスクワ寸前で一敗地にまみれ、アメリカにまで宣戦布告して世界を敵に廻す破目になった。天の時は下降する時を示していたのに彼はまだ登ろうとして坂道を転がり落ちていくのである。

太公望といえ、誰でも釣をしていてる人を思い出すだろう。変人、奇人と思う人もあるが、なかなかどうして、時を読む達人だったのである。

自分の力量と、流れていく時をみつ

吉凶、たとえば日食などを予知出来る

「ソビエト進撃せよ！」

一年六月二十二日、大声でどなった。

流れていく年を読める人は、人生の達人である。今世紀、最大の狂気といわれるナチスの頭領ヒトラーは占星術師を召しかかえて戦略を練った。

ところがイギリス軍は、その情報を知らず、こちらも占星術師を招いてヒトラーの戦略を見抜き、裏をかくて成功したと言は確かではないが有名な

あった場合には死罪というのだから、占う方も真剣である。命を賭けて、ありとあらゆる勉強をしなければならなかった。

天文学をはじめ、政治、経済、医学にまで精通した万能の学者であり、現代のように専門以外は関知しないと言つては済まなかったのである。

こんな古代中国に筆者松柏天が生まれていたら、もう去年の大晦日あたり打ち首となり、家族は路頭に迷っていたに違いない。

さて、先述のヒトラーだが、一九四一年六月二十二日、大声でどなった。「ソビエト進撃せよ！」

め、「私はいま時にさしかかろうとしている。しばらく身をかくすのがいい」ときめて、山東省の片田舎に、地位をすて、高い名声が輝いている間に姿をかくしてしまった。

太公望の政敵はしめた！とばかりやってくる。悪政の限りを尽しはじめる。しだいに人民は悪政の下にふみつぶされてつづやいたへあの太公望がいてくれたら



↓と。

身にほろをまとった太公望は、じつと川面をみつめながら時が流れていくのを見た、未来と過去の間にはさまった現在という一瞬間が、どんな時点であるかを。

そして、すぐ過去となつて流れ去る現在にいて、未来の方向に釣竿をのび



したの。彼の妻は、そんな彼に愛想をつかして過去と一緒に流れていったのである。

時はなお去り、彼のそばにようやく待つていた時がくる気配を感じ、太公望は馬にまたがると都に向かって悠々と帰っていった。

何の準備をしなくても人民の「太公望待望論」が巷にあふれていた。その後、太公望は殷の始祖といわれる程に大成するのであった。

●あなたは吉か凶か!?

さて、我々も太公望にならつて今年がどんな時点であるかをしらべてみよう。どこかの国の政治家が、魚を釣る時期であるのに権力の美酒が忘れられず、都にとどまりみにくい政争にあけくれている間に、我々は静かに時が流れるのを読み、泰然として正月の美酒をくみ交わそうではないか!

ところで、十二年を大きく二つに分けて、七年間の活動期「有卦」の期間と、五年間は研究期「無卦」の期間とし、「有卦」はいわゆる世間にうけるときであり、太公望が都にいて善政を施していたときであるから活動すべきとき、「無卦」は卦が無いときで、いわば陽もくれた夜とする。

したがって昼間の有卦に入ったら、思い切り活動し、夜の無卦に入ったら次の昼が来るまで、魚を釣りながら自らの力を蓄えろといふ。夜はゆっくり休み、明るい間に活動するのが自然であり、もし夜、無理に活動しても世間

にはみとめられず、ポリ、ンにみとめられることになる。

まず、始めに、7ページに掲載した指数表からあなたの生れ年を横にたどり、生れ月の数字に自分の生れ日をしたし、出た数の1の位の数字だけを記憶していただきたい。たとえば昭和5年5月5日なら47+5=52。52の1の位は「2」である。したがって「2」があなたの運命数となる。

10組にグループを分けて、あなたが今年は何卦か、それとも無卦か、それぞれプロゴルファーを選んで代表としよう。また、職場や家族の中で、誰が活動期かをしらべ、有卦の者は無卦の者を助け、無卦の者はじっくりと腰を落つけて来たるべき活動期に備えよう。

1組(代表・片山 康)

もう、ずいぶん長いあいだ陽が照りつけていた。昭和44年から50年まで有卦。51年から55年まで無卦になった。51年は「食神」の年なのでパーティが続く、仲のいい友が集まりシヤベリ、食べ合ひ快樂の年だったが、職業について不満がちよつぱり顔をのぞかせたはずである。50年のあの張りつめた気持もやわらいだけれども反面、消極性が増して来て、52年は考え、悩む年となった。

51年の笑顔に囲まれた時が変わって快樂のあとの一抔の淋しさが身を襲ってくるかも知れない。だが、決して表面の動きにつられて行動してはならな

Car-Doctor

《あなたの愛車の診断士》

- ★一般整備・車検・中古車、新車販売
 - ★JCB・ダイナース・UCカード取扱
 - ★総合個人タクシー協同組合指定工場
- (車検ローンも取扱っています)



株式会社
服部自動車整備工場
東京都葛飾区水元猿町1003番地 ☎03(608)7740

い。イライラする気持ちをせず、内面に向かつて問いかける時、以外な状況の転回に驚くことがある。ヤケにならず、いい意味で開き直るとき誠意が天に通じ、昔義理でイヤイヤ買わされた株が急騰することもある。病気に誘いがあるので精神を健康に保ちたい。

佐藤征一、謝敏男、デーブ・ストックトンなどゴルフ勢。野球は古葉、与那嶺剛監督、芸能界では月の家円鏡、あおい輝彦、池内淳子、加藤茶、北島三郎、草刈正雄、仲本工事、中村メイコ、落合恵子、里見浩太郎、西城秀樹、菅原文太、田宮二郎、高橋英樹、立川談志、津川雅彦、よしだたくろう、若山富三郎など。

2組(代表・前田新作)

49年から有卦、55年まで続く。イライラしながら、それでも真昼の太陽が輝いていたのが51年で、捨ててしまったのが脚光を浴びたり、思いがけない収入を得たりする年であった。ところが52年は人が集まってくるのでいい気分になり、気をゆるめているうちに方向をまちがえて歩いて行って引き返さず事もある。

51年とは逆に思い通りに行きすぎて油断から身をまちがうことに注意しよう。

ゴルフ界は関水利晃、樋口久子。阪急の上田監督。芸能界では萩本欽一、森繁久弥、笑福亭仁鶴、高木ブー、和田アキ子、ちあきなおみ、京塚昌子、麻丘めぐみ、勝呂誉、野際陽子など。



3組(代表・青木 功)

絶頂に登りつめる一歩前。サンサンと太陽が輝く中を歩く年。47年から有卦に入ってから53年まで続く。50年は少しばかり雨が降ったけれどもすぐ乾き、51年は独立、自己主張、唯我独尊、同人仲間がつどう年であった。だが、

52年は仲間、親戚家族の中で財が奪い合われることになる。一つの財をめくって仲間が分け合うのだから、ケンカをしないで公平に分割すべきである。我欲を張って、秘密工作でもすれば再びピーナッツ事件に発展するが、公平に行えば未来のための盤石の礎となる。

小川美智恵、森恵二、竹内正雄、上田鉄弘、鈴木照男、中村通、河野高明、鈴木則夫、ヒューバート・グリーン、ホビー・ニコルス、トム・ワイスコフがゴルフ。
芸能界では浅丘ルリ子、桂三枝、児玉清、小林千登勢、南田洋子、目黒祐樹、中村勘三郎、中村吉右エ門、根上淳、小川知子、穴戸錠、園マリ、丹波哲郎、雪村いずみ。

4組(代表・ゲイリー・ブレイヤー)

51年までの5年間が夜。52年から待望の有卦に入り7年間続く。だが、急に走り出さぬ方がいいのだが気が猛烈に強くなるからブレーキが効かないおそれがある。まず、大規模なことが好きになり、かなり温和しい人でも国会で演説したくなり、そして独立、自己の確立のために目上に反抗して天下分け目の決戦をいどみなくなる。まあ、これから7年は有卦なのだから、あせらず、太公望のように白馬にまたがって歩いていこう。

清水和子、西田升平、謝永郁、安田春雄、トム・ワトソン、デーブ・ヒルがゴルフ。

芸能界では、山田吾一、寿美花代、千昌夫、杉良太郎、坂上二郎、ビータ、大和田伸也、小川真由美、大野しげひさ、萬屋錦之介、都はるみ、松方弘樹、加藤剛、石坂浩二。

5組(代表・ジョニー・ミラー)

一点の曇りも無い五月晴。47年から53年が有卦である。その絶頂に今さし

かかろうとする大建設の年となった。世間に認められ、堅実な言動はますます信用を得て大きな城をつくるときである。

太陽がサンサンと輝き、世間の目が驚きの光りを放つ。こんな状態の中にとついで自分本位の世界観がひろがって世界は私のためにあるのだと確信を強め、衣食住の中にその誇りを示したくなる。

内田繁、今井昌雪、金井清一、アノルド・パーマーなどゴルフ勢。

天地茂、江利チエミ、林家三平、林与一、勝新太郎、加山雄三、川崎敬三、川津祐介、黒沢年男、ミヤコ蝶々、仲代達矢、二谷英明、緒形拳、田中邦衛、多々良純などが芸能界。

6組(代表・村上 隆)

昼が来た。52年から58年まで有卦が続く。4組と同じ気が強くなり天下国家を論じてなお、宇宙さえも飲みこもうとするようになるが、6組は大へんせつかちになる。急いで快楽を求めようとするものだから、その気になると異常に精神が集中されて大結果をもたらすが永続しないのが欠点である。情熱が燃え上がるままに行動してはつかれる事が無いように、そしてあせって悪い女に、または男にひっかからないことも肝心。

杉本英世、陳清波、山本善隆、河野光隆、山本春子、ルー・グラハム。
芸能界では渥美清、梓みちよ、天地真理、藤田まこと、布施明、フランキ



指数表

年号	各月の指数													
	日本	西歴	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
明治30	1897	55	26	54	25	55	26	56	27	58	28	59	29	
31	1898	60	31	59	30	60	31	1	32	3	33	4	34	
32	1899	5	36	4	35	5	36	6	37	8	38	9	39	
33	1900	10	41	9	40	10	41	11	42	13	43	14	44	
34	1901	15	46	14	45	15	46	16	47	18	48	19	49	
35	1902	20	51	19	50	20	51	21	52	23	53	24	54	
36	1903	25	56	24	55	25	56	26	57	28	58	29	59	
37	1904	30	1	30	1	31	2	32	3	34	4	35	5	
38	1905	36	7	35	6	36	7	37	8	39	9	40	10	
39	1906	41	12	40	11	41	12	42	13	44	14	45	15	
40	1907	46	17	45	16	46	17	47	18	49	19	50	20	
41	1908	51	22	51	22	52	23	53	24	55	25	56	26	
42	1909	57	28	56	27	57	28	58	29	60	30	1	31	
43	1910	2	33	1	32	2	33	3	34	5	35	6	36	
44	1911	7	38	6	37	7	38	8	39	10	40	11	41	
大正1	1912	12	43	12	43	13	44	14	45	16	46	17	47	
2	1913	18	49	17	48	18	49	19	50	21	51	22	52	
3	1914	23	54	22	53	23	54	24	55	26	56	27	57	
4	1915	28	59	27	58	28	59	29	60	31	1	32	2	
5	1916	33	4	33	4	34	5	35	6	37	7	38	8	
6	1917	39	10	38	9	39	10	40	11	42	12	43	13	
7	1918	44	15	43	14	44	15	45	16	47	17	48	18	
8	1919	49	20	48	19	49	20	50	21	52	22	53	23	
9	1920	54	25	54	25	55	26	56	27	58	28	59	29	
10	1921	60	31	59	30	60	31	1	32	3	33	4	34	
11	1922	5	36	4	35	5	36	6	37	8	38	9	39	
12	1923	10	41	9	40	10	41	11	42	13	43	14	44	
13	1924	15	46	14	45	15	46	16	47	18	49	20	50	
14	1925	21	52	20	51	21	52	22	53	24	54	25	55	
昭和1	1926	26	57	25	56	26	57	27	58	29	59	30	60	
2	1927	31	2	30	1	31	2	32	3	34	4	35	5	
3	1928	36	7	36	7	37	8	38	9	40	10	41	11	
4	1929	42	13	41	12	42	13	43	14	45	15	46	16	
5	1930	47	18	46	17	47	18	48	19	50	20	51	21	
6	1931	52	23	51	22	52	23	53	24	55	25	56	26	
7	1932	57	28	57	28	58	29	59	30	1	31	2	32	
8	1933	3	34	2	33	3	34	4	35	6	36	7	37	
9	1934	8	39	7	38	8	39	9	40	11	41	12	42	
10	1935	13	44	12	43	13	44	14	45	16	46	17	47	
11	1936	18	49	18	48	19	50	20	51	22	52	23	53	
12	1937	24	55	23	54	24	55	25	56	27	57	28	58	
13	1938	29	60	28	59	29	60	30	1	32	2	33	3	
14	1939	34	5	33	4	34	5	35	6	37	7	38	8	
15	1940	39	10	39	10	40	11	41	42	13	43	14	44	
16	1941	45	16	44	15	45	16	46	17	48	18	49	19	
17	1942	50	21	49	20	50	21	51	22	53	23	54	24	
18	1943	55	26	54	25	55	26	56	27	58	28	59	29	
19	1944	60	31	60	31	1	32	2	33	4	34	5	35	
20	1945	6	37	5	36	6	37	7	38	9	39	10	40	
21	1946	11	42	10	41	11	42	13	43	14	44	15	45	
22	1947	16	47	15	46	16	47	17	48	19	49	20	50	
23	1948	21	52	21	52	22	53	23	54	25	55	26	56	
24	1949	27	58	26	57	27	58	28	59	30	60	31	1	
25	1950	32	3	31	2	32	3	33	4	35	5	36	6	
26	1951	37	8	36	7	37	8	38	9	40	10	41	11	
27	1952	42	13	42	13	43	14	44	15	46	16	47	17	
28	1953	48	19	47	18	48	19	49	30	51	21	52	22	
29	1954	53	24	52	23	53	24	54	25	56	26	57	27	
30	1955	58	29	57	28	58	29	59	30	1	31	2	32	
31	1956	3	34	3	34	4	35	5	36	7	37	8	38	
32	1957	9	40	8	39	9	40	10	41	12	42	13	43	
33	1958	14	45	13	44	14	45	15	46	17	47	18	48	
34	1959	19	50	18	49	19	50	20	51	22	52	23	53	
35	1960	24	55	24	55	25	56	26	57	28	58	29	59	
36	1961	30	1	29	60	30	1	31	2	33	3	34	4	
37	1962	35	6	34	5	35	6	36	7	38	8	39	9	
38	1963	40	11	39	10	40	11	41	42	13	43	14	44	
39	1964	45	16	45	16	46	17	47	18	49	19	50	20	
40	1965	51	22	50	21	51	22	52	23	54	24	55	25	
41	1966	56	27	55	26	56	27	57	28	59	29	60	30	
42	1967	1	32	60	31	1	32	2	33	4	34	5	35	
43	1968	6	37	6	37	7	38	8	39	10	40	11	41	
44	1969	12	43	11	42	12	43	13	44	15	45	16	46	
45	1970	17	48	16	47	17	48	18	49	20	50	21	51	
46	1971	22	53	21	52	22	53	23	54	25	55	26	56	
47	1972	27	58	27	58	28	59	29	60	31	1	32	2	
48	1973	33	4	32	3	33	4	34	5	36	6	37	7	
49	1974	38	9	37	8	38	9	39	10	41	11	42	12	
50	1975	43	14	42	13	43	14	44	15	46	16	47	17	

1 塚、ジェリー藤尾、上條恒彦、小柳ルミ子、南沙織、三船敏郎、美川憲一、なべおさみ、佐良直美、山本陽子、芳村真理。

7組 (代表・宮本康弘)

新しい世界の誕生である。50年から有卦に入り56年まで続く。どんな子供でも生れた時は人々の祝詞が浴びせられる。春の日に若木がスクスクとのびる風景がみえる——未来はどこまでもあるのだと過信する。折角の誕生である、世間の讃辞を喜んで受けて、なお、うぬぼれる事がなかったら未来はあなたのもの。

加藤辰芳、岡田美智子、吉川一雄、レイ・フロイト、ブライアン・アリン、ビリー・キャスパー。
芸能界では坂東玉三郎、千葉真一、舟木一夫、エバ、ハナ肇、いかりや長

8組 (代表・島田幸作)

50年から54年まで無卦である。52年は真夜中の移動である。家を離れて遠い処に行ったり、親しい人との別れがあったり、とかく心が沈みがちとなる。そして他人の犠牲となったりして赤城山の国定忠治の心情が理解できよう。だが、三年までは再び太陽が七年間照らし続けてくれるのだ。墓(家と同義)の年。

アル・ガイバーガー、チャールス・クーディ。
芸能界では青江三奈、萩原健一、橋幸夫、平幹二郎、岩下志麻、和泉雅子、井上順、川口浩、森進一、中尾ミエ、中村勘九郎、中村敦夫、長門祐之、二木てるみ、竹脇無我、坂本スミ子、島

9組 (代表・ローラ・ポー)

夜の絶頂である。48年から52年まで無卦、思うこと成すことが食い違い、こんなはずではなかったと思いつつ、四年間、52年が終れば翌年から明るい朝がくる、あと一年はがまんしてがんばって欲しい。縁の無い人は今年で別れ、去る者は追わず、来たる者は拒まずの精神でゆうゆうと進めば何も恐れるものはない。遠い地への旅が未来を変える。

石井裕士、杉原輝雄、鷹巣南雄、ジン・リトラー、リー・トレビノ、ローラ・ポー、そして巨人の長嶋監督、芸能界では藤圭子、郷ひろみ、浜美枝、長谷川一夫、市川海老蔵、北大路欣也、栗原小巻、大橋巨泉、堺正章、坂本九、

0組 (代表・ジャック・ニクラウス)

52年で有卦の終りである。46年から続いた七年の昼が52年中は続く。だがやたらと金銭の出入が激しくなって、気持の起伏が激しくなって、迷いが生れて来る。新しい試みをしたり、新しい世界に移住したくなってくる。また、新しい女を求めてさまよう男がいたら、やがて一文無しで一年を終ることになる。

昼川三津男、前島禎、尾崎将司、宮本省三、草壁政治、陳健忠、沼沢聖一、野球は阪神の吉田監督。
芸能界では石原裕次郎、藤村俊一、松山英太郎、三浦友和、三波春夫、岡崎友紀、乙羽信子、ロイ・ジェイムス、竜雷太、湯原昌幸、柳家小さんなど。

倉千代子、小沢昭一。な、三木武夫、田中角栄も同じく。

佐久間良子、関口宏、高倉健、うつつみ宮土理、由紀さおり、森光子。

狭心症

狭心症とは、心臓に何か原因があつて、心臓部やその周辺部に発作的にしみつけような痛みが起こる病氣である。50歳前後の男性、それも精神労働者に最も多い。以前に独立した病氣とされていたが、今では単なる症状の一つとされて、心臓痛と呼ぶ人もある。

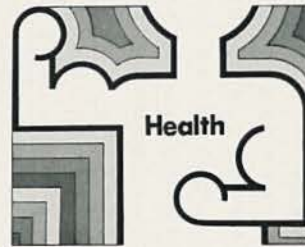
狭心症の原因のほとんどは冠状動脈の故障である。冠状動脈は、前号で述べたように、心臓自身の栄養補給をつかさどっている血管で、健康な場合、安静時の七倍もの血液の輸送能力をもっている。そこに故障があると、急に心筋に血液が必要になった場合に必要だけの血液が送れないのである。この故障の主なものには冠状動脈硬化である。

発作は、運動の後、精神的な興奮、大量の食事、寒さなどによって誘発される。発作が起きると心臓部の痛みのほか、顔が青ざめたり冷汗が出たり、動悸や息切れがしたりする。ひどい場合には呼吸も充分にできないこともある。痛みは左肩から左腕、胃の方にまでひろがることもある。

発作の時間は2〜3分のもともあり、また10分も続く場合もある。そして、たまに短い時間の間に軽い発作を何回もくりかえすことがある。

原因はいろいろあるが、最も多いのは冠状動脈硬化である。ほかに低血圧症、重症の貧血、急激な血圧上昇、心臓肥大、甲状腺機能不全、ニコチン中

HEALTH JOURNAL



生命の根源をゆるがす
心臓病
〔2〕

前月号の「心臓病①」では、心臓の構造や働き、および心臓神経症について説明したが、第2回目の今回は狭心症、心筋梗塞、心不全、心臓弁膜症について説明してみたい。心臓の疾患は複雑多岐にわたるため、その治療法もいろいろだが、何にも増して必要なのは患者自身の毅然とした自覚なのである。

毒などがある。また高血圧の人が急激に血圧を下げたために狭心症の発作が起きることもよくある。

●予防法

予防としては当然のことだが、その原因となつては当然の病氣を治すことである。しかしながら、狭心症の原因の大部分を占める冠状動脈硬化症の治療は現在のところ困難である。そのような場合は発作を最小限におさえることである。まず、発作を起こす限度以上の運動や精神活動をしないこと。寒さを避けること。冬の外出時にはマスクをするなどの心がけが必要だ。そして、重症でない限り、安静にしているより発作

き起こさない程度の方だ。運動が必要だ。食へすぎや食後の運動は厳禁である。また、太りすぎは心臓に必要な以上の負担をかけるため体重の調整も大切である。タバコや酒類、特にタバコは絶対にやめるべきである。コーヒーも量が多過ぎないように注意したい。

原因が、貧血や甲状腺機能不全など、治療がそれほど困難ではない場合は、その治療効果が出てくるにつれ、狭心症の方もよい経過をたどる。原因が、ひどい高血圧や心不全、心肥大、糖尿病など治りにくい病氣にある場合、かなり齢をとつて発病した場合は経過がよくない。そして、女性よりも男性の方が経過が悪いのも特徴的である。

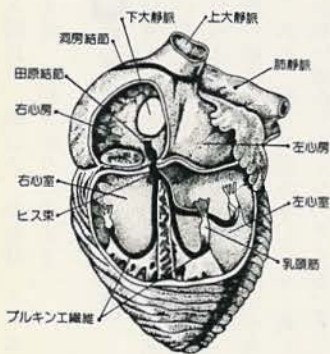
運動が必要だ。食へすぎや食後の運動は厳禁である。また、太りすぎは心臓に必要な以上の負担をかけるため体重の調整も大切である。タバコや酒類、特にタバコは絶対にやめるべきである。コーヒーも量が多過ぎないように注意したい。

心筋梗塞症

心筋梗塞症とは、冠状動脈が動脈硬化などのためにつまってしまい、冠状動脈から栄養補給をうけている心筋の細胞に壊死が起こり、心臓部に激しい痛みを起こす病氣である。

以前は狭心症として取り扱われていたが一回の発作が生命にかかわることもあることから、今では独立した病氣として診断、治療されるようになった。そして、心電図の機械や技術なども進歩してきたため、ごく初期に発見できるようになり以前のように恐れられることはなくなってきた。死亡率も非常に低くなってきているが、動脈硬化の完全治療法が発見されない限り、この心筋梗塞の発病率も減少しないだろう。

精神的な興奮・疲労と慣れない肉体的労働が重なったときに発作が起こりやすく、また男性、ことに社会的に忙しく活動している人に発病率が高い。女性の七倍以上という統計がある。必ず現われる症状は、三十九度程度の発熱、白血球の増加、血沈の促進で



ある。熱は発病して二日目から一週間くらい続く。

前駆症状として軽い痛みを感じる人もあるが、発作が起こつてからはじめて気がつくのがほとんどである。そして狭心症の発作の痛みとは違つて痛みで、狭心症用の応急薬ニトログリセリンを服用しても効果は現われない。また、痛みは数時間続くこともまれではなく、非常に苦しむ。そして今にも死ぬのではないかという不安がつつてくる。血圧は急に低くなり、脈が早く、しかも不規則になり、心音も弱くなるが、心筋梗塞の発作だけでは呼吸困難になることはない。

梗塞が小さい場合には痛みをほとんど感じないこともあるし、軽症の場合にはたいして気にならない程度の軽い痛みを感じるだけで、心電図をとつてはじめて心筋梗塞を発見するケースも少なくない。

●養生法

人によつては発作時のショック症状が回復しないまま二時間くらいの間に死亡することも多く、また、それから一週間くらいの間に死亡する率も非常に高い。これは絶対安静が守られなかったためである。

発作を起こして数日間、絶対安静、面会謝絶が最も望ましい。誰かに会うにしても家族とだけ、しかも短時間にとどめるべきである。そして患者をいろいろな面において安心させることも非常に大切なことである。

最初の二・三日がヤマで、その時期

を無に過ぎると回復期に入る。この時期には、壊死した心筋細胞が瘢痕組織になる。痛みも軽くなるが、やはり絶対安静が必要で、さもないと心室破裂などで死亡するおそれもあることを忘れてはならない。一・二週間経つたら病状を観察しながら少しずつからだを動かしてもさしつかえないが、軽い労働は二・三ヵ月以後でないが無理。

復職するのは、その人の仕事で軽作業であり、心筋梗塞がそれほど重症でない場合は四・六ヵ月後にした方がよい。また、寒い季節に復職するのはさけること。仕事の内容も以前と同じであるということも大事な条件である。ともあれ、医師の指示に従わなければならぬ。

最も大切なことは肥らない程度のカ



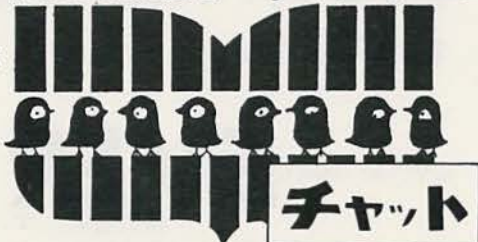
心不全とは、心臓にもどつてくる血液を完全に心臓の外に送り出せない状態をいう。最も多いのは、左心室が故障あるいは衰弱して心不全になる左心不全(肺うっ血性心不全)である。左心室が衰弱すると大動脈への血液の流れが悪くなり、次に肺循環の方へもその影響が現われうっ血が起こるのである。息切れ、うっ血性気管支炎、心臓喘息による呼吸困難などの症状が出てくる。

また、右心室が衰弱して起こるのを右心不全(肝うっ血性心不全)と呼び、全身の静脈にうっ血が起こる。

●心不全

から主食の量を減らし、蛋白質やビタミンなどのバランスのとれた食事を本人はもちろん、家族の人も心がけるべきである。また、タバコは絶対にやめなければならぬ。酒類は、カロリオーバーと不摂生に注意さえすれば多少は飲んでもさしつかえないが、やはり飲まないですむならそれにこしたことはない。お茶やコーヒーも睡眠を妨げる時間には飲まない方がよい。

憩のお菓子 うぎやの



チャット

心のとけ合った人達が
おたがいに 少しの気がねもなく
気らくなおしゃべりをしながら
たのしいひとときを過ごす
そんなときに召上つていただく
気軽なお菓子……………
それが うぎやの チャットで
ございます

45鹿沼カントリー倶楽部
沼72カントリークラブ
の各売店でもお求めいただけます。



宇都宮市伝馬町・☎(34)6810・1295



そして静脈圧が高くなって肝臓や腎臓がうっ血して全身がむくんでくるのである。

●養生法
左心不全が進行して右心不全をひき起こす場合もよくあり、これを両室心不全といって、両方の症状が同時に現われる。

ここで慢性の場合に限って述べてみよう。

まず第一に心身の安静が必要である。寒さもよくないので、特に冬期には室温と湿度に気を配ることも大事なことである。

食事では大切なことは、むくみをひと

くしないように塩分の量をひかえることと、消化のよい良質の蛋白質を十分に摂取することである。しかし、食事

全体の量はひかえ目にしなければならぬ。夏期には汗と共に多量の塩分が体内から排泄されるので、塩分の摂取量が少なすぎると無力状態になり、ひどい場合にはけいれんを起こすので、摂取量の調節をうまく考える必要がある。

また、うっ血性心不全が長く続くと血液中の蛋白質が減少するため、心不全に対する薬が効かなくなったり、むくみがひどくなったりすることもあるので、蛋白質の摂取量にも充分に気を

配らなければならない。

心臓弁膜症

心臓の中に、血液が逆流しないように大動脈弁、肺動脈弁、僧帽弁、三尖弁という四つの弁膜があることは前号で述べたが、それらの弁膜に何らかの故障が起きて、血液の流れがスムーズにいかなくなった状態を弁膜症という。弁膜が完全に閉じないで血液が逆流する場合を閉鎖不全といい、弁膜が充分に開かないで血液の流れをさまたげる場合を狭窄という。

全身に血液を送り出す左心室の方が、肺にのみ血液を送り出している右心室よりも負担が大きいので、どうしても左心室の方の大動脈弁と僧帽弁が故障することの方が多い。リウマチ性心内膜炎や動脈硬化、梅毒が後天的な弁膜症の主な原因である。

これらの弁膜に多少の故障があっても心臓自身で何とかそれを補っているが、それが長い間続くと補いきれなくなって症状が現われてくるのである。狭心症などのように痛みはないが、呼吸困難、動悸、心臓部の圧迫感などを訴えるようになる。

●僧帽弁狭窄
弁膜症は、一度かかってしまうと、なかなか治りにくい病気ではあるが、患者の摂生いかんでは日常生活にほとんどさしさわりのないほどに好転する。

●僧帽弁狭窄
リウマチ性心内膜炎が原因で起こる場合がほとんどである。弁膜が炎症のために癒着して弁口が狭くなつてく



■ゴルフ名言集④

転がしちやいかんという規則があるわけではない。
(宮本留吉)

EVER HIT

MEN'S KNIT FASHION

株式会社 エバーヒット

■有名専門店にて販売

墨田区石原2-22-8 ☎03(626)3828

高速時代の 安全性を 確実に守る



イタリー製 ピレリー・ラジアルタイヤ チンチュラート

ビートを直角に組み合わせた軽いカーカスのまわりをガッチリ締めつけている強靱なベルト構造! プレーカーのベルトとラジアルコンピネーションから抜群の路面グリップが生み出されます! ピレリー「ラジアル」タイヤ《チンチュラート》は「すばらしい制動力・抜群の耐熱力・消費燃料の節減」等、ラジアルとしての決定的な特徴を備えています。

— 日本総輸入元 —

株式会社 阿部商会

千代田区神田美土代町 3
TEL 03 (292) 1336代
大阪市福島区福島 7-21-10
TEL 06 (458) 7751
名古屋市東区葵町 1-1-21
TEL 052 (931) 5361
仙台中倉 3-17-57
TEL 0222 (95) 4270

るのである。

僧帽弁口が狭くなると血液が左心房から左心室に流れにくくなり、左心室には肺静脈からの血液がたまって拡張してしまい、心房の壁が弱いため心臓自身による代償作用ができなくなると肺血管がすぐにうっ血するのである。

僧帽弁狭窄は、他の弁膜症よりも早めに症状が現われてくる。顔色が悪くなり、からだもだるくなってくる。動悸がし、肺にうっ血が起こっているため息切れしやすくなる。

また、左心房には血栓ができやすく、それが何かではがれて心臓から流れ出して脳塞栓になってしまうこともある。かぜをひいたり、妊娠などで弁膜症から心不全になりやすいので充分に注意しなければならぬ。

●僧帽弁閉鎖不全

やはり原因のほとんどがリウマチ性心内膜炎である。僧帽弁は左心房から左心室に入った血液の逆流を妨ぐのだ

が、弁の閉じ方が悪いと心室が収縮したときに心房に逆流してしまい、大動脈に送り出される血液の量が少なくなる。左心室ではこの逆流した血液と肺静脈から送られてきた血液が一緒になり、次にはそれだけ多量の血液が左心室に入ってきて、それを全部大動脈へ送り出そうとするため左心室の負担は大きくなる。

こういうことを繰り返していると、心房内圧が常に高いため、肺静脈はうっ血を起こし、心房、心室は拡張・肥大してしまふ。しかし、心室の壁は丈夫なのでかなり長い間その代償作用が続けられるが右心にまで影響が及ぶとうっ血症が現われてくる。

僧帽弁閉鎖不全は診断がむずかしいとされているが、リウマチや心内膜炎をやったことのある人は、その疑いがあると思つてよい。

●大動脈弁閉鎖不全

若い人では心内膜炎が原因で起こる

ことが多いが、老人では動脈硬化が原因で起こることがある。また梅毒が原因となっていることも少なくない。心臓弁膜症のうちでも非常に多い病気で

大動脈弁の閉じ方が悪いと、左心室から大動脈に送り出された血液が、次の心室の拡張時に左心室に逆流し、心房から送り込まれた血液とで量が多くなる。次にはそれを全部送り出さなければならぬために心室に非常な負担がかかるようになる。その結果、左心室は拡張・肥大するのである。

左心室の壁は厚いため、その人の健康にさしさわりのないようになり長い間閉鎖不全を発見して症状がひどくならないうちに治療・養生することが望ましい。

大動脈弁閉鎖不全のときの大動脈は心臓の収縮時には正常な人より多量の血液を送り込まれるため普通以上に拡張され、また心臓の拡張時には、一部が逆流するために収縮し、血圧も低くなる。

そのため、動悸が激しくなったり、血管音が聞こえたり、脈の打ち方が大きくなったりする。

●大動脈弁狭窄

この病例は大動脈弁閉鎖不全よりずっと少ない。心室から大動脈へ血液が送られにくく、それだけ左心室に強い力が必要となるため、左心室肥大を起こす。

脈は普通より遅く、血圧が低い。何か運動をすると、血液は手足に行き、また左心室から送り出される血液の量が少なくなると、脳の方の血液が不足して脳貧血を起こす。

しかし、静かにしている時には異常はみられないので、心不全などと併発していなければ、とりたてて治療をする必要もない。

(つづく)

暮らしと健康

(2)

◆気泡が若返りを促進

「湯治」ということばがあるように、温泉の利用者の多くは、湯の中に含まれている種々の成分がからだに浸透してからだの芯まで温まり、神経痛やリウマチ、胃腸障害などによく効くのだと考えているはずだ。

ところが、音響測深機や魚群探知機、水中電信機、水中テレビ装置など数々の発明を成し遂げた東京芝浦工業大学の橋本富寿博士の研究によって、温泉の効能は湯の成分より気泡（アワ）による効果が大いことがわかった。

橋本博士は、伊豆の畑毛温泉の湯が体温よりも低い三六度というぬるい温泉であるにもかかわらず、よく温まり、神経痛やリウマチ、中風に効果を示し、血圧を下げる霊泉としても有名なほどという理由によるかという疑問を持ち、研究に入ってしまった。この結果、温泉の中に無数の小さなアワが自然に発生して超音波（一秒間に一万回から二万回以上の音の振動数）を起しているからだということが明らかにされたのである。それは湯質より気泡が疾患に対してより有効な働きをしているということなのである。

●湯質より気泡が有効だと実証された 家庭用超音波浴中ヘルシー 気泡マッサージ器

また、長野県小県郡丸子町の鹿教湯温泉（農家の集団保養に利用している温泉）も三六度というぬるま湯ながらよく温まり、高血圧や動脈硬化症に卓効のある霊泉として有名だ。これも、伊豆の畑毛温泉と同じ理由による。これら霊泉と呼ばれる卓効のある温泉では、いずれも湯元では湯と気泡（アワ）がともに噴出し超音波を自然に発生させている。

そこで、橋本博士は人工的に超音波を発生させる気泡（アワ）を一般家庭の風呂にもちこみ、天然温泉以上の効果をあげることに研究を重ね、ついに実用化に成功したのである。

博士の指導による装置は、名づけて「ヘルシー」といい、波状式に浴槽の湯水に空気を送り込むという簡単なもの。たつぷり空気を吸い込んだ湯水は無数の微小気泡を含んで生きもののように動きまわり、こまかく振動する。

普通の入浴では、からだの表面の毛細管に影響するだけだが、超音波気泡浴を利用すると、気泡群から発生する超音波の作用により体内までよく温められる。

こまかく振動する温水の衝撃波と水中気泡による超音波は、皮膚面から

筋肉、内臓諸器官に心地よい刺激を与え、全身マッサージを繰り返しながらからだの深部の毛細管まで影響を与える。

普通の風呂とちがって短時間でより効果的にからだの内部まで温まるから結果として、皮膚の毛孔が大きく開き血液の循環をよくし、新陳代謝が旺盛になって、内臓、血管、リンパ管、生殖腺、汗腺等、体内の諸機能が活発化する。

無数に吹き出る気泡はそれ自体が持っている洗浄作用により老廃物を皮膚面から取り去り、その中に包み込んで浮上する。

皮膚面は石鹸で洗ったように清潔になり、汚れが完全に取り除かれた皮膚から酸素が体内によく行きわたり、からだ全体が若返ってくるのである。

◆多数の臨床例が実証

橋本博士は「自分は工学者だから医療効果については医学者の研究を待つが、今まで数人の医学者の実験結果でも、外傷後の疼痛、肩や腰の痛み、神経痛、関節炎、各種炎症、難治性カイヨウなど、四六四例のうち著しい効果をあげたのは一八五、良一、二三八、

効果不明は四一となっている。とくに病気はなくても運動不足がちな人や、肥りぎみの方には良効を示し、不眠症には著しい効果がある」と述べている。日本医学界では橋本博士の研究発表を基礎として、人工温泉による新しい治療原理に基づく研究が進められ、画期的な成果をあげている。

昭和四二年、神戸市で開かれた日本超音波医学研究会では、名古屋大学の石崎峰子博士が「最近とくに多い自動車事故によるムチウチ症には超音波入浴（アワ風呂）が効果的で、首の動脈部に一日一回五分間気泡を当てる治療で、軽い人は二〇回位、耳なりや目まい、頭がふらつく、手があがらないなどの後遺症の人でも三〇回から四〇回位で治療効果をあげることができた」と発表している。

また、岐阜県下呂温泉病院では「理



超音波気泡浴(あわぶろ)使用法

症 状	入 浴 温 度		アワを当てる時間		アワを当てる場所
	夏	冬	1~4回目	4回目以上	
細胞の若返りと老化防止 ガン予防と再発防止 疲労と全機能の回復 体力の衰えや病後の回復 不眠症 産前産後 全身美容	36~37	38~39	4分~10分	10分~15分	全身
精力の増進 性感美容	37~38	39~40		10分前後	前立腺局部
美 顔	1回	12~13秒	数回繰返す		顔 面
内臓疾患 胃腸障害 胃下垂 胃腸の弱い人 貧血症 常習便秘 肥満体 やせすぎ	36~37	38~39	4分~10分	15分~20分	腹部中心
心臓病 高血圧 低血圧 中風 動脈硬化症	35~36	37~38	"	15分前後	腰 下
神経マヒ 小児マヒ 神経痛 リウマチ 筋肉痛 腰痛 捻挫 肉ばなれ 手足腰の冷え症 しもやけ 凍傷 糖尿病 手術後療法	35~36	37~38	"	15分~20分	患部全身
更年期障害(血の道)	37~38	38~40	"	15分前後	全身
肩のこり	36~37	37~39	"	10分~15分	背中から肩
ぜんそく	36~37	38~39	"	10分	のど
ムチウチ症	36~37	38~39	"	10分	首の動脈部
ワキガ	37~38	39~40	"	10分	ワキの下
皮膚病 水虫	36~37	38~40	"	10分~15分	患 部
夜尿症(子供の寝小便)	38~39	39~40	"	10分	腰 全身

学的効果を取り入れた治療法として患者をアワ風呂入浴させ、脳卒中や中風、神経痛やリウマチ、筋肉痛、関節炎、動脈硬化症、交通事故による後遺症患者などの治療に応用し、科学的成果が大きな役割を果たしている」と述べている。

さらに、リハビリテーション学会では、東京教育大学医学部教授、小川新吉博士と東京厚生年金病院・南光彦整形医長の研究によって、「気泡浴は自律神経の緊張を高めるので、疲労の回復には普通風呂の入浴と比較にならない

ほど著しい効果がある」といい、東京三ツクリニック院長で鳩山元総理の主治医であった名和能治博士は、多くの患者に臨床実験を行なった成果を「気泡浴をすれば毛穴の奥の老廃物までとって清潔にするので、とくに新陳代謝をさかんにする。また、老化して弱くなった毛細血管が弾力性を増して強くなり、細胞を若返らせ、さらに、血糖を低め、動静吻合(毛細血管の周辺の細胞の安全を守る組織)をつくる。そして、内臓を丈夫にして造血能力を高め、貧血症や狭心症がなくなり、腸の

栄養吸収力と赤血球をつくり、力が倍増する。食欲が増し、快便で体調が整う。また、ガン予防と再発防止にも効果が著しい」と絶賛する。

◆多岐にわたる効き目

- ここに紹介する超音波気泡マッサージャーヘルシーの特徴をあげると――
1. 筋肉の若返りと細胞の老化を防ぐ。
 2. コレストロールを取り除き、血管の若返りを促進する。
 3. からだ中の全疲労素を取り除き、全機能の働きを活発にする。
 4. 精力の増進と性感美容、不感症に効果がある。
 5. ガンの予防と再発防止に効果がある。
 6. 栄養の吸収力と赤血球をつくる力が倍増する。



7. 体力の衰えや病後の回復を早める。
 8. 肥満体は細くなり、やせすぎは太る(標準体になる)。
 9. 快眠が得られ、不眠症が治る。
 10. 常習便秘が速やかに治り、体調が整う。
 11. 胃腸の働きを活発にするので、貧血症が治る。
 12. 動脈硬化症、中風に卓効を示し、脳卒中の予防によい。
 13. 内臓疾患、胃腸、肝臓、糖尿病の治療に効果がある。
 14. 神経マヒ、小児マヒ、神経症、ヒステリーの治療によい。
 15. リウマチ、神経痛、腰痛に卓効。
 16. 肩こり、筋肉痛、捻挫、肉ばなれに効果がある。
 17. 脱きゅう、突き指、内出血の回復を早める。
 18. ぜんそくに卓効がある。
 19. ムチウチ症の後遺症も四〇回位の入浴で効果がある。
 20. 痔の治療に効果的である。
 21. 足腰の冷え症、冷房による障害には温熱治療効果がある。
 22. 夜尿症に効果がある。
 23. しもやけ、凍傷は四、五日で治癒する。
 24. ワキガの悪臭をとめる。
 25. 皮膚病、たむし、水虫の菌が萎縮し治療効果がある。
- このようにその効能には驚くべきものがある。この「ヘルシー」を愛読者に限り特別価格で頒布します。詳細は23ページを参照してください。

プリンシピア大学在学中、日本人の留学生と話すうちに、日本に魅了されてしまった西川ペギー夫人(二十四歳)は、卒業後日本のタイムライフ社の英会話教師という職業をみつめて、二年四カ月前来日した。

そして去年の四月結婚した清志氏と新しいシステムの英会話クラブを経営しているが、ほかにラジオ放送「百万人の英語」にも出演中である。

★会社には忠誠、家庭には？

日本について最も興味があったことは、日本人の考え方、特に神や人生についての考え方でした。

来日後十八ヶ月間はタイムライフ社の社員として英会話を教えてきましたが、おもに上級者のサラリーマンハイ九人のクラスだったので、宗教や人生についてディスカッションをする機会に恵まれ、それらについて少しずつ知るようになりました。

サラリーマンは、どうして会社にもそんなに忠誠をつくすのでしょうか。それについて家庭には忠誠をつくさない。それは物事の重要性の順序が、一に会社、二に子供、三に妻だからでした。私は一に家庭、二に仕事と教えられてきましたのに……。

それは何をすることもどうしてそうするのか考えるよりも、まず聞いとの調和を考えるからなのでしょう。

★東京でスポーツをしたいのですが……

二カ月前、主人とアメリカに行ってきました。そしてやはり将来はアメリカに住みたいと思いました。

私が育った家はコネチカット州フェアフィールドにあります。海岸の近くで緑もあり、テニスと水泳がいつも生活の中になりました。大好きなスポー

DISCOVER JAPAN

青い目の日本イチャモン帖①

花嫁三点セットを 買うなんて 信じられません



西川ペギー夫人(アメリカ)

ツが、東京では高いお金を払わなければできないのがつらいのです。

アメリカでは卒業したハイスクールのヤカレッジのスポーツ施設は、予約を取ればいつでも利用できますし、予約も混んでなんかいません。日本、いえ東京以外はあまり知りませんが、東京は大きくて忙しい町だから、いやです

ね。交通がとても便利でアメリカはかないませんが、しかしどれも混んでますね。

けれども私なりに日本での住まい方は工夫してつくりなす。日本は住まいのスペースが狭いから、結婚してアパートを捜すときは押入れがたくさんあることを第一条件にしました。

二DKに一間の押入れが二つあるアパートをみつけて、一つは洋ダンスに、あと一つは他のこまごましたものを入れてます。家具は立派すぎるステレオと藤椅子二脚と折たたみテーブル一つとベッドだけにして、スペースを大切にしています。日本の花嫁さんは、花嫁三点セットを買って、どうするの？

★英会話は苦しむもの？

私は小さい時から語学に興味がありました。ハイスクールではフランス語を習ってましたが、父親の仕事の関係でベネズエラに住んだ時、そこで話されているスペイン語により親しきを感じて、大学ではスペイン語を専攻し、スペインには一年間留学もしました。つまり、学び知っていたフランス語より、聞き接したスペイン語のほうが、より身近かに感じ憶えてしまうということを知らされたんです。

そこで以前はタイムライフ社のシステム通り英会話を教えてましたが、やはり中学の時から英語が好きでたまらなかつた主人と巡り会って、主人は商社を辞め、私はタイムライフ社を辞めて、二人で考えた新しいシステムの英会話クラブを始めました。

主人も私も英会話は楽しむもので苦しむものではないと考えてます。本を読む、文を書くための英語と違って、楽しみながら自然のうちに憶えていくのが会話じゃないでしょうか。

日本の方楽しんで英会話を憶えていただけたなら、それが私たちの夢なんです。そして私達のシステムを理解してもらって、任せられる方ができたなら、アメリカに本拠地を置いて、時折日本にも来て英会話を指導する、そんな風にできたらと思ってます。(談)

春 頌

夢多き年の始めに

いくつになっても正月はうれいしいものです。毎年、私に夢と希望を与えてくれるからです。この夢は、たとえ全部実現できないにしてもいつも新しい力、生きる活力を与えてくれます。実現できるかということより、希望に向かって懸命に努力することが、より重要なことではないでしょうか。

今年、奉仕と感謝の精神を全従業員とともに徹底したいという夢をふくらませていきます。孔子は「吾れ日に三度吾が身を省みる」と謂って自戒していますが、これは自らに対する「教育」であると思います。愚痴や不平をいうエネルギーを、前進と感謝に切換えて一日一日を大切に、全員火の玉となって、それぞれの使命を果たすべく猛進する覚悟でございます。どうぞ今年も相変らずのご声援をお願い申し上げ、皆様の限りないご幸福を祈念して年頭のご挨拶いたします。



「鹿」発行人
福島 文雄



鹿沼グループ代表
福島 充

鹿沼グループ

株式会社 鹿沼カントリー倶楽部
〈ゴルフ場 45鹿沼カントリー倶楽部〉

東北縦貫開発株式会社
〈ゴルフ場 鹿沼72カントリークラブ〉

サンユウ産業株式会社
〈ゴルフ場 富士御殿場ゴルフ倶楽部〉

サリカ・カヌマ開発株式会社
〈ゴルフ場 サリカ・カントリークラブ(タイ国)〉

株式会社 日本健康管理協会
〈VIVI鹿友倶楽部〉

株式会社 レストランVIVI
〈レストラン&クラブVIVI〉

尾瀬開発株式会社
〈尾瀬岩鞍スキー場〉

サンユウビルディング株式会社
鹿沼トラベルサービス株式会社
株式会社 鹿友会館

インコース、総仕上げの段階に

《11番ホール、フェアウェイより富士を望む》



《池越えの12番ホール》



《14、15番ホールを一望》



コース周辺の植栽工事も進展



急ピッチの給排水工事





(写真はいずれも51年11月25日撮影)

●コースを視察される方は現地事務所にお立ち寄りください。係員がご案内申し上げます。



富士御殿場ゴルフ倶楽部

サンユウ産業株式会社

本社／東京都中央区京橋2-3-16鹿沼ビル ☎03-561-9731(代)
現地事務所／静岡県御殿場市市場965-1 ☎0550-9-3534(代)

日本三大サーカス“北海の雄”キグレサーカス東京初公演

後樂園キグレ大サーカス

年に一度のおたのしみ

★特別出演★ アメカ最高の猛獣使い
リリー・アンナ嬢



200名様御招待

(A) 12月25日～12月30日、1月6日～1月20日有効券100枚
(B) 1月21日～2月12日の平日(火～土曜)有効券100枚
本誌愛読者にご招待券をプレゼントします。
下記にて電話またはハガキでお早めにお申し込み
ください。(A、Bの別と枚数をご明記願います)
申込先/〒104東京都中央区京橋2-3-16鹿沼ビル
ライフマガジン「鹿」 ☎03(561)9731(代)

会場



日本一のテント劇場(場内暖房完備)

後樂園球場特設会場

お問い合わせ 03 811 2111 大代表

◎平日ご入場の方には後樂園ゆえんちご招待券進呈 ◎20名様以上団体割引いたします ◎交通一円電・都営地下鉄6号線・水道橋下車 営団地下鉄丸の内線・後樂園下車

期間・昭和51年12月25日(土)▶昭和52年2月13日(日)

休演 毎週月曜日と12月31日、1月3日は休みません 料金 ■一般席 大人 1200円 小人 600円 ★特別指定席 大人 1600円 小人 1000円
公演▶平日 12時より2回公演・日曜・祝日 10時より4回公演 元旦は12時より2回公演 1月2日 5日は4回公演 12月26日 日は12時より2回公演

主催 ● 読売新聞社・報知新聞社・日本テレビ放送網/協賛 ● マルシンフーズ・日立製作所・明治製菓

《ご注意》

※表記料金は平日ビジターフィ(税金、その他を含む)、キャディフィ(1R分)、昼食代(1食)を含みます。ただし、ロッカーフィ、コース、ハウス両売店の会計、キャディフィのラウンド・オーバー分、重量オーバー分、雨天および時間外手当は別途にいただきます。

※本券は当日の朝フロントに提出してください。プレー終了後の提出は無効です。
※スタート予約はプレー日の1ヶ月前より表記場所にて受付いたします。定休(木曜日)

《交通》

●東北本線ご利用の場合

上野発 → 宇都宮着 / クラブバス発 → コース着
7:00(特急ひばり1号) → 8:13 / 8:40 → 9:25
7:04(急行日光1号) → 8:27 / 8:40 → 9:25

●東武日光線ご利用の場合

浅草発 → 新鹿沼着 / バス発 → コース着
7:10(快速) → 8:45 / 8:50 → 9:10
7:20(特急) → 8:38 / 8:50 → 9:10

●お車の場合

(東北縦貫自動車道)

岩槻インター → 鹿沼インター 50分
鹿沼インター → コース 15分

●タクシー

東北本線宇都宮駅から 40分
東武日光線新鹿沼駅から 20分

■鹿沼インターチェンジよりコースまでの道順詳細



《ご注意》

※表記料金は平日ビジターフィ(税金、その他を含む)、キャディフィ(1R分)、昼食代(1食)を含みます。ただし、ロッカーフィ、コース、ハウス両売店の会計、キャディフィのラウンド・オーバー分、重量オーバー分、雨天および時間外手当は別途にいただきます。

※本券は当日の朝フロントに提出してください。プレー終了後の提出は無効です。
※スタート予約はプレー日の1ヶ月前より表記場所にて受付いたします。定休(木曜日)

《交通》

●東北本線ご利用の場合

上野発 → 宇都宮着 / クラブバス発 → コース着
7:00(特急ひばり1号) → 8:13 / 8:40 → 9:25
7:04(急行日光1号) → 8:27 / 8:40 → 9:25

●東武日光線ご利用の場合

浅草発 → 新鹿沼着 / バス発 → コース着
7:10(快速) → 8:45 / 8:50 → 9:10
7:20(特急) → 8:38 / 8:50 → 9:10

●お車の場合

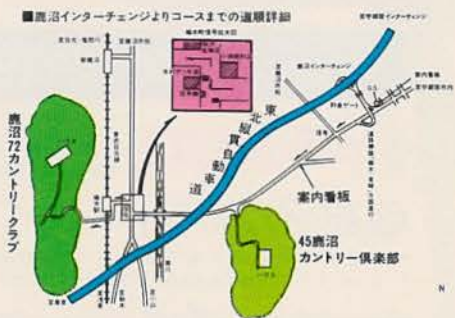
(東北縦貫自動車道)

岩槻インター → 鹿沼インター 50分
鹿沼インター → コース 15分

●タクシー

東北本線宇都宮駅から 40分
東武日光線新鹿沼駅から 20分

■鹿沼インターチェンジよりコースまでの道順詳細



《ご注意》

※表記料金は平日ビジターフィ(税金、その他を含む)、キャディフィ(1R分)、昼食代(1食)を含みます。ただし、ロッカーフィ、コース、ハウス両売店の会計、キャディフィのラウンド・オーバー分、重量オーバー分、雨天および時間外手当は別途にいただきます。

※本券は当日の朝フロントに提出してください。プレー終了後の提出は無効です。
※スタート予約はプレー日の1ヶ月前より表記場所にて受付いたします。定休(月曜日)

《交通》

●東北本線ご利用の場合

上野発 → 宇都宮着 / クラブバス発 → コース着
7:00(特急ひばり1号) → 8:13 / 8:40 → 9:10
7:04(急行日光1号) → 8:27 / 8:40 → 9:10

●東武日光線ご利用の場合

浅草発 → 新鹿沼着 / バス発 → コース着
7:10(快速) → 8:45 / 8:50 → 9:10
7:20(特急) → 8:38 / 8:40 → 9:00

●お車の場合

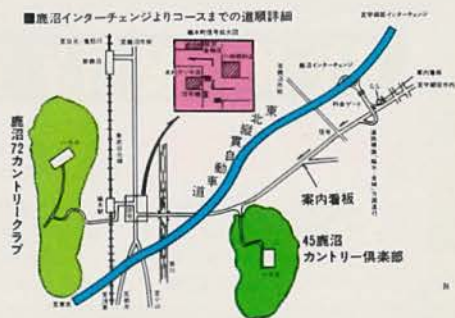
(東北縦貫自動車道)

岩槻インター → 鹿沼インター 50分
鹿沼インター → コース 7分

●タクシー

東北本線宇都宮駅から 30分
東武日光線新鹿沼駅から 20分

■鹿沼インターチェンジよりコースまでの道順詳細



《ご注意》

※表記料金は平日ビジターフィ(税金、その他を含む)、キャディフィ(1R分)、昼食代(1食)を含みます。ただし、ロッカーフィ、コース、ハウス両売店の会計、キャディフィのラウンド・オーバー分、重量オーバー分、雨天および時間外手当は別途にいただきます。

※本券は当日の朝フロントに提出してください。プレー終了後の提出は無効です。
※スタート予約はプレー日の1ヶ月前より表記場所にて受付いたします。定休(月曜日)

《交通》

●東北本線ご利用の場合

上野発 → 宇都宮着 / クラブバス発 → コース着
7:00(特急ひばり1号) → 8:13 / 8:40 → 9:10
7:04(急行日光1号) → 8:27 / 8:40 → 9:10

●東武日光線ご利用の場合

浅草発 → 新鹿沼着 / バス発 → コース着
7:10(快速) → 8:45 / 8:50 → 9:10
7:20(特急) → 8:38 / 8:40 → 9:00

●お車の場合

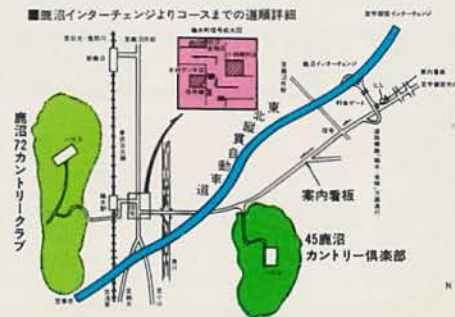
(東北縦貫自動車道)

岩槻インター → 鹿沼インター 50分
鹿沼インター → コース 7分

●タクシー

東北本線宇都宮駅から 30分
東武日光線新鹿沼駅から 20分

■鹿沼インターチェンジよりコースまでの道順詳細



セミ・シーズン特別優待券(4名様)

1名様

¥6,200

エコノミーバック料金・1枚4名様まで有効
土曜・日曜・祝祭日には使用できません。
有効期限 昭和52年1月4日～3月31日

①鹿沼72カントリークラブ

ゴルフ場/栃木県鹿沼市榎木町1475 ☎028975-2111(代)
サービスセンター/東京都中央区京橋2-3-16鹿沼ビル1F ☎03(563)1891(代)

《使用されるプレーヤーのお名前》

様
様
様
様
様

《ご紹介者のお名前》(会員名)

セミ・シーズン特別優待券(4名様)

1名様

¥6,200

エコノミーバック料金・1枚4名様まで有効
土曜・日曜・祝祭日には使用できません。
有効期限 昭和52年1月4日～3月31日

①鹿沼72カントリークラブ

ゴルフ場/栃木県鹿沼市榎木町1475 ☎028975-2111(代)
サービスセンター/東京都中央区京橋2-3-16鹿沼ビル1F ☎03(563)1891(代)

《使用されるプレーヤーのお名前》

様
様
様
様
様

《ご紹介者のお名前》(会員名)

月刊鹿愛読者特別優待券

※本優待券は会員サービスセンターにも常備してございますのでご一報くだされば郵送いたします。

特別優待券(1名様)

1名様

¥8,300

エコノミーバック料金・1枚1名様有効
土曜・日曜・祝祭日には使用できません。
有効期限 昭和52年1月4日～3月31日

①45鹿沼カントリー倶楽部

ゴルフ場/栃木県鹿沼市藤江町1545-2 ☎028975-2131(代)
サービスセンター/東京都中央区京橋2-3-16鹿沼ビル1F ☎03(563)1891(代)

《使用されるプレーヤーのお名前》

様

《ご紹介者》

氏名

様

住所

電話

会員名

特別優待券(1名様)

1名様

¥8,300

エコノミーバック料金・1枚1名様有効
土曜・日曜・祝祭日には使用できません。
有効期限 昭和52年1月4日～3月31日

①45鹿沼カントリー倶楽部

ゴルフ場/栃木県鹿沼市藤江町1545-2 ☎028975-2131(代)
サービスセンター/東京都中央区京橋2-3-16鹿沼ビル1F ☎03(563)1891(代)

《使用されるプレーヤーのお名前》

様

《ご紹介者》

氏名

様

住所

電話

会員名

読者サービスコーナー

★このコーナーは本誌愛読者のための特別頒布の案内板です。商品のお申込方法は商品名と数量を明記の上、広告部宛（東京都中央区京橋2-3-16鹿沼ビル2F）現金書留にてお願いします。☎03(561)9733 担当・渡辺・山口

★印商品は送料無料で。

■へっ甲の製品

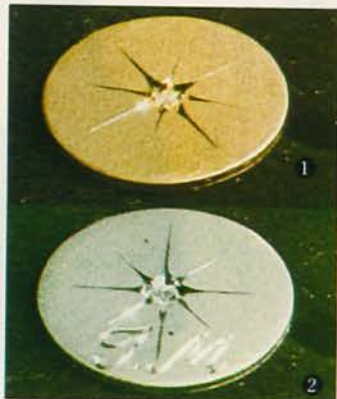
昔からへっ甲の工芸品は、選ばれた人の選ばれた持ち物として広く愛用されてきた。今回ご紹介する品は、へっ甲細工一筋に五十年、へっ甲細工師松田政一氏にちなむもの。上質の琥珀（油亀）を使用し、すべて手造りによる入念な仕上げのもの。琥珀の捕獲頭数が減少している現在、へっ甲製品は非常に価値のあるものである。この機会をぜひご利用いただきたい。なお、手造りのため数に制限がありますので、お早めにご注文ください。なお、必ず（用意して）おね。



①上白 かんざし②上白丸カフス③赤斑入り純銀指輪。いずれも、鹿特別価格 ¥14,000(希望小売価格 ¥35,000)

■ダイヤ入りマーク・メタル

優雅な気分がひたひたにきる——ゴルフ本来の楽しみ方はここにあります。貴金属がこのほど製造販売するダイヤ入りマーク・メタルは、従来、使い捨てに近かったマーク・メタルにあえてダイヤを入れたところから。見事ピンそばにオンしたところに悠々ダイヤマーク……パートナーを圧倒して優雅な気分を味わえる。こうけあいで



ダイヤは0.10カラット。メタルは101ルドル(18K)、プラチナ(99)の二種類。インシャル、日付なども注文に応じて彫れる。このメタルの賞品なども最適です。

①101ルドル18K(全重量三・一六g) 鹿特別価格 ¥20,000(希望小売価格 ¥29,000)

②プラチナ99(全重量二・七五g) 鹿特別価格 ¥24,000(希望小売価格 ¥30,000)

■紋織掛軸

紋織は足利時代末期に西陣の紋屋井関宗麟が発明したもので、8色・10色の彩糸を緻密に織りあげた、一枚続き織りの高度な織物です。



(右より①②③の順)

裏面に特殊な加工がなされているため、温度変化によるそり曲りがなく、図柄はすべて原典に基いて忠実に再現されており、贈答品としてもふさわげられる特製桐箱が全品についています。

■独立自尊は修身 福沢諭吉

簡潔な七文字に託した、心身の独立と志操をもって、人間としての尊厳の上に築かれる一國の独立を論じた福沢諭吉の心髄ともいへべき言葉。

鹿特別価格 ¥35,000(希望小売価格 ¥43,000) 寸法182×46センチ

■水墨竹之図 俵屋宗達
大和絵を新時代の解釈して古典の復興を目指した宗達の作品で、構図や技法も今までに例を見ない装飾的效果をあげています。

鹿特別価格 ¥36,000(希望小売価格 ¥45,000) 寸法182×46センチ

■赤米威徳 柳町八幡堂所蔵
この巻は第一文字の巻といわれ、鎌倉時代末期の典型的なものである。春日大社のものととても装飾金物の豪華な点において現在甲冑の双璧である。

鹿特別価格 ¥27,000(希望小売価格 ¥34,000) 寸法158×43センチ



■ダイヤモンズ指輪

①立爪ダイヤモンズ指輪

ダイヤモンズ0.50カラット、プラチナ99。鹿特別価格 ¥399,000(希望小売価格 ¥500,000)

②ダイヤモンズ入りテザサイン指輪

ダイヤモンズ0.35カラット、プラチナ99。鹿特別価格 ¥150,000(希望小売価格 ¥200,000)

③一文字タイヤモン下指輪

タイヤモン下0・06カラット、フラチナ台座。鹿特別価格 ¥35,000 (希望小売価格 ¥60,000)

④一文字タイヤモン下指輪

タイヤモン下0・30カラット、フラチナ台座。鹿特別価格 ¥85,000 (希望小売価格 ¥120,000)

⑤タイヤモン入りデザイン指輪

タイヤモン下0・30、小0・60カラット、フラチナ台座。鹿特別価格 ¥280,000 (希望小売価格 ¥350,000)

⑥タイヤモン入りデザイン指輪

タイヤモン下0・20、小0・20カラット、フラチナ台座。鹿特別価格 ¥190,000 (希望小売価格 ¥250,000)

⑦カラ⑧までの全商品に鑑定書付き。なおこれは手造りのためご注文いただいた日から約一週間でお手もとにとどきます。

■ミンクコート

いままでのミンクコートはファッション性よりも財産的価値が優先していたため、デザインが遅れている傾向にあった。セツカハミンクを買っても、着る機会と場所にめまされず、ミンクはタンスの中で冬を越すだけだ。

今回紹介するコートは、賢大なミンクをタウワンウェアにし、洋服的感觉に近づけたことにより、現代人のおしゃれにピッタリのコートである。あなたもこのミンクコートで優雅に変身してみたいかがてしよう。

なお、このコートは厳選した高級ミンクで着色は一切していません。全商品に一年間の品質保証書がついています。

①ミンクジャケットコート

鹿特別価格 ¥850,000 (希望小売価格 ¥1,250,000)

②ミンクハーコート

鹿特別価格 ¥680,000 (希望小売価格 ¥980,000)

③希望小売価格 ¥980,000 (00)



①



②



③

④ミンクハーコート

鹿特別価格 ¥880,000 (希望小売価格 ¥1,300,000)

■フロント・マスク

マイカー族は、冬になると車のフロントガラスの凍結が悩みのたね。毎日ポット



のお湯をかけての溶解……。そんな手間を解決してくれたのがここに紹介するフロント・マスクで、車のフロント・ガラスから霜や雪の付着、凍結を完全にシャットアウトしてくれる。ドアはさみ込み式と吸着盛付きのダブル構造のため、雨ガトアから入らず、風で飛んだり盗難の心配がない。取付け、取りはずしはワンタッチ。

鹿特別価格 ¥2,980 (希望小売価格 ¥3,500)

■ゴルフ名画

名手ニクラウスもまっ青のこの絵、実はアメリカ人画家ロイヤル・H・チャプマン氏(ハンティ1のゴルフ)の筆による細密画。「世界の難ホール18」シリーズ中の四枚。このシリーズは、同氏が二年ガカリ(年に六枚)で取り組んでいる労作で、いまのところ、パネル貼りおよび豪華額入として発売されているのがこれ。

①ピットリア・フォールズ60 (168ヤード・バー3) ②ブランド・キャニオン60 (287ヤード・バー3) ③スロキー・マウンテン6&C0 (475ヤード・バー5) ④レッドウッド・フォレスト60 (555ヤード・バー6)

応接間やロビーのインテリアとして、月並みなパネル写真や絵画にない迫力と美しさ、見あきめ趣味が目をクキつけにする。番号指定の上、お申込みください。

●パネル貼り(四枚セット) 鹿特別価格 ¥22,000 (希望小売価格 ¥28,000)

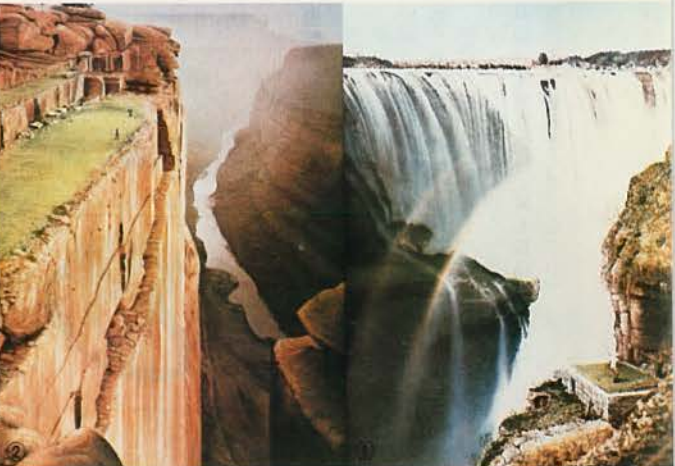
○(一枚) 鹿特別価格 ¥5,800 (希望小売価格 ¥7,000)

●豪華額入り(四枚セット) 鹿特別価格 ¥34,000 (希望小売価格 ¥40,000)

○(一枚) 鹿特別価格 ¥8,800 (希望小売価格 ¥10,000)

なお、この絵を使つたカレンダー(六枚もの)も発売中。お申込みは当広告部へ。

鹿特別価格 一部 ¥1,200 (希望小売価格 ¥1,500)



★ ■ヘルシー(超音波気泡マッサー) (8)

科学万能の現代でも入浴法は昔と少しも変わっていない。ところで普通の風呂の場合、短時間で全身と体の内層までをマッサーする事はできないが、ここに紹介するヘルシー風呂なら、わずか10分〜20分位続けるだけで体力がくわがてくる。

ヘルシー風呂は、ヘルシー本体から噴射される気泡(1分間に318,000個の泡)が全身に当たり、ヘルシー独特の超音波が皮膚や筋肉を通して、骨まで達し、皮膚面の



アカをとり去るので石鹸等は必要ない。その上、血液の循環を促進し、組織の動きを活発にすると共に、老化した皮膚に刺激を与えると美容にも素晴らしい効果がある。美容と健康に役立つこのヘルシー風呂で温泉気分を満喫してはいかがでしょう。鹿特別価格 ¥34,800 (希望小売価格 ¥43,800)

★ ■スイート・ロー

肥満は糖尿病、心臓病、高血圧の原因と



なっていることはよく知られている。肥満はカロリーの取りすぎが原因となっているので、その予防にはカロリーを減らすことが必要である。消費しきれないカロリーは脂肪となってしまふからだ。

そこで、肥満体および糖尿の傾向のある方に、スイート・ローをおすすめしたい。スイート・ローはアメリカから直輸入の人工甘味料で、甘さは砂糖の10倍、カロリーは1/10倍である。スイート・ローは砂糖と同じ粉末状なので熱湯・冷水にすぐ溶ける。その上、紙包み形式なので携帯には非常に便利である。体調に影響なく、自然にやせられるスイート・ローをあなただもごうぞ。

- 6箱(一箱50袋入) 鹿特別価格 ¥4,000 (希望小売価格 ¥6,000)
- 12箱 鹿特別価格 ¥7,500 (希望小売価格 ¥12,000)

★ ■ニューバイター

マッサーは、血液の循環をよくし、まだリンパの流れをスムーズにして体にたまった老廃物を除去するのに大きな効果をおられます。このような働きが筋肉を柔軟にし疲労の回復をはかり、いきいきとさせる役目を生む。

今回ご紹介するニューバイターはマッサー効果をあげるために必要な重さに設計されているので体にのせるだけで十分その効果を発揮する。ニューバイターに

は2通りの振動があり、下脚および太もも腰などをマッサーする時は強振、首すじ肩、背肌、腹肌、上腕をマッサーしたりツボをおさえる時は弱振を使用する。

なお、このニューバイターは全国の国立病院で使用され、医師も絶賛するほどの医療機械である。鹿特別価格 ¥26,000 (希望小売価格 ¥32,000)



★ ■ブルーベリー

果実の宝庫として有名なカリフォルニアの大腸の緑をいっばいに浴びて育ったブルーベリーは、ビタミン類やミネラル類の含有量が豊富なこと、ワンダー(不思議)フルーツともミラクル(驚異的)フルーツとも呼ばれ、古くから欧米人の食卓に欠かせない美容健康食として親しまれてきた。

とくに、ブルーベリーは女性に多く見られる便秘や貧血に効果があるばかりでなく、鉄分の不足した人のヘモグロビンおよび赤血球の数を正常値に回復させる働きがある。ビタミン、ミネラル摂取不足が叫ばれている現代人にとってブルーベリーはそれらを補うすばらしい果実のエキスなのである。

ここに紹介するティリースブルーベリーは、カリフォルニア産の良質なブルーベリーを特殊

■スペースプランニング 建築計画・土地の有効活用

こんなとき当社の経験豊かな
コンサルティングスタッフが
皆様のお手伝いを致します。

●お気軽に03-212-1321へ
お電話ください。



白石建設株式会社

SHIRAIKONENSETSU K.K.
東京都千代田区丸の内交通公社ビル916区

な抽出法と高度な技術で濃縮した天然濃縮エキスで添加物、防腐剤などはまったくかわれていない。美容食にシヤムに大きい利用ができる。鹿特別価格一セット12800円(五個詰) ¥7,500(希望小売価格 ¥9,500)



■小麦胚芽油

小麦胚芽油は、小麦からとれる精製しない植物油で、通常の食生活ではあまり摂取することができないビタミンE、Fを豊富に含んでいる。ビタミンEには、血液の循環をよくし、体内のグリコゲン(筋肉のエネルギー源)代謝に影響を与えないことから、若返り、コレステロール沉着の予防、頭痛、めまい、冷え症などの予防に効果がある。

この油にはビタミンE、F(γノール酸リンレン酸)がバランスよく豊富に含まれているものは他の植物油にはみられない特徴である。

ここに紹介する小麦胚芽油はアメリカ・カナタ産の小麦胚芽を厳選し、100%純粋に天然のまま搾油した天然栄養食品だから安心して利用できます。多忙なビジネスマン

や管理職の方々、スポーツマンの体力づくり、女性の美容食品に、また発育期のお子さまにと、どなたにもおすすめてきます。飲み方は茶さして一日2-3杯、食前、食後を問いません。料理にかける、ジュースに混ぜる、マヨネーズやサラダドレッシングに混ぜる、ハチミツに混ぜてパンにぬるなど、種々の利用法があります。

〈一本〉鹿特別価格 ¥2,200 (希望小売価格 ¥2,800)
 〈五本〉鹿特別価格 ¥11,200 (希望小売価格 ¥14,000)



■マイミネラー

マイミネラーは、すべての水に含まれているカルシウムをはじめとする天然ミネラルを電気分解することによって、カルシウム・イオン水(陰極水)と酸性水(陽極水)という性質の異なるふたつの水をつくり出す機械である。カルシウム・イオン水は消化不良、慢性下痢、胃腸内異常発酵、制酸剤に効果があり、酸性水にはアストリンゼン効果があるので、美容に役立つ。一家

に一台マイミネラーをどうぞ。鹿特別価格 ¥44,500 (希望小売価格 ¥48,000)



■スタイリー

日曜日は、このスタイリーを使って、家族みんなで楽しいファミリートレーニングをしてみてはいかがでしょう。スタイリーは、屋内でも屋外でも使用でき、その上、折りたたみ式なので持ち運びはいたって簡単。スタイリーで有効な体力づくりをはじめましょう。鹿特別価格 ¥18,500 (希望小売価格 ¥20,500)



■穂(たらの)精(高級養生茶)

タラップ、タロツバなどの愛称で親しまれる穂(たらの)の木は、古くから、糖尿、腎臓、胃病などに効果のある薬用植物としてもよく知られている。「穂の精」は、明治・大正の食養生家、村井松音氏がとくに優れていると折紙をつけた日光産の穂の木皮根と、山峡に自生するサルノコシカケ、キクバオウレン、クマ世のイモ、那須高原

株式会社 竹ノ内・浅間建築事務所

宇都宮事務所 栃木県宇都宮市下平出町1019-6 (竹ノ内一雄常駐) ☎0286(61)8201
 東京事務所 東京都渋谷区代々木4-31-6 松屋ビル(浅間道雄常駐) ☎03(378)1993代

このコンパウンド根をブレンドした天然の養生茶。独特の技術により刺激性をとり、おいしく調整されているので、お年寄の方まで毎日手軽に飲用できる。

プラスチック容器105詰

1個 鹿特別価格 ¥1,700

(希望小売価格 ¥2,000)

5個 鹿特別価格 ¥8,000

(希望小売価格 ¥10,000)

ティーパック30袋詰

1箱 鹿特別価格 ¥2,100

(希望小売価格 ¥2,500)

5箱 鹿特別価格 ¥10,000

(希望小売価格 ¥12,500)



■生ローヤルゼリー

ローヤルゼリーには、アミノ酸組成、たんぱく質、それに数多々のビタミン類が含まれている。

それも新鮮な生のもの方が効果が高いが、生の場合、いままでの保存法に問題があったし、ローヤルゼリーそのものが胃酸によって破壊されるといふこともあって錠剤型の方が多く普及している。

ここに紹介するローヤルゼリー・軟カプセルはそれらの悩みを一挙に解決した健康



食品である。ナチュラルなビタミンEと最高級の純生ごま油の二重膜で包んであるから品質も安定し、胃酸に破壊されずに体内にすみやかに吸収される。それに1カプセルが生ローヤルゼリー換算10倍だから、市販されている錠剤1錠の約3倍に当たる。鹿特別価格一箱100カプセル入 ¥7,200 (希望小売価格 ¥9,000) ◎会員特別価格と単位

3箱 ¥18,900 6箱 ¥35,100

■シヨートタイム・トレナー

STT(シヨートタイム・トレナー)は、長年のドイツ医学のデータ、研究によって生れた、最も合理的なトレナーで、29種類の基本運動を組み合わせて、各種症状に対応することができる。

また、いままでの自転車式美容機と異なりサドルがない。立ったまま、ペダルを踏むのがSTTの特長で、サドルに座って運動



する数倍の効果がある。さらに、簡単に分解できるので、足ばかりでなく、腕、腰、膝、背など全身の筋肉鍛錬にも使用できる画期的なトレナーである。STTは時間をとらず、座イスなみにコンパクトなので広いスペースを必要としない。

主人の高血圧、糖尿、肝臓障害、肩こり、肥満、早期老化等の予防に、奥さん・お嬢さんの美容、便秘、冷え症にすばらしい効果がある。このSTTを10台用意しています。鹿特別価格 ¥16,000 (希望小売価格 ¥22,000)

■クロレラ錠

クロレラは、淡水産の単細胞緑藻類の一種。20億年も前から、太陽の光を吸収して繁殖し続けてきたという、活力に満ちた植物。自然食品の中でも早くから注目されてきた。クロレラには良質のタンパク質が50~60%含まれており、これは植物中最高である。それとアルカリ生成度が非常に高く、一般野菜や果物の10~50倍もあり、ミネラルや各種ビタミンも豊富で、ビタミンAと



Cが特に多く含まれている。

ここに紹介するクロレラ錠は、清浄培養法によって作られた自然健康食品で、これを毎日飲み続けることによって、血液や体質がアルカリ性になり、自然な働きで健康維持に役立つ。鹿特別価格300粒入 ¥2,100 (希望小売価格 ¥3,000) 1,500粒入 ¥9,500 (希望小売価格 ¥13,500)



鹿沼72CCへ5分・45鹿沼CCへ10分

増改築完成・冷暖房・駐車場完備

松屋旅館

お気軽にお電話ください

栃木県上都賀郡栗野町深程1660
☎0289(85)3310(代)

急増するぜんそく患者

ぜんそくは不治の病、難病の一つとされているほど根治しにくい病気であります。全国のぜんそく患者は軽度のものをふくめると三百万とも五百万ともいわれ、近年では大都市ばかりか、地方都市においても増加の傾向にあるという。その主たる原因は、高度成長によ

ぜんそくばかりは、かかった経験のない人には、とうてい理解できないほど苦しいもので、当人はもとより、家族みんなを悲惨な状況にしてみよう。とくに、ぜんそくの子を持つ親にとつて、子どもが発作を起こしたときのさまは、あまりに痛々しく、出来ることなら代ってあげたいと誰もが語る。ぜんそくの症状としては、まず、息を吸うときに、苦しめて喘鳴を伴う。

食べる健康法

12



泉命茶

ぜんそく、かぜにすごい効果

カロコン、カキの葉、ビワの葉などの野草が入っている

って大気汚染、生活環境の破壊といったさまざまな公害をひき起こしてしまつたことにある。

その他、のどが痛い、風邪でもないのに咳がでる、痰がでるなどと、ぜんそく一步手前の症状を訴えながら、毎日通勤しているサラリーマンの姿などもあちこちで見うけられる。これなどは、そのまま放置しておくでぜんそくに進展する恐れが多いにあるのだ。

この発作は、夜間によく起こり、呼吸が苦しく、起き上がつてしまつたりする。発作中は、顔面蒼白、チアノーゼ

(血液中の酸素が欠乏して、皮膚や粘膜が青黒く見えること)状態などになり、吐くことさえもある。また、発作中に、腹痛を訴えたりもする。ぜんそくは、重症になると、一日中発作に悩まされ、その苦しむといつたらぬいし、食事()ろではなくなるために、体は

衰弱し、時には命とりになることすらあるのである。

ぜんそくの誘因

ぜんそくの誘因は多岐に渡るが幼児と成人にわけると――。

まず、幼児の場合、花粉、ほこり、特定の食物、たとえば卵、肉、魚などが原因で生体内に抗原抗体反応が起こり、自律神経を介して気管支の攣縮を起す。また、気候の変化や情緒不安定などが引き金となって発作を起す。これは患者の体質、たとえば、アレルギー体質のほかに、遺伝因子が関係してくる。

成人の場合、三十歳以前に始まるぜんそくは、ゴミやほこり、食品、薬剤、鼻炎、アレルギーなどが誘因とされている。また、四十歳以後にはじまるぜんそくの誘因は細菌性アレルギー、疲労、ホリーア性鼻炎、肺気腫、腫瘍であるといわれている。そして、どちらにも共通しているのは、スモッグとタバコである。中年以後の人でタバコを喫いすぎると、喫わない人とは、はるかに前者の方が多発するというデータが発表されている。

ぜんそくの治療として、化学的治療ではアドレナリンや副腎皮質ホルモン剤などがあるが、残念なことに副作用が問題化しており、しかも根治するのは二十%程度とわけて低い。その他、心身の鍛練や、事情が許せば、転地療養という方()あるが、誰

即効性著しい「泉命茶」

そんな人々にとつて、一度は試してみたい価値がある新しいお茶が開発された。話題を呼んでいる。風邪や気管支炎など軽度のものから、慢性化したぜんそくに著しい効果をあげているお茶で、名を「泉命茶」という。泉命茶の製造元・丸茶製茶の社長、鍋田進氏は自分自身の体験から、このお茶を創り出したという。

「私が泉命茶を世に出して、私と同じ苦しみに悩んでいる方の役に立てていただこうと考えましたのは、今から五年前でした。私の場合はかなり重症のぜんそくだったんです。真夏なのに冷やすと咳こむのでえりまきを巻いていたんですが、それでも咳こむこともありましたし、空気を入れかえようと思つても窓をあけられないんです。新しい空気が時として、発作をひき起こすからですよ。それはもうこの苦しきはひどいもんです。こんな状態が十年も続いていました。そんなとき、たまたま出会った土地の古老にすすめられ、山地に自生する植物の煎液を飲んだところ一週間で、咳がとまり、約一ヶ月で、それまでひんばんにあつた発作がほとんどなくなつてしまつたんです。十年間ありとあらゆる治療をやつて、わらにもすがする思いでやつたことなんです……」

と述懐する。そこで、貴重な体験を

した鍋田氏はぜんそくで苦しんでいた数名の知人にこのお茶をすすめてみた。その効果が現われるまで日数の差こそあったが、いずれも発作を忘れるほどになったという。このお茶を飲みやすくなるためと、より効果をあげるためいろいろな野草の配合を試していき、こうしてぜんそくに効果がある泉命茶が出来あがったのである。

編集部が、この泉命茶を知ったのは去年の十月中旬ころだった。健康食品関係に詳しい知人を介して、鍋田社長から泉命茶の「講義」を受けたのだった。しかしながら、いくら口頭で説明されてもおいそれと信じ込むわけにはいかない。そこで、社に帰ってから、編集部の中で、ぜんそくに悩んでいる知人捜しをはじめ、まず試してみようということになった。成分的には全く害はなかったし、ぜんそくに苦しむ仲間の家族や知人は快く試飲してくれた。そうして約三週間——データが集まってきた。

「夜中になると咳で咳こんでいたのがよくなった」(栃木県宇都宮市・男児・二歳十一ヵ月)

「風邪をひくといつも咳だけが長びいていたのが泉命茶を飲みはじめて三日ほどで治った」(練馬区・男児・三歳)

「泉命茶を飲みはじめから三週間で五年間苦しみつづけたぜんそくがウンのように軽くなった」(葛飾区・女子・十七歳)

「子供のときから気管支が弱く、年中風邪気味でしたが、それが信じられない

いく スーッとよくなった」(埼玉県上尾市・主婦・四十二歳)

試飲してくれた人たちは、一様にその卓効に目をみはった。

精力に効果的な成分も

泉命茶がなぜ効くのか、科学的に証明されたわけではない。しかし、科学的に解明されていない自然薬は数多くあるし、漢方薬を使ってぜんそくを完全に治した例が一部にあることからみても、自然のものを使った泉命茶がぜんそくに効果があるといわれる理由であらう。

そこで、泉命茶に配合されている野草を調べてみると、古くから言い伝えられた薬効があり、なぜ効くのかある程度理解できる。

泉命茶には、カロコン、カキの葉、ビワの葉、赤松葉、甘草など数種類の野草が配合されている。それぞれの植物は、それぞれの特徴をもっている。それぞれの薬効をあげてみよう。

●カロコン——暖地に野生するつる科の多年草で「きからすうり」の種。でんぷん質を多量に含み、解熱、風邪、咳止め、痰止め、ぜんそくなどに効果がある。

●カキの葉——カキの葉にはビタミンCが豊富で、その他、カルシウム、ミネラル類が多量に含まれている。血液を浄化し、精力・体力をつけ、病気では糖尿病、高血圧に効くといわれる。いわゆるカキ茶は、貧血症に

なりやすい女性にと、はうつてつきの飲料である。

●ビワの葉——中国では昔から「薬王樹」といい、各種の薬劑処方には欠かせないもの。胃、腸など、消化系の細胞組織を活性化にする作用があり、胃カタル、胃潰瘍、常習便秘、利尿などに効果を発揮する。

●赤松葉——中国、明時代に書かれた植物研究書によれば「松を服して強壯となり、歯を固め、目、耳をよくし、瘡を治し、久しくこれを服すれば、身軽く、不老、延命す」とある。高血圧症、脳卒中の予防、脚気、歯痛、リユーマチなどに民間薬としても古くから使われている。

●甘草——あまぐさとも呼ばれ、字のとおり、甘みのある草である。胃、ケイレンや胃潰瘍に効くといわれ、

鎮痛緩和の薬効がある。また、漢方薬では矯味劑(悪い味をよくする)として、最も多く使われている。

これらの成分が混然となり、相乗作用を起こし、各薬物の単独の作用の及びもつかなかった新しい作用を生み、ぜんそくに著しい効果を現わすことになった。

泉命茶は、一袋を約六合(約一匙)の水で十五分から二十分ほどとろ火で煎じ、十分にエキスを溶出させる。土鍋かホウロウを用いる。一袋は三回まで使え、使用後の泉命茶殻を袋にまてて風呂の中に入ると、肌がなめらかなになり、美容にも効果がある。また、小児が飲用するときは、少量のはちみつか砂糖を加えてあげると一層飲みやすくなる。

なお、飲用は熱いうちの方が即効性があるので、必ず熱いうちに。さめた場合は何度でも暖めてよい。

この「泉命茶」を本誌愛読者に限り特別価格で頒布します。

●徳用大箱(四十五日分)
鹿特別価格 ¥14,500
(定価 ¥18,000)

●小箱(十五日分)
鹿特別価格 ¥6,000
(定価 ¥7,000)

ご希望の方は、広告部宛に現金書留でお申込みください。送料は無料です。なお、現在「泉命茶」の販売代理店を募集しています。お問合せは丸恭製茶(株) ☎0543-64-5369へ。



木綿の袋に入った泉命茶。煮出すと大きくふくらむ。



メンタルゴルフセミナー⑥

クラブの選択について

久能 千尋 元ゴルフ雑誌編集長

即ドライバーは考えもの

あるとき1番から9番ホールまでのショート・ホールを除く、7ホールですべて2番アイアンでティ・ショットをしたことをたずねられると、彼は平然として、「けさ、私はティ・ショットでウッドを使う自信がなかったから」と答えたという。

この人の名は、近代ゴルフ史上でもっとも華麗なスウィングの持ち主といわれ、「マスターズ」三回優勝のほかに一五〇を越すタイトルをもつサム・スニードその人である。

ティ・ショットといえは、なんのためらいもなく習慣的にドライバーを持ち出す人には、ちょっと考えるべきことばではなからうか。ただでさえ、思うように打てないドライバーを、朝の

からだのほぐれていない状態で振り切れるはずがない。これからの寒い冬のゴルフではなおのこと、ろくに準備体操をするでもなく、せいぜいパッティング練習をするくらいで、しかも厚着をしているのだから、ナイス・ショットができたなら、むしろフロックと考えるべきだろう。

日ごろ練習を積んだプロでさえ、朝の出だしには相当の神経を使うものである。プロといえども好不調の波はあり、ある程度は不調のときはそれなりのクラブ選択とショットの調節ができるように訓練している。しろうと目にはナイス・ショットと思える打球でも本人にとつては、ねらいどおりに球が飛んでくれないという不満にさいなまれている場合が存外に多い。そんなとき、かれらがもつとも神経を使うのがクラブの選択である。

単純にあつて何メートルだから何番アイア、ときめいているわけではない。

グリーンに直接オンさせて止めるホールを打つとき、グリーンの手前にパウンドさせてピンにころがすとき、さらに高い球を打つか、低い球で攻めるかは、グリーンの状態とピンの位置、それと風の向きと強さによつて、それぞれクラブの選択が変わるのである。

テレビなどで試合を観ていると、スコア・カードとにらめっこしながら考えこんだり、ときにはグリーン近くのまでわざわざ足を運んで、綿密に作戦をたてている場面がしばしば出てくるが、かれらがかがわかるだろう。

われわれサンデー・ゴルファーにはこれほどクラブの選択に迷うほどの技術は、はじめから持ち合せていないのだし、グリーンの間つこにでも乗ってくれさえすれば、御の字”なのだが、せめて、ティ・ショットはドライバー、グリーン回りはピッチング・ウェッジ、(または9番アイアン) ときめてかかる

ことだけはやめたいものである。もつとも、スニードのようにウッドで打つ自信がないから2番アイアンを使うとなると、サンデー・ゴルファーにはさらにむずかしいショットを要求されることになる。3番アイアンでさえ、うまく打てないのに、2番アイアンなんて、だいたい、そんなクラブは初めから持っていない、という人の方が多いと思う。

それなら、スプーンはどうだろう。ハーフセットの人でも、スプーンなら入っているはずだから、朝の出だしは、とりあえずスプーンを使ってみよう。ウッドの中では、比較的打ちやすいクラブだから、ミスする率が多少は減るかもしれない。

ドライバーで打つても、スプーンで打つても飛距離はそう変らない、といつては失礼かもしれないが、実際に、5番アイアンでも7番アイアンでも格別に飛距離は変らない、というお仲間が多いのではなからうか。80%の確率で、スイートスポットで(真芯に)ホールを捉えられるなら、ハーフで45以上叩く人はいないはずである。

ただし、スプーンも自信がないから5番アイアンで、という人はもう一度練習場へ戻つて出直していただきたい。5番アイアンでティ・ショットしてはいけない規則はないが、他のプレーヤーに迷惑をかけるであろうことが予測されるし、第一、スコア・カードに2ケタが並ぶ腕までコースへ出るのは無謀というしかない。

クラブ自体の 選び方

ティ・ショットはドライバーで、と連鎖反動的になんの疑いも抱かない人と、ナイス・ショットが出ないのは、クラブが合わないのでは？つまり、道具が悪い、と考えてしまう人が多いのは驚くばかりである。どちらもゴルフアー心理のおもむくところではあるが己れの力量を過信し、あるいは誤認している現われである。

前のホールで、長いバットを沈めたり、バンカー・ショットがうまくグリーンに乗ったりすると、今度はティ・ショットがすばらしい当りをしてくれようという気がするものだから、つい力が入る。スウィングのコツがつかめたような錯覚に陥りやすいのである。「そうだ！なんやらオレも閃いたぞ。これだったんだな」

だが、閃めきなんてものは、そんなに早くやってみてはしない。血の出るような練習のくり返しの中から、壁を突き破って突如ほのめいてくるのが、いわゆる「ひらめき」というものである。月に一、二度コースに出てプレーするぐらいでわかったような気がする類いのものは、すべて錯覚であるとみてよい。だから、今度は、今度こそは……の連続で終ってしまう方が多いのである。それでも9ホールか、18ホールかプレーするうちには、一打や二打くら

いは「なりにナイス・ショットと思われ当りが、だれにもあるわけ、それがえてしてラウンドの終り近くに出るものだから、またまた性懲りもなく、つぎのコンペを約束したりしてしまふのである。つぎのコンペこそ、こんな失敗をくり返すはずはない、と。こういう愛すべきゴルフアーで本当はいいのかもしれない。高望みをしない覚悟のできている人ならば……しかしそんな悟りめいたものは一瞬のうちに消し飛んでしまつて、「いや、いい当りが出ないのは、このクラブが合わないからだ。この間、友人のクラブで打つたら実にすばらしい当りをしたものだ」となると、かなり重症の部に入るかも知

れない。

安もの買いのゼニ失ない、ではないが、特売品を買ってトクトクとしている人と、クラブ屋さんの口ぐるまに乗せられて、高級品をつかまされた人はともかく、信頼できる店で、中級品を買った人なら「クラブが合わない」ということはないと思う。まともな店なら、必ずあなたの身長や体型などをチェックして売るのはずだから。注意したいのは、特売品と、お買徳品は違う場合があるということ、ただ値段が安いというだけのものの中には、スウィング・ウェイトが不揃いだったりすることがあるので、単にクラブの番号が揃っているからといって



安心できないものもある。セットのクラブのバランスがすべて一定して揃ったもので、しかも値段が標準より安いというのが、いわゆる「お買徳品」なのである。安もの、即粗悪品を買ってしまった人は、あるいは「クラブが合わない」ということになるかもしれないので要注意だ。それと初めにハーフセットを持っていった人が、抜けたクラブを補充したくなつたときは、やはりバランスが初めのクラブと合わなくなる場合があるので、同じブランドのクラブでスウィング・ウェイトやバランスが合うものを選んでもらうべきである。「安い」というだけで決して飛びつかないことである。「高級品」も同じことで、値段の高いものを自分のものにした趣味の人は別として、コースで使うなら、なによりも自分のクラブに慣れることが第一である。国産の中級品で、舶来クラブのオナーをゆうゆうとオーバーするロング・ドライバを打つことだってできるのだから。バットが入らないからといって、つぎつぎに新しいバットを買い込む人も多いが、これも得策とはいえない。あのクラム・マーシユでさえ、私が広島のあるショップで見つけて愛用していた金四千五百円ナリの安ものバットを使って、ウン百万円もさらって行ってしまったことがある。かれは「このバットはバランスがいいよ」といって片目をつぶつたが、私はかなり複雑な気持ちにとらわれたことを今でも覚えている。

(つづく)

鹿沼ゴルフ告知板



45鹿沼カントリー倶楽部/鹿沼72カントリークラブ/サリカカントリークラブ/富士御殿場ゴルフ倶楽部/V.V.V.鹿反倶楽部

■会員サービスセンター
 東京都中央区京橋2-3-16 鹿沼ビル
 1F 03(563)1891(代)

年末・年始の営業・休業および
 スタート予約受付について

会員サービスセンター
 45鹿沼カントリー倶楽部
 鹿沼72カントリークラブ

会員サービスセンターおよび45鹿沼CC、鹿沼72CCの年末・年始の営業・休業日は下表の通りとなりますのでご了承くださいませようお願い申し上げます。

なおサービスセンター休業期間中は土、日、祭日プレートのスタート予約受付も各ゴルフ場フロントにて行ないません(下表※印が、ゴルフ場フロントにて予約受付をいたした分のビジュアルカードの発行は、1月7日よりサービスセンターにて取扱いたします。

52年度

年会費納付のご案内
 について

45鹿沼カントリー倶楽部

45鹿沼CCでは52年度分倶楽部年会

費納付のご案内を52年1月中旬に送付いたす予定ですが、ご納付の際には、同封いたします納付書用紙をご使用くださいませようお願いいたします。

なお年会費に関して当倶楽部にお問合わせくださる際は、必ずご自身の会員番号を申し添えくださいますようお願い申し上げます。

■会員種別による年会費額(年額)

個人正会員 二〇、〇〇〇円
 法人正会員(二名) 二〇、〇〇〇円
 個人平日会員 一〇、五〇〇円
 法人平日会員(二名) 一〇、五〇〇円
 ※地方会員、海外会員扱いの申請を期日までに提出しておられる方は次のように減額になります。
 地方会員(正・平日共) 六、〇〇〇円
 海外会員(正・平日共) 三、〇〇〇円

52年1月1日より

ビジュアルの平日グリーン
 フィが改定されます

鹿沼72カントリークラブ

来る 1月4日よりビジュアルの平

月/日	45鹿沼カントリー倶楽部 (028975)2131(代)	鹿沼72カントリークラブ (028975)2111(代)	会員サービスセンター 03(563)1891(代)
12月28日(火)	営業	営業	営業
12月29日(水)	営業 (午前8時スタート)	営業 (午前8時スタート)	営業
12月30日(木)	営業 (午前8時スタート) (1日制限) (16時営業終了)	営業 (午前8時スタート) (1日18時制限) (16時予約受付(午前10時))	休業
12月31日(金)	休業	休業	休業
1月1日(土)	休業	休業	休業
1月2日(日)	営業	営業	休業
1月3日(月)	営業 (祭日扱い)	営業 (祭日扱い)	休業
1月4日(火)	営業 ※1月15日プレートの予約受付 (午前10時)	営業	休業
1月5日(水)	営業 ※1月16日プレートの予約受付 (午前10時)	営業	休業
1月6日(木)	営業	営業 ※1月22日プレートの 予約受付(午前10時)	休業
1月7日(金)	営業	営業	営業開始 ※372CC1月23日プレートの 予約受付(午前9時)

日グリーンフィが左記のように改定されますので、お知らせ申し上げます。

■セミ・シーズン(1/3月、7/9月)
 ¥4,000
 ■シーズン(4/6月、10/12月)
 ¥5,000

なお右記と別にグリーンフィ、キャデアイ、昼食代などをバックした割安の平日ビジュアル優待券(シーズン、セミ・シーズン別)を発行いたしますので

ご利用ください。(本号中央部にも52年1月/3月有効の優待券を綴じ込みました。)

矢部義雄(鹿沼72CC)が関東プロゴルフニテストに合格

鹿沼72カントリークラブ

鹿沼72CCのプロ研修生・矢部義雄が関東プロゴルフ協会の51年度秋季プロテストに見事合格、トーナメントプロとして新たな出発をすることになった。

同プロテストは、去る11月16、17日の二日間、栃木県大田原市の千成グリーンゴルフクラブ(6、341名、パ172)で行なわれたもので、参加者91名のうち合格したのは矢部、ジャンボ尾崎の末弟、尾崎直道など12名。合格ラインは36ホール通算3オーバーの147打までで、矢部は第一日の18ホールを1オーバーでまとめたが、第二日は冷たい雨と風の悪コンディションにたたられて苦戦、17番ホールを終えて3オーバー、通算4オーバーとピンチに立たされた。

しかし最終ホールはロング。矢部のティーショットはよく飛んで俄然バードイの期待が高まる。そして約2分半にスリーオン。大勢のギャラリーの見守る中、慎重にラインをよむ矢部の表情はさすがに硬かったが、見事このパットを気力でねじ込んだ。まさに劇的な「勝利」だった。

矢部義雄は埼玉県出身、28歳。身長



1977年

45鹿沼カントリー倶楽部

〔土曜・日曜・祭日プレーの
予約カレンダー〕

日 月 火 水 木 金 土

①

2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

1 2 3 4 5

6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

① 2 3 4 5

6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

1 2

3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

1 2 3 4

5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

日 月 火 水 木 金 土

1 2

3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

① 2 3 4 5 6

7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1 2 3

4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

1

2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

1 2 3 4 5

6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

1 2 3

4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

土曜・日曜・祭日プレーの予約受付日をわかりやすくカレンダー形式にまとめました。お間違えのないようご確認くださいませすようお願い申し上げます。

- 上段がプレー日、下段が予約受付日です。たとえば3月20日(日)にプレーご希望の場合は3月20日の下段に記した%、つまり3月9日が予約受付日となります。
- 土曜・日曜・祭日プレーの予約は11日前の午前9時より会員サービスセンター(東京03-563-1891代表)にて受け付けるのが原則ですが、該当日が日曜・祭にあたる場合は会員サービスセンター休業のため翌日に繰り下げとなっています。なお、1月15日(祭)16日(日)プレーの予約受付日はそれぞれ1月4日、5日となりますが、両日も会員サービスセンター休業日にあたりますので、この二日につきましてはゴルフ場フロント(0289-75-2131代表)にて予約受付いたします。
- で囲んだ日はゴルフ場休業日です。(毎週月曜日が休業日ですが、月曜日が祭日にあたる場合は翌火曜日が休業となります。ただし1月、5月、8月は変則ですのでカレンダーをよくご確認ください)。3月1日は社員慰安旅行のため休業させていただきます。
- 1月3日(月)は祭日扱いになります。
- 倶楽部競技参加のお申込み日は本誌綴込みの競技日程表をご参照ください。

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12



1977年

鹿沼72カントリークラブ

〔土曜・日曜・祭日プレーの予約カレンダー〕

土曜・日曜・祭日プレーの予約受付日をわかりやすくカレンダー形式にまとめました。お間違えのないようご確認くださいませすようお願い申し上げます。

- (1) 上段がプレー日、下段が予約受付日です。たとえば3月20日(日)にプレーご希望の場合は3月20日の下段に記した%、つまり3月4日が予約受付日となります。
- (2) 土曜・日曜・祭日プレーの予約は16日前の午前9時より会員サービスセンター(東京03-563-1891代表)にて受付けるのが原則ですが、該当日が日曜・祭日にあたる場合は会員サービスセンター休業のため翌日に繰下げとなっています。
なお、1月15日(祭)16日(日)22日(土)プレーの予約受付日はそれぞれ12月30日、12月30日、1月6日となりますが、各日も会員サービスセンター休業日にあたるので、この三日につきましてはゴルフ場フロント(0289-75-2111代表)にて予約受付いたします。
- (3) ○で囲んだ日はゴルフ場休業日です。(毎週木曜日が休業日ですが、木曜日が祭日にあたる場合は翌金曜日が休業となります。ただし1月、11月、12月は変則ですのでカレンダーをよくご確認ください)。2月25日は社員慰安旅行のため休業させていただきます。
- (4) 1月3日(月)は祭日扱いになります。

日 月 火 水 木 金 土

①

2	3	4	5	6	7	8
12/17	12/18					12/23
9	10	11	12	13	14	15
12/24						12/30
16	17	18	19	20	21	22
12/25						1/6
23	24	25	26	27	28	29
1/7						1/13
30	31					
1/14						

1 2 ③ 4 5

1/20

6	7	8	9	10	11	12
1/21				1/26	1/27	
13	14	15	16	17	18	19
1/28				2/3		
20	21	22	23	24	25	26
2/4				2/10		
27	28					
2/12						

1 2 ③ 4 5

2/11

6	7	8	9	10	11	12
2/18				2/24		
13	14	15	16	17	18	19
2/25				3/3		
20	21	22	23	24	25	26
3/4	3/5			3/10		
27	28	29	30	31		
3/11						

1 2

3/17

3	4	5	6	7	8	9
3/18				3/24		
10	11	12	13	14	15	16
3/25				3/31		
17	18	19	20	21	22	23
4/1				4/7		
24	25	26	27	28	29	30
4/8				4/14		

① 2 ③ 4 5 ⑥ 7

4/23

8	9	10	11	12	13	14
4/22				4/28		
15	16	17	18	19	20	21
4/29				5/6		
22	23	24	25	26	27	28
5/6				5/12		
29	30	31				
5/13						

1 ② 3 4

5/19

5	6	7	8	9	10	11
5/20				5/26		
12	13	14	15	16	17	18
5/27				6/2		
19	20	21	22	23	24	25
6/3				6/9		
26	27	28	29	30		
6/10						

日 月 火 水 木 金 土

1 2

6/16

3	4	5	6	7	8	9
6/17				6/23		
10	11	12	13	14	15	16
6/24				6/30		
17	18	19	20	21	22	23
7/1				7/7		
24	25	26	27	28	29	30
7/8				7/14		
31						
7/15						

1 2 3 ④ 5 6

7/21

7	8	9	10	11	12	13
7/22				7/28		
14	15	16	17	18	19	20
7/29				8/4		
21	22	23	24	25	26	27
8/5				8/11		
28	29	30	31			
8/12						

① 2 3

8/18

4	5	6	7	8	9	10
8/19				8/25		
11	12	13	14	15	16	17
8/26				9/1		
18	19	20	21	22	23	24
9/2				9/7	9/8	
25	26	27	28	29	30	
9/9						

1

9/16

2	3	4	5	6	7	8
9/16				9/22		
9	10	11	12	13	14	15
9/24				9/29		
16	17	18	19	20	21	22
9/30				10/6		
23	24	25	26	27	28	29
10/7				10/13		
30	31					
10/14						

1 2 ③ 4 5

10/20

6	7	8	9	10	11	12
10/21				10/27		
13	14	15	16	17	18	19
10/28				11/4		
20	21	22	23	24	25	26
11/4			11/7	11/10		
27	28	29	30			
11/11						

① 2 3

11/17

4	5	6	7	8	9	10
11/18				11/24		
11	12	13	14	15	16	17
11/25				12/1		
18	19	20	21	22	23	24
12/2				12/9		
25	26	27	28	29	30	31
12/10						

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12



合格したフォームは、ボールが力強く出される。プロ・テストに合格した矢部義雄は、飛距離が飛ぶ。

166cm、体重68kgと比較的小柄だが、全身の強靱なバネと根性が、財産。心臓の方も今プロテスト最終ホールのパーティパットで立証済み(ちなみに矢部は今回がプロテスト初参加)で、将来性は充分だ。

今後半年間の研修期間を経て、晴れてプロトーナメントのひのき舞台に登場することになるが、関係者の期待は大。大いに頑張ってほしいものだ。

ハウス内特別室を 忘年会・新年会にご利用ください

鹿沼72カントリークラブ

鹿沼72カントリークラブでは、この年末よりクラブハウス内特別室を開放いたします。会員の皆様の忘年会、新年会その他各種ご宴会にご利用いただくことになりました。

忘年・新年コンペを兼ねたご宴会な

どに最適でございますので、お気軽にご利用くださいますようご案内申し上げます。

中華料理フルコース

御一名様 松二、〇〇〇円

竹三、〇〇〇円

梅四、〇〇〇円

■ 収容人数

八名様〜百名様ぐらいまで

■ 地元の方には送迎バスの無料サービスもいたします。

※ご結婚ご披露宴にもお使いいただけます。

■ お問い合わせ、お申込みは

鹿沼72カントリークラブ総務部

☎(〇二八九七五) 二二一一(代)

新年は1月6日より営業

忘・新年会のお申込み受付中

V I V I 鹿友倶楽部
レストラン&クラブV I V I

V I V I 鹿友倶楽部各施設(メンズバーサルーン、アスレティックジム、サウナ、ゴルフ練習場、ゲームルーム)およびレストラン&クラブV I V Iは

年末は12月30日まで営業いたします。また新年は1月6日より営業を開始

いたしますので、旧年にましてご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。

なおレストラン&クラブV I V Iでは、年末・年始のご宴会、小パーティ、貸切りパーティなどのご予約を承っております(貸切りパーティは日曜日も可)。ご予算、料理のご希望などについてはご相談に応じますので、大いに

45鹿沼CC競技成績

(月例杯)

10月24日(Aクラス)	ネット	ハンデ	クロス	イン	アウト
優勝	和光	39	36	75	9
準優勝	松崎	38	40	78	11
三位	斉藤	39	40	79	11
ベスト	大森	36	37	73	
10月31日(Bクラス)					
優勝	福島	43	41	84	20
準優勝	市村	41	45	86	20
三位	阿部	39	44	83	15
ベスト	阿部	39	44	83	
10月24日(Cクラス)					
優勝	井藤	44	40	84	22
準優勝	吉川	44	44	88	22
三位	大門	46	50	96	30
ベスト	井藤	44	40	84	

ご利用くださいますようお願い申し上げます。

お申込みはV I V I 鹿友倶楽部

☎(〇三(四〇二) 六二八一(代)

12月10日現在

建設工事の進行状況

富士御殿場ゴルフ倶楽部

12月10日現在、インコースの工事は仕上げる段階に入り、給排水工事、各ホール周辺の植栽工事などを急ぎ進め

お願い申し上げます。

クロスワード・パズル 11月号の正解

A = ギ
B = イン
C = コン
D = シ
E = シ
F = キ

ゲ	イ	ゴ	ト	ギ		イ
ツ	ラ	カ	カ	オ		ド
コ	カ	ジ	メ	シ		ヤ
ウ	コ	オ	チ	ム	シ	ヨ
	カ	シ	カ	ン	エ	イ
	カ	ン	エ	イ	ウ	ジ
	サ	ケ				

『銀婚式』

応募総数 三、六九七
正解は 三、五八四

- ▼正解者の中から抽選の上、左記の1名様にサドルのない美容機、ショートタイムトレーナーを、5名様にスタミナフード、スタメックスをそれぞれ贈呈します。(ショートタイムトレーナー)
- ◆栃木県◆伊藤達彦
- ◆スタメックス
- ◆東京都◆橋立京子・立花イツ子・白石明
- ◆神奈川県◆岡広千代
- ◆千葉県◆金田茂雄

鹿沼72CC建設促進協賛会 第2回懇親コンペ

11月9日(火) (於: Bコース) 参加63名

ベリア方式	ネット	ハンデ	クロス	イン	アウト
優勝	赤沢	47	49	96	28.8
準優勝	市川	45	49	94	26.4
三位	市川	47	44	91	21.6
四位	植松	56	54	110	40
五位	高山	49	46	95	24
ベスト	佐藤	38	38	76	

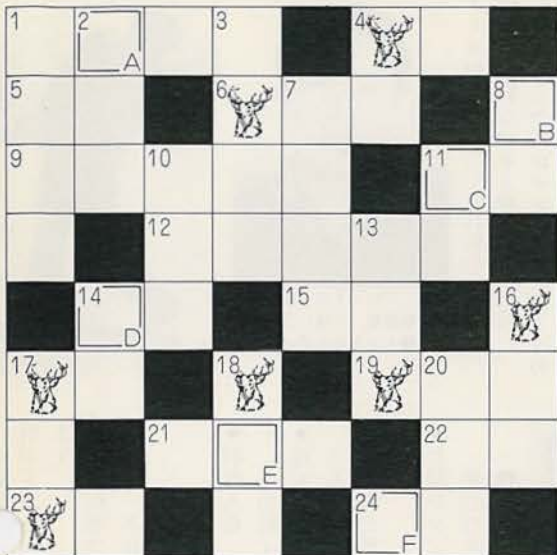
賞品付クロスワード・パズル



《解き方》鹿の絵のところは「シカ」または「カ」と入れてクロスワードを全部解いて下さい。次にA-Eの二重カギ内を順に並べると一つの言葉ができます。これを漢字三文字に書き換えそれだけを官製ハカキに書いて送って下さい。

★宛先 「鹿」編集室クロスワード・パズル係
 ★締切 昭和52年1月31日消印有効 ★発表 本誌4月号に掲載
 ★賞品 正解者の中から抽選の上1名様にダイヤ入りマーク・メタル(ダイヤは〇・〇三カラット、メタルはゴールド・18K)市価2万5千円)を、10名様にビタミンE・Fを豊富に含んだ100%純粋の天然栄養食品、小麦胚芽油(市価二千八百円)をプレゼントいたします。

《答えのヒント》毎年のこと。——がいちばんさ。のんびりと、ゆっくりと……ぞ。



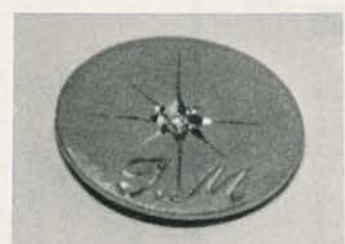
- 三ツのかき
- ①最近では実用的なものより飾って楽しむものがふえた。そのせいがこの遊び、——もあまりはやらない。
- ④——村もお正月だけは大きいわい。
- ⑤お雑煮は貝もさることながらだしをとった——ガキメテ。
- ⑥あいつ、よく人を——から、用心しなよ。
- ⑨四畳半のこたつにあたり——とは風流だね。
- ⑩彼女の美しさは——にもくつきりとわかるほど。
- ⑫正月の遊びとしては一時全盛を誇ったけれど……。
- ⑭今年は何んな年になるかしら。——が上向くといいいだけだ。
- ⑮「顔」より「中身」。
- ⑰キレイだねえ。まさに緑の果——だ。
- ⑱オレを——とつけ狙う、いやなヤツだ。
- ⑲失敗しても新しいのと取り換えてくれる。
- ⑳木の香りが酒に移って……。うまいな、この酒は。
- ㉑毎年1月20日ごろに入る。——の入り。
- ㉒相撲の決まり手のひとつ。
- ワテのかき
- ①——にあなたが出てきたよ。
- ②今夜、これだけ降れば——になるだろう。
- ③サルにもいろいろありまして、これは有名な日光の三ツルの一匹。
- ④作り付けのものがないが、ニユーデザインのシックなものがないか意見の割れるところ。
- ⑦2対1のトレード。僕はほんの——。
- ⑧——繩。
- ⑩お正月には欠かせないくだもの。
- ⑪元にもどるころ。——をもどす。
- ⑬初売り大——。どこもカシメも大安売り……。
- ⑯産地直送の新鮮なものを酢につけて食べる。実に美味。
- ⑰文明が進み、文化がひろがること。
- ⑱モチといっても、これは神仏にそなえるモチ。食べるときはヒ割れて硬くて……。
- ㉒醤油の一種。大豆だけで作ったもので、醤油より濃く、おいしいが芳香はない。

《ダイヤ入り》

マークメタル

★ダイヤは〇・〇三カラット
 ★メタルはゴールド18K

提供・泉貴金属



天然植物油100%

小麦胚芽油

●原料はアメリカ・カナダ産の良質な小麦胚芽を使用
 ●ビタミンE・Fがバランスよく配合されており、多忙な現代人にはピッタリの栄養食品

提供・(株)ジャード



ライフマガジン 鹿 新年合併号 発行・昭和51年12月1日 発行人・福島文雄 編集人・木村 勇
 発行所 鹿友倶楽部 東京都中央区京橋2丁目3番地16号 鹿沼ビル5階 ☎03(561)9731-2
 印刷所・株式会社 東漫美術印刷 定価150円(送料29円) 年間購読1800円(送料込) 1977 ©

バリ島

南十字星の輝くバリ。
ガメランの調べと
祭りのさんざめき——。



薄暗い松明を囲んでくりひろげられる伝統的なケチャック・ダンス

●バリ島5日間

¥181,000

(こども¥168,000)

毎週金曜日出発

〔バリ島8日間、バリ・ポロブドール〕
と東ジャワ8日間もごさいます。

●ベスト・サファリ

〈タンザニア・ケニア〉

9日間 ¥468,000 毎週木曜出発

●白い大陸南極への旅

第二回 52年2月3日(木)出発

27日間 ¥1,890,000

●カナディアン・ロッキー・スキー

51年12月～52年4月

7日間 ¥227,000より

ジャワの海にたゆとう島、
バリにはヒンズー教の神々
に慈しまれて平和に暮らす
人々の生活があります。町
には、毎朝・夕に市が開か
れ、毎日どこかの村で祭り
が行なわれています。

☐東洋きっての美しいコース、
ハンダラゴルフクラブでのプ
レーもお楽しみください。



●お問合せ・お申込みは

鹿沼トラベルサービス株式会社

〒104 東京都中央区京橋2-3-16 鹿沼ビル2F

☎(03)567-6341 《協力:ヴァリュー・ツアー》

ファン待望の 生ローヤルゼリーの軟カプセル ついに新発売!

理想の商品開発に成功しました。ご愛用者に大きな朗報です。生ローヤルゼリーから水分だけを4%前後にまで減圧乾燥で脱水して、それをナチュラルのビタミンEで包み、さらに純正のごま油で皮膜した軟カプセルですから品質も安定し、胃酸に破壊されずすみやかに吸収されます。



- 100カプセル入り定価9,000円
(1カプセル生換算150mg)
- ビタミンEが酸化を防ぎ品質を守ります。
- 常温で保存に耐え、携帯にも便利です。
- 無汚染、無農薬の純正品です。



東京都医師協同組合連合会推奨品

株式会社 **三友**

東京都台東区寿2-10-15田原町ビル6F ☎03(843)4661