

歳

豊かな明日をつくる
健康総合誌

●ヘルス・ジャーナル

アレルギーと その疾患

●メンタル ゴルフ セミナー

心はやれば 球飛ばず

●押阪忍のぶっつけ対談

ホンモノの健康は“真水”を 正しく飲めばとり戻せるんだ

ゲスト 栗山毅一氏

9

ライフマガジン 第九月号 昭和
51年8月1日発行(毎月1回1
日発行) 第2巻第7号 昭和
50年6月12日第三種郵便物認可





今月の一品

》特別ステーキ・ディナー《

〔250gサーロイン・ステーキ、サラダ
スープ、パン、デザート、コーヒー
VIVIオリジナルおみやげ付〕
税・サービス料込み ￥2,500

料理担当 久江田高行



メンバーズ・サルーンは
知識の宝庫

旗商事 旗照夫さん

「トレーニング・ジムは日ごろの運動不足を
補い、ゴルフ練習場は忘れかけたスウィング
の感じを思い出させ、サウナは一日の疲れを
癒してくれる——年中あわたたしくとびまわ
っている私達にとって実に頼もしい施設がウ

イヴィには整っていますね。それと新設されたメンバーズ・サルーンはいろ
ろな職業の人が利用していて、その方たちとの気軽な団契は、わたくしの新し
い知識を増す勉強部屋ともなっています」

きょうは愛息土木彦君を伴い、高校の後輩大橋純子さんと母校の音楽祭の打
ち合わせに。頬の血色のよさが何よりも健康な生活態度を物語っていました。



VIVI

VIVI鹿友倶楽部

六本木ロアビル4F-6F ☎03(402)6281(代)

会員募集中＝個人20万円／アスレティックジム・サウナ・プール・クリニック・ゴルフ練習場
メンバーズサルーン・レストラン・スキー場・ゲームルーム

Life Magazine Shika

目次 (9)

PAGE 4

ヘルス・ジャーナル

アレルギーとその疾患

PAGE 8

押阪忍のぶっつけ対談 ● ゲスト / 栗山毅一氏

ホンモノの健康は「真水」を
正しく飲めばとり戻せるんだ



PAGE 26

《新連載》メンタル・ゴルフ・セミナー ● 久能千尋

心はやれば球飛ばず

PAGE 12

食べる健康法 ⑧

人間の根源は生きた水 活性イオン水

PAGE 14

青い目の日本イチャモン帖 ⑦ ● 森田詩絵里夫人

丁稚奉公で、日本の 「染め」を勉強したい—

PAGE 25

「株式投資」健康法 ⑫ ● 香山檜次郎

「性格別」株式投資

PAGE 22

読者サービスコーナー

PAGE 29

賞品付クロスワード・パズル

PAGE 34

コントこんと 北から南から

表紙カラージュ / 池田源英
1976 © 鹿友倶楽部
無断転載使用・禁



表紙の人 / 曾我家五郎八さん
本文イラスト / 中村章伯 布田健

アレルギーとその疾患

本来、アレルギーということは医学用語 (Allergie ドイツ語) なのだが、いまでは過敏症を意味する日常用語になっていく。それは日本人の約一割、一千万人以上の人がアレルギー患者だというほど一般化している症状だからだろう。単にアレルギーといっても、原因は種々雑多で、まだはっきりしないが、医学の進歩によって少しずつ解明されつつある。今回は、その「アレルギー」にスポットを当て、原因、症状などを探ってみた。

アレルギーの歴史と概要

アレルギーとは、一九〇六年、ウィーンの小児科医ヒルケールがつくったことばで、「反応能力が変化している」という意味のギリシャ語である。ヒルケールは血清病の研究で、ウマの血清を注射したところ、同一物質であるにもかかわらず、二回目の方が強く病的反応を示すことを発見したのである。

その少し前、一九〇二年にリシェーという学者はイヌについて免疫の実験中にこの現象を発見し、これを「個体の防護作用を失った状態」という意味のアナフィラキシーと名付けた。これはイヌに致死量以下の毒を注射して、平常に快復した数日後に同じ毒を同じ量だけ注射したところ、そのイヌは急死したというもの。北里との共同研究で破傷風毒素による免疫を発見したべ

ーリングもこのリシェーと同じ現象をそれよりも前に「過敏現象」として報告している。

そのずっと以前、紀元前一〇〇年に、今日ではアレルギーによっておこると考えられている偏頭痛の研究をアレテウスがしているし、紀元前一〇〇年にはルクレテウスが「ある人が食べる肉が他の人には毒になる」と明らかにアレルギーのことを言っている。ユダヤ教の法典の中には卵アレルギーの治療法が述べられているし、また、ゼンソク (Asthma) ということばはヒポクラテスが使っており、一六二一年にはイギリスのウィリスが、ある食品によってゼンソクの発作が起こることを発表し、一六六七年にはドイツのテムウスが、ある特定のもの (人によって違う) を吸い込んでもゼンソクの発作が起こることを発見した。アレルギーは文明病といわれるが、その歴史は以外に古いのである。

アレルギーは免疫、全く逆の反応で

ある。免疫とは、細菌や毒素を動物などの生体内に注射すると内部にそれを中和する働きのある、いわゆる免疫体が出てきて発病を防ぐというもの。これらの細菌や毒素からつくったワクチン類が予防注射に用いられている。つまりワクチンが抗原で、人に注射するとその体内で病原性をなくしたり毒素を無毒化する物質、免疫体がつくられるのである。

アレルギーとは、ある特定のものに対してくしゃみや皮膚の発疹などという異常に過敏な反応が起こること、これらをアレルギー性疾患という。じんま疹、アレルギー性鼻炎、気管支ゼンソク、湿疹などがその主な症状である。

たとえば、ゼンソクの場合を例にとってみると、ゼンソクの人の中には家の中のホコリを吸ったり、また人混みの中に出たりするだけで発作を起こす人がわりに多い。ホコリがその人のからだの中でいったいどのようにして

用しているのだろうか。こういった体質の人はホコリと結合しやすいたんぱく質の分子が出てきて粘膜に付着したり血液にまぎって循環するようになる。この分子がアレルギー抗体・レアギンで、あらたに吸入されたホコリが抗原・アレルギーンとしてレアギンと結合する。この結合物は細胞体をふくらませ、細胞内部にあるいろいろな物質を放出させる。この中にヒスタミンという物質があつて、これがアレルギー症状を起こすといわれている。そのほかのアレルギーもこれと同じ作用で起こる。

ヒスタミンはふつうは細胞の中にあつて無害であるが、いったん細胞から放出されると非常に強い生理作用を起こす。血管が大きくひろがり、血清が血管から細胞組織ににじみ出て、その部分がかはれるのである。

ヒスタミンが鼻に出ればアレルギー性鼻炎を起こし、皮膚に出ればじんま疹となる。また気管支や胃腸などの筋を収縮して、ゼンソク発作や胃腸の痛

みをひき起こす。さらにはかゆみの神経を刺激してじんま疹のかゆみを誘発する。

アレルギーにはじめて出会ったときには抗体・レアギンができていないので当然アレルギー症状を起こすことはない。レアギンができるには一定の時間がかかり、人によっては数日中にできるものから数カ月、数年もかかるものまである。そしてある日突然じんま疹が起きたりゼンソクの発作が起こるのである。アレルギー症状がはじめて起こるのは小児期ないしは若い時期に多いが、何歳になっても起こる可能性は十分にある。

アレルギーは 遺伝するか

アレルギー患者を調べると、その多くのものに遺伝が認められる。両親ともアレルギーがあれば子供の%はアレルギーになり、どちらか片方にアレルギーがある場合は子供の%がアレルギー症状を起こす。また、おもしろいのは、必ずしも同じ症状が遺伝するとはかぎらないのである。父がゼンソクで子供が鼻炎という場合もある。

どうして特定の人だけがこういった異常な反応を示すのであろうか。ひとことであるなら、それは体質であろうとされている。アレルギーに対するレアギンを作りやすい傾向にあるということである。それと同時に皮膚や粘膜

が弱いこと、**経過敏感であること**ともあげられる。

例えば、アレルギーの遺伝のない人は風邪薬の代名詞のようにいわれるピリン剤をいくら服用しても抗体がなかなかできないが、遺伝のある人は何回か服用するうちに徐々に抗体ができあがって、それまでは何でもなかったのにアレルギー症状を起こすようになる。だから、ピリン系の薬は鎮痛・解熱作用が強く広く使用されているが、「ピリン」がつかない名前のものであるのに注意する必要がある。また、同じく鎮痛・解熱作用のあるアスピリンはピリン剤のような名前がついているがピリン剤ではない。しかし、これもピリン剤とは違う系統のアレルギーとなりうる。

アレルギーの症状は副交感神経が興奮したときの症状に似ている。一方アレルギーの治療に効果のあるアドレナリンは交感神経の興奮作用がある。交感神経と副交感神経はそれぞれの器官に一定の刺激を送り、両方のバランスがとれると正常な状態が保てる。一方の作用が弱まると、もう一方の緊張が

増加したと同じ状態にか、アレルギーの体質の人はこのバランスがくずれやすいのである。

アレルギー について

我々の周囲にはアレルギーが非常にたくさん存在する。それを大きく分けると次のようになる。

①吸入性アレルギー

呼吸によって鼻や気管支より体内に入る。日本には少ないがアメリカでは花粉によるアレルギーが非常に多い。最近ではアレルギーの診断方法が開発されて、日本でもブタクサやスキの花による鼻炎やゼンソクの発作を起こす



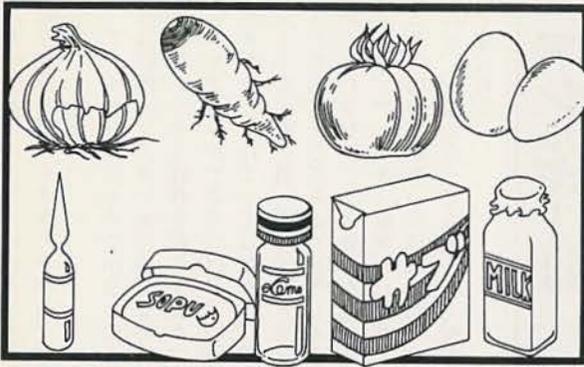
す人が増えている。ブタクサやスキはアレルギーとしての力が強く、しかも一カ月以上も花粉が空中に浮遊する。ブタクサは八月中旬に咲きはじめる、スキは二月中旬より咲きはじめる。

また、家の中のホコリもゼンソク発作の原因となる。ホコリは日常生活には常につきまとうものであるだけに非常にやっかいである。ゼンソク患者の半数がホコリで発作を起こす。ほかにイヌ、ネコ、小鳥、ウマなどの動物の毛やフケでゼンソクの発作を起こす人もいる。

職業的にいうと、やはりホコリにさらされる職業についている人に多い。製パン、製粉、毛皮商、製材業とくにアメリカスキを扱う人、薬剤師などがその典型である。ほかに特殊な職業性のゼンソクもある。広島のかき業者に多いホヤゼンソクやマブシゼンソク、群馬のこんにやく製造業者に多いこんにやくゼンソクが我が国では有名である。

②接触性アレルギー

湿疹の多くは接触性皮膚炎からはじまる。字でもわかるように、特定の物質がからだに触れて皮膚炎を起こすもので、昨年、主婦病といわれている台所の洗剤による皮膚炎もこれである。昔からよく知られているものにするとはせの木がある。両方ともアレルギーとしての性質が非常に強く、これに触れる人の半分はアレルギーを起こす。いうまでもないが、はじめて触れた人は抗体がないためアレルギー症状



を起さないが、何度が触れているうちに抗体ができて皮膚炎を起こすのである。白髪染めも強力なアレルギーである。

接触性アレルギーはほかにも数えきれないほど無数にある。絹、羊毛、ポリエステルなどの化学繊維、洗剤、クリーナー、せっけん、化粧品、野菜—にんじん、たまねぎ、トマト、さといも、セロリなど、ゴム、プラスチック、時計バンドに使われるニッケル、薬品—ペニシリン、ストレプトマイシンなど。文化、科学の進歩につれて接触性アレルギーはどんどん増えていくだろう。

③経口性アレルギー
食べ物と薬品である。特定のものを

食べてじんま疹の出る人、下痢をする人、また嘔吐する人もいる。

薬品によるものでは、ピリン剤、ペニシリンがよく知られている。過敏な人はペニシリンがからだの一部に付着しただけでゼンソクの発作を起こす。薬品アレルギーは、その服用量が多すぎて起こるものではないことを知っておくことが大切。

アレルギーとしてはペニシリン、ピリン剤(アンチピリン、アミノピリン、スルピリン、ピラピタル、イルガピリン、ミグレニン)、キニーネ、バルピタル系睡眠剤、砒素、ヨードなどが代表的。

食品アレルギーとその症状

正常の人には何の反応も起こさない食品を食べて、じんま疹が出たりすることがある。特に子供にはこの種のアレルギーが非常に多い。子供の胃ではたんばく質が完全に消化されずに残ることがよくあり、それが腸から血液の中に入りやすいためと考えられる。これは健康体の人でも、異質たんばくを注射するとじんま疹などのアレルギー症状が出るのと同じことである。

アレルギーを起こした食品に対する抗体はその人の血清中にある。たとえば、魚にアレルギーのある人の血清を健康体の人の皮内に注射すると、健康体の人も魚を食った場合、注射し

た部分が赤くはれてかゆくになる。また、たけのこを食べるとじんま疹の出る人の血液をアレルギーのない患者に輸血した場合、その患者がたけのこを食べたらじんま疹ができたという例もある。

食品アレルギーをもつ人は我々の周囲にも案外多い。じんま疹が起きたり、吐いたり下痢をしたりという症状がほとんどで、しかもそれほどひどくならず、その食品を続けて食べないかぎり自然に治るため医師にかかる人はあまりいない。それだけに、アレルギーとなる食品を確実に知っておく必要がある。原因となる食品を食べてすぐに症状の出る即時性のものはそれが容易にわかるが、食べてから数時間、数日後になつて症状を起こす遅延性のものはなかなかみつけにくい。

1. 皮膚症状

じんま疹 さば、いわしなどいわゆる青魚が最も多い。ほかに貝類、豚肉、牛肉、牛乳、卵、たけのこ、なす、やまいも、そばなどが次に多い。慢性じんま疹の場合は、胃腸障害などの結果アレルギー反応を起こすこともあるので因果関係がはっきりしない。絶食療法をすると治ることもある。

ストロフルス 赤ちゃんや子供に多い発疹で、じんま疹のように短時間で自然には治らない。アレルギーとしては豚肉、青魚、牛乳、卵、チョコレートなどがあげられる。離乳をはじめた赤ちゃんが、消化障害を起こしているときにいたり、蚊にさされたことが誘因になることも多い。暖か時期にで、

優秀な施工で皆様に奉仕する

総合建設業

白石建設株式会社



本社 東京都千代田区丸の内1丁目6番4号 交通公社ビル916号
電話 (212) 1321 (代)

やすく、秋になると自然に治るが、毎年それをくりかえす。

アトピー性皮膚炎

これも赤ちゃんや子供に多い症状で、牛乳、卵、小麦が最大の原因であるとされている。牛乳では、それに含まれているカゼインにだけ異常を起こす人やアルブミンだけに異常を起こす人がいる。牛乳の成分のうちアルブミンとしての性質がもつとも強いのはアルブミンだが、牛乳を15〜20分煮沸すると性質が変化するので、アルブミンだけにアレルギー症状を示す人は煮沸さえすれば飲んでもよい。

2. 気管支ゼンソク

主なアレルギーとしては海産食品、卵、牛乳、チョコレートなどがあげられる。たけのこやほうれん草、そばなどでもゼンソクの発作を起こす例も少なくない。また、魚料理のにおいを含んだだけでも発作を起こす人がいる。

3. アレルギー性鼻炎

吸入性で起こるのがほとんどだが、卵、牛乳、チョコレート、トマト、たまねぎなどを食べて鼻炎を起こす人もいる。ほかにコーヒー、アスパラガス、レモンなどがあげられる。

4. 神経性症状

偏頭痛 発作的に頭の半分から後頭部にかけて頭痛が起り、顔が赤くなつて眼は充血し鼻水が出ることもある。遺伝の要素が強く、内向的な性格の人に起りやすい。牛乳、チョコレート、豚肉などを食べて24時間くらいたつて偏頭痛が起ることがしばしばある。

アレルギー性疲労

目に覚めたときに疲労が残っていたり、筋肉や関節のだるさや痛みがあったりという症状。少し前までは食品アレルギーは少ないと考えられていたが、いろいろな研究がすすむにつれ、食品が原因となっている例が増えてきている。

あるアレルギー患者について注意深く食品との関係を調べていくうちに、



トマトを食べると一〜二時間後に疲労を訴えるという例もあった。トマトを食べないようにすると三〜四日で回復したのである。

アレルギーの治療と注意

一度アレルギー疾患にかかると、それを根治するのはなかなか容易なことではない。アレルギー症状を起こした

らまずそのアレルギーを避け、それに極力接触しないことが一番である。

幼児の場合は現在アレルギーがないといつても、いつアレルギー症状を起すかわからないものである。アレルギーとしての力の強いものはできるだけさけるようにしたい。ぬいぐるみなどホコリのするおもちゃはなるべく与えないようにし、じゅうたんなど敷物の上で遊ばせないようにするほうがよい。また、イヌ、ネコ、小鳥などの動物と室内で遊ぶこともアレルギーを起す可能性が高い。離乳食の場合も牛乳、卵、肉類、青魚などの強いアレルギーは月数がすすんでから少しずつ与えるようにする。

食品アレルギーのある母親は妊娠時から食事療法をするとその赤ちゃんの食品アレルギーはある程度予防できる。自分がアレルギーになっている食品はもとより、卵や卵を使った食品はさけ、また牛乳もわかしてから飲むようにする。もともと嫌いなものも食べないほうがよい。授乳中も同じようにすると子供のアレルギーはかなりのところまで予防できる。

食品アレルギーのある人はとにかくアレルギーとなる食品を食べないことである。それでも症状の軽い人であれば、生でなく料理したり加工して少しずつ食べるなら症状を起さない。

どれだけ注意しても症状が重くなるようであれば専門医に相談して体質改善など適当な治療をうけるべきである。

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)

押阪忍のぶっつけ対談

[6]

ゲスト 栗山毅一氏



きれいな水のあるところに美人が多い

美人が多い

押阪 はじめまして……。ざっくばらんにお話を伺ってみたいんですが…。

栗山 私はいま八十七歳ですから、あと十三年たつと百歳になるんです。どうしてからだか弱るかというと、弱る前には白髪が出てくるでしょう。それから老眼になって耳が遠くなる。だから、白髪をとめることが長生きのコツなんです。

押阪 白髪にならなくても年をとると髪の毛は細くなりますね。

栗山 細くなるか、粗くなるか、抜けるか、抜けないかは白髪になるんです。押阪 ほくなんかも相当涼しくなってきました。

栗山 白髪にならなけりや必ず抜けてくる。それだけ栄養がまわらないんです。白髪になったりハゲたりしてきても健康だというのは惰力できているん

です。だから、人間の肉体を健康に保つためには、白髪やハゲをつくらなことです。

押阪 先生の「水の研究」というのはそういうところからはいっていかれたわけですか。

栗山 いや、そうじゃなくて、まず先にそれを考えたんです。生物というのは太陽と空気と水がなければ存在できないでしょう。ところが文化というのは、空気の中に亜硫酸ガスだ、スモッグだ、光化学だ放射能だとはき出させ、土にはアスファルトを敷いて地熱をとめたりして、だんだん人間のからだを弱らせているんです。水にはカルキ(石灰)なんかを入れるし。空気中の水がなくなればホロボロになって、センベイみたいになっちゃう。空気がなければ一分間で死ぬし、太陽がなければ凍っちゃうでしょう。重大な問題です。

押阪 そうですね。

栗山 空、自然にあ、日光もあ

ホンモノの健康は「真水」を正しく飲めばとり戻せるんだ

だれもが知っているようでいて、実はあまり知られていない。水を徹底的に研究し続けて六十年。その研究成果を発表した「真水健康法」という本が、いま話題になっている。その著者・栗山毅一さんは、現在八十七歳だが、白髪一本みられず、かくしゃくとして、まさに健康そのもの。それも「水」を正しく知ったためだという。化学的、強精剤的健康法が流行している昨今、ずばり最後の自然食として「真水」による実践健康法を力説する。

るけど、水だけは、空気中の水だけじゃ足りないですよ。その水を汚してしまいますから……。きれいな水があるところの人は長生きもしているし、美人がいるんです。京都の水がきれいだから、京美人が多いんです。

押阪 水のきれいなところはお酒がおいしい、美人がいる、と。よく、水々しい美人などいいますが、きれいな水を飲むと肌がきれいになるといってとなんです。

栗山 それはそうです。血液はほとんど水ですから、そこへ濁ったものが入れば汚れるでしょう。昔から、果物を食うと美人になるといっているのは、きれいな水がはいるからです。果物は水分が多いですからね。

カルシウムが入った水はうまいし体にもいい

押阪 すると、お酒がおいしいところの水がきれいだと。秋田、八とか新

潟美人とかいいんですが…。

栗山 秋田美人というのは、あそこは雪が多いから、人の皮膚が自然に白くなるうとするんです。動物がそうでしょう。まわりの色に似せようとする。雪国というのは、美人じゃなくて白いんです。なにも水ばかりじゃない。でも雪の水はいい水なんです。不純物を含んでいないから。それが山へはいつて、出てくるからいいんです。

押阪 雪どけ水もきれいだろうし、共通点でもあるんです。

栗山 フランスなんかは水が悪いでしょう。だから、しきりに果汁を飲んで美を保とうとするんです。

押阪 きれいな水とおいしい水というのは同じなんですか。

栗山 きれいな水というのはミネラルがあつて、硬水といいますが、鉱物をとかしている水、これがおいしいんじゃないですか。京都の水がなぜおいしいかという、カルシウムがはいって



いるからなんです。お酒に灘の生一本というのがあるでしょう、あれはカルシウムがはいっている水を使うからおいしいんです。私たち、お客がきますと、パールのカルシウムがあるんですが、あれをちよつとお茶の中へ入れるんです。とってもおいしくて、もう一杯くださいってよくいわれます。

押阪 おいしくお茶を飲む秘訣もあるんですね。

栗山 つまり、硬水をつくるわけです。

押阪 水道の水でもおいしく飲めるんですか。

栗山 カルシウムを入れればいいんです。水道の水は濾しているから、カルシウムが全然ないんです。その上、カルキなんか入れるから、もつと味が悪くなる。

押阪 よく、五分間ぐらいおいて、煮

沸して、**○**して飲む**○**おいしいなんていいですが……。

栗山 それは酸素を入れるからなんです。水というのは間断なく動いている水はいいんです。停滞すると腐りますからね。空中の酸素を入れるんです。

押阪 H₂OのOがなくなるとぐあいが悪い……。

栗山 水道の水はじつとしながら流れているから、まずいんです。昔よく、水を飲むときは、ふって飲めればいいましたよ、覚えていてでしょう。

押阪 ハハァー、ええありました。

朝メシを食べないで 死んだ人が八万人もいる

押阪 ところで朝、起き抜けに水を一杯飲むと便通もよくなるし、健康法だなんていいですけど、あれは理があるんですか。

栗山 意味があるんです。

雨はあんまり
昼は降らない
でしょう。

押阪 ハァ？
雨ですか。

栗山 雨はだ
いたい朝か夕
方に降って、
昼はあがるも
のなんです。
調べてもら
なさい。動物
は必ず朝、水

を飲むんです。朝は新陳代謝が活発になり、盛んなんです。正月なんか、朝、おとそを飲むとすぐ酔うでしょう。それなんです。

押阪 そういえばそうですね。

栗山 朝のいちばん新陳代謝が盛んなときに、動物は水を入れておくんです。植木でも、朝とか夕方に水をやるでしょう。

押阪 ということは、水もそうだし、ものを食べるのも朝がいい、と。

栗山 そうなんです。動物は朝しか食わない。魚を釣るのでも、朝がいちばん釣れるでしょう。みんな、朝なんです。だから、朝のごはんにはいちばん注意しなけりやならない。

押阪 なるほど、それも関係あるんですか。

栗山毅一氏 メモ
明治23年生れ。87歳。栗山食事研究所長。塩と水の研究を始めて60年。30歳の時から日本人の食事について研究し、現在までに「食事百一話」などの名著多数を執筆。87歳の現在でも月に4ヶ所の講演や、毎日4時間の面談にと活躍中。最近では、「真水健康法」を執筆し、話題を呼んでいる。

栗山 ところが、朝、食わないで、昼に食う。再生不良貧血になるのは、朝メシを食わないからです。去年、八万人死んでいます、朝メシを食わないで。

押阪 学校でも、朝ごはんをちゃんと食べてくるようにといっていますね。

栗山 朝メシを食わない人は、あまり

カリフォルニアの太陽を!!



毎日の栄養食品として
美容と健康に!!

朝タスプーン一杯のブルーベリーエキスがあなたの美と健康をお約束します。

天然濃縮エキスですから
すばやく吸収され1日の
栄養源になります。

お申込方法はP23参照
ください。

ディリーズ
ブルーベリー

発売元=株式会社ディリーズサブライ ●東京都千代田区
外神田3-4-10神田寺文化センター3F号 ☎(03)255-4348(代)

りこうじゃないです。新陳代謝が盛んになる朝入っておかかったら、どうして溶けかすんですか。溶けたものがからだにまわるまでには相当時間がかかるんです。よく、おなかやすいて、元気がないときに、食べているうちに元気が出るでしょう。ご記憶ありませんか。

押阪 まあ、休むということ、栄養源がはいったというところで……。

栗山 ところが、でんぶんのようなものでも溶けるのに一時間半かかるんですよ。たんぱく質は四、五時間かかるんです。胃の中で、それが今度腸へいってもういっぺん溶けて、からだにまわるのには十二時間から二十四時間かかる。それなのに、どうして食べているうちに元気になるんですか。何が元気にさせるか。

押阪 水ですか。

栗山 そう。水はすぐまわる。だから、朝、水を入れておけば、胃液もつばも涙もみんな水でしょう、その水が体中にまわっているから、食物が溶けるんです。じょうぶな子供は、ごはんの前に必ず水を飲みますね。

八十七歳のいまでも

十八の娘と結婚できる

押阪 先生は、八十七歳のいまでも、おぐしも漆黒ですし、エネルギーの源といますか、若さにあふれておられるんですが、その秘訣は、水をうまく利用されているからですか。

栗山 そうなんです。私は夜も枕元に

水を置いて、目がさめると必ず飲むんです。

押阪 健康のためにはだいたいどの程度飲めばいいんですか。

栗山 人間のからだは七十五パーセントが水なんです。これをいつも保つことです。

押阪 よく、寝がけに飲むと太るとかいいんですが……。

栗山 水を飲んで肥えることは事実です。梅雨から夏にかけては、こやしをやっても雨で流れちゃう、それでも木はどんどん茂るでしょう。それは水のためじゃないですか。夏の間は十分からだに水を入れているから、その水がつばとなり胃液となって、秋になると食欲が出るんです。

押阪 そうなんですか。

栗山 春夏秋冬、水の飲み方は違うんです。秋には水はいらないんです。夏

の間に十分持っていますから。秋に、天高くというのは、雲がない、水がないということなんです。だから、秋には大火がたくさんあるでしょう。

秋に雨が降ると植物はよくできません。

秋は乾燥した方がいいんです。そのかわり、夏は相当に水をやっておかないとだめなんです。水をカブ飲みし……いいん

です。

押阪 四季折々に飲み方があるんですね。

栗山 人間のからだは、水さえ飲んでいれば相当生きられます。外国では、水だけで三年生きていた人がいたそうですよ。

押阪 すると先生は、魚とか肉とかはなるべく避けて、自然のものといま

すか、今日まで水を中心として健康を築かれてきたわけですか。

栗山 そうです。私は魚や肉を食わないから、いまだに精力はあるんです。

十八歳の人と結婚できますよ(笑い)。

押阪 十八歳の人とネ、そうですか。

栗山 植物だって、実がなったらおしまいでしょ。カマキリだって、子供を生んだらその場で死んでいくし、蛾

は卵を生んだら死ぬでしょう。竹だって実がなったら枯れます。みんな実を



結ぶためにあるんです。人間も、この世に生まれたら、死ぬまで子供を生むのがほんとうなんです。きょうもみんなに言ったんだけど、私に精力がなくなったら、その日に死んでやるって。百まで生きるんだったら、百まで精力あるはずですよ。

押阪 うらやましい方ですね、ほんとに……。

精神的苦痛を

もたないことが長寿のコツ

押阪 ところで、先生は何か特別な食餌法をとっておられますか。

栗山 私は朝、葉緑素を飲むんです。世の中は青から始まっているんです。

なにことも……。信号も青黄赤でしょう。あれは太陽です。朝は青い雲が出て、

昼は黄、夜は赤い雲が出る。ミカンだってそうでしょう。柿だって、初めは

青で、黄、赤となっていく。人間だって、小さいときは青二才というし、中

くらいになると黄色くなる。年をとると赤黒くなる。酒を飲んで吐くと胆汁

といって黄色いのが出る。あれは肝臓から出るもので、肝臓を動かすのはす

い臓です。すい臓液は青です。それが血管へきて赤くなる。緑の黒髪という

わけです。そこで、朝、緑をとることは自然でしょう。だから、朝、葉緑素

を飲むんです。青いものは必要で、大切だから、ポバイでホウレンソウを宣

伝しているじゃないですか。肝臓が強くなり、力が出るということ、青い

ものを代表してポバイにホウレンソウ

高速時代の 安全性を 確実に守る

PIRELLI



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/ブレーカーのベルトとラジアルコンビ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
大阪市福島区上福島北 2-4
TEL 06 (458) 7751
名古屋市東区小川町 67
TEL 052 (931) 5361
仙台市中倉 3丁目17番街区内
TEL 0222 (95) 4270

を食わせているんです。
押阪 青いものと水と、それを朝、昼、晩ですか。
栗山 昼は果物が出ます。夏は柑橘類が出る。レモン、夏ミカン、橙々、ネーブル、オレンジ、ハッサク……みんな黄色でしよう、それを食べるんです。夜はごはんを食べる。お米は秋しかできませんでしよう。栗とかゴマとか落花生、クルミ……みんな秋です。秋は夕方だから、夕方はごはんを食べるんです。ごはんだけじゃまずいから、おらずに生野菜を食うんです。
押阪 たしかに理にかなっていますね。
栗山 人間は心からだと両方からできていますから、心に苦しみがあれば、肉体も変化するでしよう。心に楽ししみを持たせるといことは、肉体にも楽ししみを持たせると同じでしよう。夫婦仲のいいものは長生きするといものは、しじゅう楽しんでるからで、心配や苦勞があれば、長く生きれませ

押阪 八十七歳で、十八歳のお嬢さん

心の向くまま、 自由の向くまま 自由に暮らす

んわ。のくもな者も長生きするつていうでしよう。私は、精神的な苦痛は一切しないことにしているんです。子供たちは絶対、私に苦勞かけないです。いやなことは私の耳に入れないです。というの、この年になるとショックを受けたらだめになるんです。肉体がやつと生きているところへ、ショックを受けたら上へあがる力がない。病氣したらなかなか元へ戻らないです。老衰すると生きる力が弱いでしよう。心配すると食がとまるし、悲しいと食がとまる。なぜかという、生きるために心がついていて、心がなかつたら生きていけないからです。精神で肉体を助けしていくのが一つの長寿法なんです。



と結婚してもだいたいじょうぶというほどお元気で、うらやましいぐらいですが、何かご趣味ある日は日課といったものはお持ちじゃございませんか。
栗山 私はあまり動かないの。年寄りというのは動いちやだめなんです。
押阪 アラ、それは……。
栗山 動物は年をとると動きませんよ。歩くのは歩きます。運動ということをしな。その証拠には、運動選手はみんな短命じゃないですか。
押阪 まあ、それはよくいいますね。一方では、老けは足からくるから、マラソンをやれとか何とかいいますが……。
栗山 やった人は短命で終ります。だって人間は、三十歳が頂点で、それ以上健康にはならない。そのあとは、いかに生きていくかという研究に移らな

きやいかんです。栄養というのは三十でストップです。
押阪 日常生活では、食事のあとはあまり動かないようにして、心の向くままですか。
栗山 自分の好きなことをするんです。心の向くままの向くまま、足の向くまま、自由にさしてもらっています。
押阪 要するに、家庭生活を楽しくしなさいということですか。心の慰安はそれで、からだの健康は水に始つて水に終る、と。
栗山 水が大切だというのは、死んだときに末期の水をとらせるでしよう、あれは、もう一べん生き返らせたいという願ひなんです。水はもつと大切にしなさいけないんです。
押阪 健康でおいしい水を飲めるように、ということですね。水で百歳を全うしてください。
栗山 そのつもりです(笑い)。(協力・V I V I 鹿友倶楽部)

体力が低下している現代人

戦後、体位の低さと、たんぱく質や脂肪の不足が叫ばれ、菜食から肉食中心へと大きく変化してきた日本人の食生活は、それがとりもなおさず、半健康人をつくり出す主な原因になっていることは周知のとおりである。

毎日食べる物が、いかにわれわれの健康に影響するものであるか、いうまでもないが、食物は人の性格までも左右する。

ビタミンAが不足すればケンカっぽくなり、特にカルシウム不足はイライラ、せつかちの原因になるといわれている。その典型的なのが不眠症。カルシウムには神経の興奮をやわらげる働きもあるからである。このように

食べる健康法



活性イオン水 人間の根源は生きた水

換によって、体位は向上したが、それにとまなう体力の低下が著しいという現象が起きているからだ。たとえていえば、農作物でも、チッソ肥料が過剰でカリ肥料が不足すると、生長は早くても実がならず、そのうえ、抵抗力が弱いから病気にかかりやすくなる。

栄養をとりすぎる現代人の体力をつくるにはミネラル分も必要なのである。

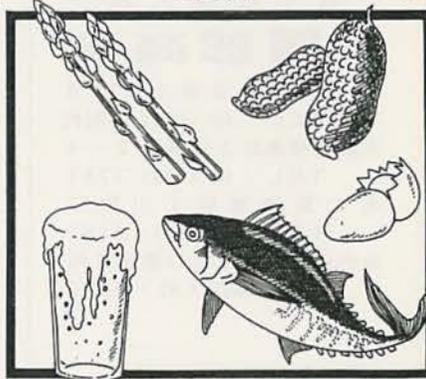
養のバランスはからだの健康だけでなく、その人の精神状態にも大きな影響を及ぼすのだ。

ただ、食物には、必ずその主要な栄養素によって果たす役割がある。しいたけの成分、ビタミンDはカルシウムの吸収を高めるので骨の弱い人にはいいとか、海藻類はミネラルが多く動脈硬化を防止する……肉に野菜、

アルカリ性食品



酸性食品



刺身にだいこんのツマといったようにわれわれが普段気につけない食物のつけあわせにもそれなりの理由があるのである。

食物は、含まれているカルシウムとリンの量の対比によって、アルカリ性食品と酸性食品とに分けられる（カルシウムとリンの対比が1:4以下がアルカリ性食品となる）。

われわれが、いつもおいしいと思って食べたくなる食物は、だいたい酸性のものである。肉や卵、うなぎ、まぐろ、落花生、白米などがそれ。反対にアルカリ性のものは、わかめ、ほうれんそう、こんぶ、だいこん、キャベツ、にんじん、梅干、じゃがいもなどの野菜類が主となる。肉食中心の生活を続けている欧米人は、長年の生活の知恵から、肉類に倍する野菜を食べ、唯一のアルカリ性の酒であるワインを飲む。彼らは経験的にそれを知り実行しているのである。

血液は弱アルカリ性が理想

人間のからだは、肌が弱酸性のときに、しっとり潤いがあり、細菌もなかなかつきにくいのだが、逆に、内臓器管は体液が弱アルカリ性のときに新陳代謝が活発に行なわれ、健康体を保つことができる。健康な人の血液や体液は、弱アルカリ性が理想とされている（健康な人の血液はPHが7・35で弱アルカリ性。PHはアルカリ性、酸性を占す数値でPH7・0が中性、7・0以上がアルカリ性で、7・0以下は酸性）。

しかし、疲労がひどいときなどにはどうしても体液が酸性に傾き、アチドーシスという状態になる。つまり、血清中のカルシウム・イオンが少なくなり、反対にリンやマグネシウムの含有量が多くなる状態をいう。このアチドーシスの状態が慢性的に長く続くと、

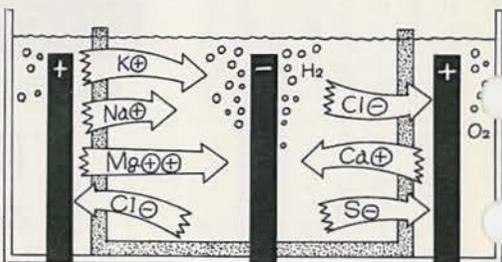
高血圧、脳卒中、心筋梗塞、糖尿病、神経痛、リウマチ、アレルギー疾患などいろいろなやっかいな病気を招くおそれがでてくる。

それだけでなく、寝不足や疲労によって、人間のからだは酸性になるから日頃から多量のアルカリ性の食物をとるように心がけていなければならぬ。それが、ついつい、食べておいしい酸性の食物を多くとりすぎて、慢性的にアチドージスの状態を招いてしまっているというのが現代人の実情ではなからうか。日本人は昔から、毎日の食卓に酸性食品を中和するアルカリ性の食品、梅干や野菜、海藻類を添えてきたのも、実に正しい生活の知恵だったのである。

最近では、酸性食品が全体の80%を占めるまでに増加しているが、激しい現代生活を生きぬくためには、エネルギー源となる酸性食品は欠かせないから、その食物のバランスを十分に考えて摂取する必要がある。しかし、ただバランスを、といっても、考えるほど簡単にはいかない。それは、動物性食品の消化吸収は容易だが、野菜類は十分に摂取しても、消化吸収されるのはその半分以下だからである。

活性イオン水がなぜよいか

カルシウムは、健康に重要な役割を果たしているが、健康な人の血清100ml中のカルシウムの量は10ml程度。そのうちの60%はたんぱく質と結びついて



Ca	カルシウム	Na	ナトリウム
Mg	マグネシウム	Cl	塩素
K	カリウム	S	イオウ
H	水素	O	酸素

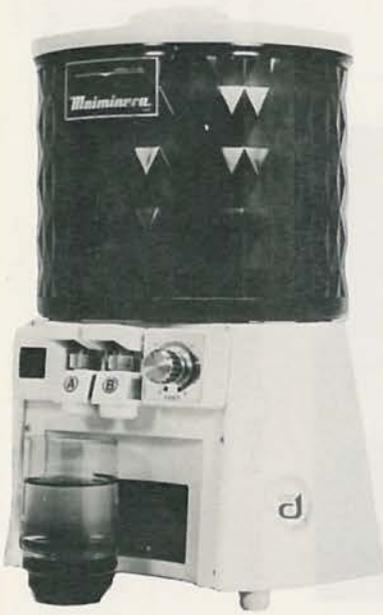
固定しており、あとの40%は血液中でカルシウム・イオン（活性イオン）として自由に活動できる状態にある。そして、血液が酸性であるか、アルカリ性であるかは、カルシウム・イオンの増減によって決まるのである。このカルシウム・イオンは、体液が酸性化した場合、すぐにこれを中和する役割を持っている。

ところが、日本は火山国であるため土壌中のカルシウム分が少なく、国土の大半は酸性土壌。しかも、川は流れが急なためミネラルを溶かす率が低く河川に含まれるカルシウム

は欧米の4分の1以下である。したがって、野菜や家畜類のカルシウム保有量も少なく、当然、われわれの摂取量も十分といえないわけだ。

そういうことから、カルシウム・イオン水を家庭で簡単に作れる装置が市販されるようになったのだが、ここに紹介する「マイミネラル」もその一つ。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、性質の異なった二つの水をつくり出す機械である。

つまり、水を電気分解すると、①マイナス極にはカルシウム、マグネシウム、ナトリウム、カリウムといったプラス・イオンの物質が集まり、液はアルカリ性になる。②プラス極にはイオン、クロールケイ酸、塩素などのマイナス・イオンの物質が集まり、液は酸性になる。



●アルカリ性液(A液)―活性カルシウム・イオン水
このマイナス極に集まる水が、カルシウム・イオンをはじめとするミネラル分を含む。この水を飲むと体液や血液の酸性を中和する作用がある。消化不良、慢性下痢、胃腸内異常発酵、制酸用に効果がある。この水を使ってご飯をたけばずっとおいしくたけるし、ウイスキーの水割に使えばさらに味がまろやかになる。

●酸性液(B液)―酸性イオン水
プラス極に集まる酸性水はアストリンゼンとして皮膚の美容水になる。人間の皮膚は体液とは逆に弱酸性に保たれていなければならないから、化粧水としてアストリンゼンを使うと皮膚をなめらかにし、肌荒れやニキビ、吹き出物を予防する。

人間に最も必要なもの、それは空気と水である。これだけあれば50日、60日と生きることができ。特に水は人体の70%を占めているだけでなく、カルシウムをとる上でも、たいせつなもの。そのためにはいい水を飲まなくてはならない。毎日飲む水によって健康が得られるのなら、これにまさるものはない。

本誌愛読者に限り、この「マイミネラル」を特別価格で頒布します。定価48,000円のところ44,500円です。購入された方へ係員が取扱使用方法を説明に参上します。お申し込み、お問い合わせは当編集部まで。

〒東京03(561)97345

ニューヨーク市から約八十キロ北のマウントキスコ生まれの森田シェリー夫人(二十七歳)は、来日して一年半になる。ご主人の克彌氏とはミシガン湖の近くにあるクランプルック大学でめぐり合った。この芸術専門学校でご主人は建築、夫人はフアブリック・デザインを学んだ。生後四カ月の愛娘を育てながら、日本では耳新しいフアブリック・デザイナーとして活躍する夫人に、そのデザイン感覚をいかに学び、これから活用していくか、伺ってみた。

★何を自分から引き出せるか……

フアブリック・デザインとは、プリントするもののデザインとでもいいましょうか、私はニューヨーク州のサラキニス大学で学び、さらにクランプルック大学を出ました。しかしさまざまなプリントのテクニクを学ぶこともさることながら、どういふものを自分自身から引き出せるかを学んだ時といえます。というのは、アメリカの大学では学部変更ができます。エンジニア専攻だった主人の友人は、一年の時の成績がとても悪いので教授と話し合い、商学部に変わり主席で卒業しました。大学は高校の推せん状と成績表で入学を決定します。たとえ卒業して数年たち実力が落ちていても、学びたい人は推せん状と成績表で入学できます。それは日本の大学入試が振り落とすためにあるのに対し、アメリカは基本的なものをマスターしたかどうか試験す

るためのものだからです。

★四畳半の茶室に豊かさ……

プリントを見る時、クラフトマンシップ、つまり職人が色を出すために十分な色を使って、たんねんにしみ込ませたか注意します。また、デザインに無駄な線がないか注意します。レス・イズ・モア(Less is more)、シンプル

DISCOVER JAPAN

青い目の日本イチャモン帖⑦

丁稚奉公で日本の「染」を勉強したい



シェリー 森田詩絵里夫人

ましたが……(笑)。

日本だけでなく、まだまだ世界的にデザインに対しては貧しいと思います。それは小学生からずっと、学校での芸術に対するトレーニングが少ないからではないでしょうか。いいものを見るのが、一番のトレーニングです。しかし日本では、習字やいけば花など

なもの美しいというデザインの根本を頭において見るのです。

ですから、日本の茶室、四畳半という最も狭いシンブルな空間に、より豊かさを感じます。お茶会には一度しか行ってませんが、香をたくにおいと抹茶をたてるにおいが、とても好きで忘れられません。ただ足がしびれて困り

のアート・トレーニングを受ける、つまり、製作する。繊細な環境が昔からあり、それが芸術に対する目ざめに

ながつてきたと思います。アメリカの女の子は、バレーやピアノを小さい時習うことはありますが、製作する環境はありません。しかし動物を育て、愛情を持つことを教わるので、それが

絵を描く時などに自然を身近かに感じる土壌となっているように思います。

★欵ちゃんのフィーリングが好き

こんな風に芸術の土壌が異なる日本に住んで、私はしんそこ日本のろうけつ染めや西陣や友禅を学びたいと思っています。それも学校には入らず、丁稚奉公のように厳しい子弟関係の中で勉強したいと思っています。

私の父は銀行員ですが製製技術やスクエア・ダンスの指導、ピアノやバイオリンを弾き伯父達とバンドを持っています。それはアメリカでも昔の人はほかに仕事を持っていながら、手ですることを大切にしたからです。またつりやハンティングをするチャンスがいつもありました。芸術は「自然と手」によって生まれるのです。

また日本人は親切で大好きですが、働きすぎて、もの悲しい気がします。ほかに楽しみもあるのではないでしょう。私はテレビで、欵ちゃんをよく見ますが、アクションとフィーリングがありすばらしいコメディアンだと思います。欵ちゃんのような楽しいフィーリングが日本の家庭にあつたらと思います。

私達の住まいは狭くて、主人も私も思うように仕事ができません。近い将来家を建ててスタジオをつくったら、インテリアのアクセントとして使えるフアブリックをデザインしたいと思っています。(談)

残暑御見舞申し上げます

自然を破壊し、これを利用することを基盤として発展してきた現代文明は、必然的に人間と自然との調和を失なう危険をはらんでいます。また、機械文明の発達は、自動販売機の普及にみられるごとく、人間同士の対話の場までも狭めつつあります。

鹿沼グループは、西洋流の「自然を征服すべし」との論理とは逆に、東洋流の「自然に敬服すべし」との理念の上に立って、今後とも自然と人間の対話、人間と人間の対話の場を広げる役割を果たしてまいる所存でございます。

なにとぞよりいっそうのご理解とご指導を賜わりたくお願い申し上げます、皆様様のご健康を祈念し、ご挨拶いたします。



鹿沼グループ代表
福島 充



「鹿」発行人
福島 文雄



芝張りも開始

(写真はいずれも51年7月15日撮影)



14番ホール・フェアウェイ



15番ホール・フェアウェイ



富士御殿場ゴルフ倶楽部

サンエウ産業株式会社

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/静岡県御殿場市神場965-1 ☎0550-9-3534代

インコース造成進行



14番ホール・フェアウェー中央部より富士山を望む



12番ホール・築造中のティーグラウンドよりフェアウェーを望む(前方は池)



16番ホール・ティーグラウンドよりグリーンを望む

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

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。

■ゴルフシューズ

スウィングの基本はまず足元の安定。それには自分の足にピッタリ合ったゴルフシューズを選ぶことが大切である。

今回ここに紹介するジョンソン&ファイアとフットジョイ（ニューモダル）はスウィングの安定性を十分に考慮し、どんなに歩いても疲労感が少なく、しかもデザインに秀れた高級ゴルフシューズ。次の8種類をそろえています。

写真①②③④⑤

ジョンソン&ファイア

サイズ 26〜27センチ

鹿特別価格¥19,000.00

（希望小売価格¥35,000.00）

写真⑥⑦⑧



フットジョイ（ニューモダル）
サイズ 24〜26センチ
鹿特別価格¥26,500.00
（希望小売価格¥35,000.00）



■オパール・ウォッチ

最近、オパールの人気は世界的に高まってきているが、それはダイヤモンドやルビーその他の宝石に、人造模造が多くなりほんものとの見分けがつきにくくなっていることへの反動と、オパールのもつ多彩な輝きが現代人にアピールしているからだろう。

ここに紹介するオパール・ウォッチは、オーストラリアのシドニーにあるダイヤモンド・ファッション社が長年研究を重ねて独特の技術を開発し、オーストラリア特産のオパールをウォッチ・ケースやブレスレットにはめ込み（大部分が手加工）、スイス製のムーブメントと紐い合わせた世界でもめずらしい時計だ。

近年、時計は単に正確な時刻を告げる機械というだけでなく、アクセサリとしてファッション性の高いものが要求されている。このオパール・ウォッチは、オパールとスターリング・シルバー（銀の純度92.5%）を使ってあり、ファッション性は抜群。まさに時代を先取りするモード・ウォッチであり、セカンド・ウォッチとして最適なものといえる。

ムーブメントはスイス製17石、インカフロック（耐震装置）付、一年間保証付。

①②OPG-98鹿特別価格¥95,000.00
（希望小売価格¥48,000.00）



③OPSI-13鹿特別価格¥35,500.00
（希望小売価格¥49,000.00）
④OPSI-41鹿特別価格¥36,000.00
（希望小売価格¥50,000.00）
⑤OPSI-12鹿特別価格¥65,000.00
（希望小売価格¥98,000.00）

■レインボー・ライター

お好きなタイプはどれでしょう—といつても、このレインボー・ライターのホテイの色が決まっているわけではない。



写真のようにホテイの色が温度によって七色に変化することから、レインボー・ライターと呼ばれるというコトクなライター。その秘密はライターのホテ一部分に液晶を加工してあるため、18度以上の温度から色の変化が始まり、2〜3度の間隔でクロ、ブラウン、グリーン、ブルー、ピンク、淡グリーン、ブルー、パープルというように36度まで美しく変化する。

シンプルなデザインと、そのなめらかな手触りは素晴らしい。ゴルフにレジャーにファッション性に合わせた、レインボー・ライターをどうぞ。金張りや銀張りの2種類、各30個ずつ用意してあります。

①（金張り）鹿特別価格¥18,000.00
（希望小売価格¥24,000.00）
②（銀張り）鹿特別価格¥14,250.00
（希望小売価格¥19,000.00）

〈お願い〉

※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、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、雨天手当およびロッカーフィ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ヵ月前より表記場所にて受付いたします。定休(月曜日)

ご紹介者名

会員No.

ご利用者住所

ご氏名

電話



〈お願い〉

※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、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、雨天手当およびロッカーフィ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ヵ月前より表記場所にて受付いたします。定休(月曜日)

ご紹介者名

会員No.

ご利用者住所

ご氏名

電話



45鹿沼カントリー倶楽部

〈お願い〉

※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、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、雨天手当およびロッカーフィ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ヵ月前より表記場所にて受付いたします。定休(月曜日)

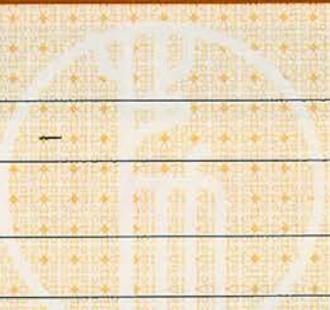
ご紹介者名

会員No.

ご利用者住所

ご氏名

電話



〈お願い〉

※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、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、雨天手当およびロッカーフィ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ヵ月前より表記場所にて受付いたします。定休(月曜日)

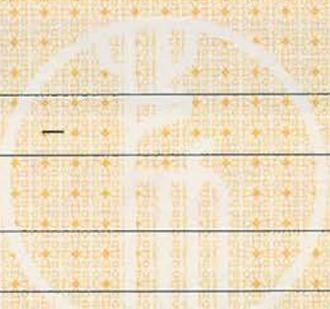
ご紹介者名

会員No.

ご利用者住所

ご氏名

電話



特別優待券

¥8,300

〔エコノミーバック料金・1枚1名様限り〕
土曜・日曜・祝祭日には使用できません
有効期限・昭和51年6月1日～12月30日

45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)

特別優待券

¥8,300

〔エコノミーバック料金・1枚1名様限り〕
土曜・日曜・祝祭日には使用できません
有効期限・昭和51年6月1日～12月30日

45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)

月刊鹿愛読者 特別優待券

特別優待券

¥8,300

〔エコノミーバック料金・1枚1名様限り〕
土曜・日曜・祝祭日には使用できません
有効期限・昭和51年6月1日～12月30日

45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)

特別優待券

¥8,300

〔エコノミーバック料金・1枚1名様限り〕
土曜・日曜・祝祭日には使用できません
有効期限・昭和51年6月1日～12月30日

45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)

シーズン特別優待券

¥6,500

エコノミーバック料金・1枚1名様限り
土曜・日曜・祝祭日には使用できません
有効期限・昭和51年6月1日～12月30日

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)

シーズン特別優待券

¥6,500

エコノミーバック料金・1枚1名様限り
土曜・日曜・祝祭日には使用できません
有効期限・昭和51年6月1日～12月30日

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)

月刊鹿愛読者 特別優待券

シーズン特別優待券

¥6,500

エコノミーバック料金・1枚1名様限り
土曜・日曜・祝祭日には使用できません
有効期限・昭和51年6月1日～12月30日

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)

シーズン特別優待券

¥6,500

エコノミーバック料金・1枚1名様限り
土曜・日曜・祝祭日には使用できません
有効期限・昭和51年6月1日～12月30日

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)

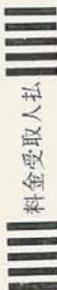
(受取人)

東京都中央区京橋二二三一十六 鹿沼ビル1F

郵便はがき

104

ライフマガジン「鹿」広告部 「鹿」ローヤル友の会係



京橋局承認

1178

差出有効期間
昭和52年7月
31日まで

※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）

電話

鹿沼72カントリークラブ

〈お願い〉

- ※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)、ロッカーフィ、昼食代(1食)を含みます。ただし、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、重量オーバーおよび雨天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）

ご紹介者名

会員No

ご利用者住所

ご氏名

電話

〈お願い〉

- ※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)、ロッカーフィ、昼食代(1食)を含みます。ただし、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、重量オーバーおよび雨天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）

ご紹介者名

会員No

ご利用者住所

ご氏名

電話

■生ローヤルゼリー

ローヤルゼリーには、アミノ酸組成、蛋白質、それに数多くのビタミン類が含まれている。

それも新鮮な生の方が効果が高いが、生の場合、いままてそ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。ナチュニールなビタミンEと最高級の純正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150粒だから、市販されている錠剤1錠の約3倍錠剤の約3倍錠剤一箱100カプセル入り7,200(希望小売価格¥9,000)

★ローヤルゼリー友の会発足・会員募集

連続好評に答えて
ローヤルゼリーのすばらしい効用は、本誌、食べる健康法 てたびたび紹介してきました。そのつど驚くべき反響と注文が殺到しています。そこで、当編集部では、愛読者の皆様にローヤルゼリーを少しでも安くお買い求めできるように友の会を発足させました。会員募集は次の要領で行ないます。この機会に、皆様の健康維持のため必ずつてご入会ください。

- 記
- 一、名称 鹿、ローヤル友の会
 - 一、事務局 東京都中央区京橋一三の二 大鹿沼ビル2F
 - 一、会員資格 鹿、愛読者に限る
 - 一、入会金 一切不用

一、予約

ローヤルゼリー軟カプセル (二箱100カプセル入り) 標準小売価格¥9,000の品

○会員特別価格と単位

1箱：¥7,200 3箱：¥18,900
6箱：¥33,510 12箱：¥64,800

※希望者は本誌綴じ込みのハガキに所定事項記入の上現金書留にてお申込みください。

■バイター

マッサージは、血液の循環をよくし、また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もたらす。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。



ここに紹介するバイターは、マッサージ効果を上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上げることができ。バイターには2通りの振動があり、下腿および太もも、腰などをマッサージする時は強振、首すじ、肩、背、腰、上腿をマッサージしたりのツボをおさえる時は弱振を使用する。バイターでマッサージを行なう時は基本的な使い方を理解して、正しく行なうことがより効果を上げる方法である。なお、この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¥60,500(希望小売価格¥69,000)

■フルーン

果実の宝庫として有名なカリフォルニアの太陽の輝きをいっさいに浴びて育ったフルーンは、ビタミン類やミネラル類の含有量が豊富なことから、ワンター(不思議)

フルーツともミラフル(驚)フルー

とも呼ばれ、古くから欧米人の食卓に欠かさない美容健康食として親しまれてきた。

とくに、フルーン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フルーンはそれらを補うすばらしい果実のエキスなのである。



ここに紹介するデリースフルーンは、カリフォルニア産の良質なフルーンを特殊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、防腐剤などはいっさいつかわれていない。美容食にジャムに多い利用できる。鹿特別価格一セット1280円(5個詰)¥7,500(希望小売価格¥9,500)

■コンティ



ここに紹介するコンティは、とめ真な家のユニット家具で、自由に組み立てができ持ち運びがいたってかんたん。しかも、シンフルで美しく、日本住宅にピッタリと合う。基本セットはA1サイズ・A4サイズのボックス4個組みが2セットと、棚板5枚と台座2本が1セットになっている。色はメラミン樹脂化粧板張の白と、フリンター合

板張の木目のものがあり、スペースに同じに形が自由に変えられ、必要分だけ買いたいしていただけるので非常に便利である。これを10セット用意しています。鹿特別価格¥32,000(希望小売価格¥42,500)

■シオートタイム・トレーナー

STT(シオートタイム・トレーナー)は、長年のドイツ医学のデータ、研究によつて生れた、最も合理的なトレーナーで、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。



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、サドルに座つ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、足はかりでなく、腕、腹、腰、背など全身の筋肉鍛錬にも使用できる。画期的なトレーナーである。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。

■磁気温マット

直立する人間は、どうしても首の周囲と腰に神経が集中するようになる。したがって、肩の部分と腰部が最も重要な働きをするわけだが、特に、腰は上半身と下半身のバランスをとっている要である。

「磁気温マット」は、やわらかく温かい感触だから、上半身、下半身のどこでも使用でき、それによって、臓器系統の復調を

もうなぐす。そのため「磁気温マット」は腰部の使用に重点をおく方がよい。運動などによる足、腕、肩等の痛みの場合は直接その部分に貼付する。

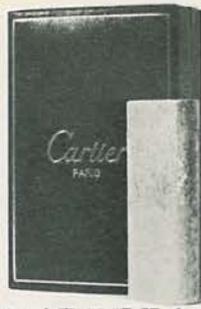


なお、漢方療法
の経穴に貼付して
も効果があるから
適宜に移動させ、
自分に最も適した
場所をさがすとよい。
鹿特別価格
4,500円希望小
売価格4,950円

■カルチエ (フランス製)

愛煙家の心をとらえるライター、カルチエ。パリの宝石店カルチエが、宝石細工の技術をライターにとり入れたエレガントなスタイルで、性能、デザインにすぐれ、炎の調節やガスの注入をひとつのネジで行なうのが特徴。

タンヒル、テュボンなどと並び世界の高級ブランドで、使用時の手触りとそのフィードバックは一流にふさわしい重厚な味わいを持っている。



格調ある
金張りや銀
張りの2種
類を用意し
ています。
鹿特別価格
107,500円
シルバー
(希望小売価格99,000円)
56,000円(希望小売価格75,000円)

■腕時計

セイコーウォッチは、登場以來多くの人々に愛用されているが、そのヒッツは抜群の高精度と洗練されたデザインにある。水晶発振式の高度で、しかも複雑な構造と機能をS.M.E.K.O独自の合理的な設計により

コンパクト化し、小型化した機械体。

一秒ごとに時をきざむ独特のステップセコンド方式で、エネルギー源は小さな銀電池……。数々の魅力に富んだセイコーウォッチは、たしかに「秒の世界」へあなたをお誘いするはず。

このセイコーウォッチをそれぞれ三個ずつ用意しています。

- ①セイコーウォッチQW050(ハートレット) ステンレス側。鹿特別価格35,000円(希望小売価格50,000円)
- ②セイコーウォッチQW960(ハートレット) コールト側。鹿特別価格35,000円(希望小売価格50,000円)



- ③セイコーウォッチQW020(ハートレット) ステンレス側。鹿特別価格32,900円(希望小売価格47,000円)
- ④セイコーウォッチQW900(ハートレット) コールト側。鹿特別価格35,000円(希望小売価格50,000円)

■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り、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円(希望小売価格3,000円)、1,500粒入9,900円(希望小売価格13,500円)

■B.C.リリット

発売以來、全国のラジオファンの間で爆発的な人気を呼んだ「グーガ」。グーガは世界の国々の情報、ニュース、音楽などを現地の生の声でいち早くキャッチし、いながらにして世界電波旅行を楽しめるのが魅力。世界各国の電波がワンタッチで操作できることから、日本に任んでいる外国人の家庭にも愛用者が急増している。

ここに紹介する「グーガ」は価値あ



る回転シャイロアンテナで中波DXにも威力を発揮する混信軽減の電波探知メカ。海外短波は音楽の宝庫であるから、海のヒット曲

■ヘルストップ (血圧計)

動脈は外部からそのまわりを圧迫することによって、血液を容易に止めることができる。血液を止めるのに必要な外部からの圧力は血管内を流れる血流圧すなわち血圧に比例する。したがって腕の動脈での血流を止めたり、通過させたりしてその圧迫した力を測定する装置が血圧計である。



従来の血圧計は使用がむずかしく医師に限られていたが、これを誰れにでも測定できるようにしたのがヘルストップだ。

常に、自分の血圧を知っていることができたなら、医師に相談する時の資料になるし、安心して母口を送れる。

ヘルストップは合理的な設計と、精密な仕上り信頼性は抜群(通産省計量検定所・検定済)誰れでも計れる簡便さと、手軽に使用できる価格で、皆さんの健康のよりよい相談相手となるでしょう。鹿特別価格7,800円(希望小売価格11,500円)

19W5S489 “株式投資、健康法⑫”

香山 檣次郎

株式投資は、記憶を呼び起こすメカニズムを働かせると同時に、創造力を養うメカニズムに加えて、決断という要素—いかなればその人なりの勇気が、大なり小なり必要である。

勇敢・ 断行型

もっとも勇気ばかりでは困る。勇気の前に、判断の基礎となる知識が伴わなければ、速断のそしりを免かれず、いのしし武者の類いと糾弾されても致し方あるまい。

大衆投資家の多くは、はじめのうちは、先輩や信頼できる証券マンのいうとおり、あたかも、はじめてフグを食べる心境にも似て、おっかなびっくり投資を試みる。かと思えば盲蛇におじずで無鉄砲に買い込んだりする人もいる。ところが、これがおおむねの成功するケースが多い。

相場の世界でよく使われる『すなお』に行動したことが結果的に当たったわけだが、これに味を占めて、今度は自分ひとりで、ひそかに売ったり買ったりしたくなるのが人情というものだ。

たまたま当たった僥倖を自分の力と過信すると、一転して、苦杯をなめさせられる。『売れば二上り買えば三下り』といった調子で、あせればあせるほどウラ目ウラ目の結果に泣く人をよく見かける。こんな場合は『休むべし』の相場作法にしたがってつぎのチャンスを待つ心の余裕がほしい。知性を含んだ勇気と断行は、株式投資に限らず、処世にも必要な条件である。

ガッチリ 貪欲型

欲望は生命力の源泉だがこれも貪欲ばかりがやたらに目立つと、お客大事、商売たいせつの証券セールスマンにさえ毛嫌いされる。もうけているうちはエビス顔

だが、損するとダメされたとか、ソコソコのもうけで株を売ったあと、猛烈に上がり出したりすると、掌中の珠玉を落としたように地だんだふんで口惜しがる。魚の頭からシッポまで食べないと気がすまないタイプで、人に呉れてやる余裕など毛ほどもみられない。よくいえばガッチリ屋だが、あんなやつとつきあうと、いつもマイナスだ—という人物評がくだされて、人から好意はもたれない。この種のタイプは、人を見たら泥棒と思えの実践者でもあり、小心者が多い。毎日毎夕の相場欄に目を皿のようにして、株価の騰落に神経質になっている人は例外なくこのタイプに属する。

ノンビリ 無欲型

株価が上がろうと、下がろうとあまり気にかけず、実にのんびりしている人がいる。この株がよいといわれると、すなおに教えられたように投資するタイプで、短波放送の市況放送など全く聞いたこともなく、新聞の株式欄にもあまり目を通さない。ところが、こうい

う人が意外な大もうけをする。目前の相場などにとらわれず、3年後、5年後の会社の将来を信じて疑わない。つまり、人のいうことをすなおに受け取り、決して、そのウラを見たりしないタイプで、すべてを善意に解し、悪口などいわないから、まわりから好意をもって迎えられし、したがってよい情報も提供される。

『大欲は無欲に似たり』という格言があるが、一見、抜けたように見えても大局をつかんで達観した行動をとっているわけで、人徳者といわれる人は、決まってこの種のタイプである。

責任回避 グチ型

どこの職場でもよく見かけるタイプ。なにかに失敗すると、会う人ごとにグチをこぼし責任を回避する、周囲の人々は再び情報をいれたり、親切な勧告はしてくれない。グチが自分を孤独派に追い込み、進歩も発展も見出せなくなる。グチは過去のもの。それより前向きな発想こそ大事であるはずだ。





メンタル ゴルフセミナー②

心はやれば球飛ばず

久能 千尋 (元ゴルフ雑誌編集長)

つていたい。
さて次の一打でフェアウエーに戻すことができたでしょう。ロングホールだけに、ここで距離をかせきたい。ホールのライもそんなに悪くはない……またまたアタマをもたげる欲の虫。ここであなたはキャディに「スプーン」を要求するに違いない。ライのよいフェアウエーだからクラブの選択は問題ないが、さきほどの左へ引っかけたショットが頭にこびりついていないか、それが問題なのである。

前のショットが左へ大きく引っかけた、となるとどうしても「左、要注意」の潜在意識がはたらく。つまり今度は左へ打ってはならないというので、体が自然に右の方へ向いてしまう。グリーンが直線上にあれば、それより右サイドをねらってスタンスをとる——無意識のうちにそうなっている場合が多いのである。そして、さらに……。

ここで注意しなければならぬことは、左はこわいがグリーンに向かってもつすぐの球を打ちたいという意識は相変らず残っているので、下半身が右向きになってクローズド・スタンスの姿勢になり、しかも手首の返しが早くなるので、またしても「引っかけ」になるケースが多いということである。

上半身が右に向いて、スタンスがスクエアであれば、そのまま右へ打球を押し出してしまふ結果になるだろう。要はスタンスのとおり方一つで打球はさまざまに変化するものだというこ

「オレにもできる」……が

「ゴルフは、自分でできたためしがないことをやろうとして、いつも失敗をくり返している」

(ハリイ・テイ)

プロ・トーナメントのテレビ放映が毎週見られるようになって、日曜日の茶の間に楽しみが一つふえた。これらのゴルフを見てみると、むずかしいバンカーのアゴや林の奥深くつつ込んだトラブル・ショットでも、いともたやすくリカバーしてギャラリーの喝采を浴びている。プロの「見せ場」の一つだが、 HALF 50 を切るうかというサンデー・ゴルフにもテレビで見たそういうシーンがふと脳裏をかすめ、「オ

レにもできるかもしれない」という誘惑から逃がられないことがよくあるものだ。結果はたいして失敗するのだが。

8 番ホールまで42できたから、9 番のロングホールをダブル・ボギーで上がったでも49でおさまる。初の40台突入だ。この調子なら今日のコンペは優勝できるかも……この気負いがアタととなり、ティショットを大きく引っかけると、ボールは左の林の中。シマッタ！と思

う心があせりにつながる。それが並みの人間というもので、こんなときに冷静な状況判断ができるようならシングル・ハンディキャップはもう目の前だ。だが、ここでたいせつなことは一打の損はしかたのないことと覚悟をきめて、ミスの上塗りをしてはいけないことだ。この「一発」でミスを取り戻そう、と考えるのが「ノーアーク」つねだが、

こんなときには最初に掲げたハリイ・テイの名言を思い出していただきたい。決して、プロのリカバリー・ショットを夢見てはならない。あなたにそれだけの技術があれば別だがまあやめておいた方がよい。樹々のテッペンにわずかなスキ間を越えようとか、林立する幹の間を抜こうとか、そういう軽わぎ的な考えはしないことだ。五割の確率ならあえて冒險することはない。

やはり安全に打ち出せる方向を選んでも、まず脱出することを心がける。この場合、つぎのショットが打ちやすいようにフェアウエーに出すことだけを考えるべきである。ゴルフのショットは、つぎの一打のために打ちやすい位置をつねにキープする。これが鉄則である。そう思うようにいかないのがこれまたゴルフというもののだが、少なくとも、そういう心がけは、つも持

を脳裏に刻み込んでおくことである。

引く力より、 押す力

どうしても50を切れないゴルファー

の、もう一つの欠点は「リキみすぎ」である。それも、肝心のインパクトに力点があればまだしも、バック・スウィングですべてのエネルギを消費するようなクラブの振り方をしている人が実に多いのである。まるで親の仇を打ちのめすがごとく、すさまじい勢いで振りかぶる。スウィングの軌道をリードするテークバック（本来はテークアウトエイというべきで、文字通り軌道をつくる基本の動作である）でリキんでしまうから正確なスウィングの軌道ができるはずがない。早いスピードで力いっぱい振りかぶれば、インパクトが強くなってボールが飛ぶと思うのはゴルフアー心理の、特に初心者にとらわれやすい錯覚なのである。肝心なのはボールに当る瞬間のスピードであって、そのインパクトにおける遠心力の強さが打球の飛距離をつくるわけである。

たとえば大工さんが屋根や壁に薄い板を打ちつける場合は、タンタタンと軽く早くクギを打ちつける。ところが五寸クギを打ちつける場合はどうだろう。ゆっくりと、しかも大きく振り上げてからクギの頭にねらいを定めて

ガン、ガ、ヤッてい、すである。やはり無意識のうちに、短いクギは短いように、長いクギはそれなりにコントロールしながら打ちつけていることに気がつくだろう。長いクギほど、ゆっくり大きい弧を描いて打ちつけているはずである。

この原理はゴルフにも共通のもので、ボールを遠くへ飛ばしたいときは、ゆっくり振り上げてガツーン…の原理を思い浮かべるとよい。カナツチを振り上げるときに力を入れるバカはいない。軽く振り上げて、力（エネルギー）を温存し、一気にクギの頭を叩くからこそ、長いクギも打ち込めるのである。

前出の優勝渴望氏も、ロングホールで一打損しているから「この一打」はどうしても飛ばしたい。フェアウェイでボールのライも悪くはないからスプ

ーンを取り出した。さあこ起死回生のクリーン・ショットを——だれもが望むゴルフアー心理だけれど、こんなときに望みどおりのロング・ショットは成功しない場合が多い。

あまりにも「飛ばしたい」意識が先走るから、スウィングが早くなって正確な軌道をつくれなからである。ボールは静止しているのだから、ゆっくり叩こうが、しばらく打つのをやめたところで逃げはしない。ゆっくりと、気負った力をいったん抜いたところでスウィングすれば、きつとよい打球が出るはずである。——といっている間にホラホラやってしまった。からだの回転も伴わず腰も回らない「手打ち」で、しかも、目にも止まらぬ早いスウィング。これではナイス・ショットが出るわけがない。地を這うようなトッ

ン球。100メートルも飛んでいない。今度こそグリーン・オンさせなければ…性懲りもなく気負い立つ。あと150メートルだ。4番で打とうか、5番でも届くかもしれない。

へボと達人はここで別れる。ヘタなやつほど短いクラブを持ちたがるもの。よくショート・ホールなどで、相手が5番で届かなかったところを、オレは7番で届いたといつて得意になっているいやなやつ。こういう手合いは上達しない。自分の思ったクラブより一つ大き目のクラブで、軽く打つことを心がけるべきである。アイアンは決して力ずくで振り回してはならない。むしろ短いクラブで力いっぱい振り回したところで、よい結果が出るものではないのだから。

件（くだん）のゴルファー氏も、果せるかな4番を捨てた。5番アイアンでのフル・ショット——しかし打球はグリーン手前のバンカーへズブリ。

こうなると、ほんのひとかけら残っていた冷静さもすっかり飛んで、頭の中はカッカ、カッカの血の嵐。打てど叩けどボールは砂の中から出てくれない。三回目のブツ飛ばしでようやくグリーン・エッジ。なんと七打目。やけのやんばちでパットが三つ。八つもあった貯金もすっかりはたいてしまった。

今日こそは40台突入の悲願を達成と思えども、ままならぬ憎きボールめ!

(つづく)



歩きやすくプレーしやすい

ウレタン樹脂ソール



エンペラー・エキストラT-600
白に赤のオニツカライン[®]入り
サイズ24.5-28.0

ウレタン樹脂のインジェクションソールがズバ抜けてすぐれている点は●反発性能が非常によく●変形の心配が、まったくなく●防水完全●耐摩耗性が抜群で、革底の実に3倍強の耐久性があることです。それに●軽く●土がつきにくい●鉄の突きあげがない●ナット自身のカラまわりがない、という特徴もあります。つまり歩きやすくプレーしやすい、そのうえ丈夫で長持ちする、という「至れり尽せり型」です。加えて履きやすさ、フィット性能は多くのトーナメントプロから絶賛をいただいている「快適さ」です。あなたもいかがですか。

トッププロ愛用。プレーにフィットする **エンペラー**

FOR TOURNAMENT
EMPEROR
MADE IN JAPAN

オニツカ株式会社 神戸・大阪・東京・福岡・名古屋・仙台・札幌
お問合せはオニツカ株式会社
〈東京支店〉TEL (03)634-8331代〈大阪支店〉TEL (06)768-0081代へどうぞ。

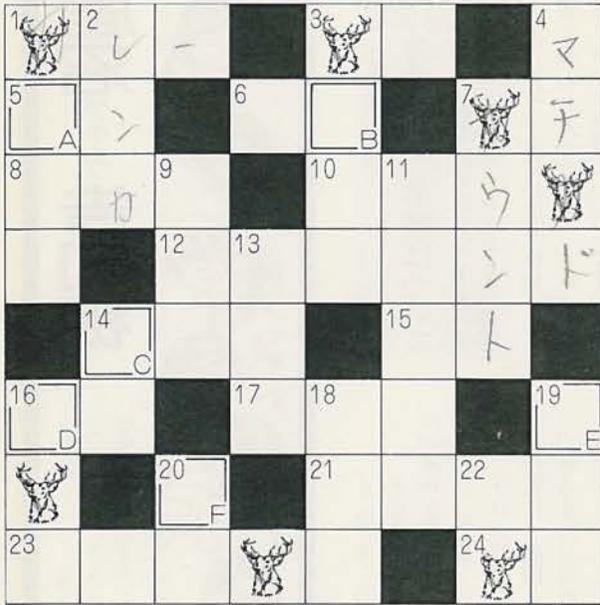
賞品付クロスワード・パズル



〈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ください。次にA～Fの二重カギ内を順に並べますと一つのことばができます。これを漢字三文字に書き換え、それだけを官製ハガキに書いて送ってください。

★宛先 「鹿」編集室クロスワード・パズル係 ★締切 昭和51年8月31日当日消印有効 ★発表 本誌11月号掲載
★賞品 正解者の中から抽選の上、1名様に家庭で簡単に計れる血圧計(ヘルストップ)を、10名様にソフトカプセルの高麗紅人参エキス、ビタ・ジンをそれぞれプレゼントいたします。

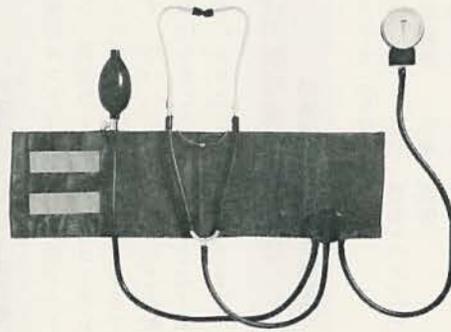
〈答えのヒント〉 雨の日も、風の日も覇権を狙って競いつづけるあの——の臨場感はすばらしく感動的だ。



- 三コのかぎ
- ① ライス——は和製英語
 - ② 歴史を大きな立場から把握し、解釈する場合の見方。『唯物論』
 - ③ 明治初年、朝廷が直接おさめた地の呼称。地方公共団体のひとつ
 - ④ ——の手を差しのべる
 - ⑤ ウッチャリでかろうじて星を拾って、依然——つばなし
 - ⑥ 三丁目の——やで、飴玉を買って、メンコをして遊んだもんだ
 - ⑦ 私の——法はこれ。暑さしらずさ
 - ⑧ 金剛石。野球では内野
 - ⑨ メッシェ、コードバンなどもある
 - ⑩ 労働者や学生などが、要求を通す手段として、仕事や学校を休むこと
 - ⑪ チームの主——となって大活躍
 - ⑫ アメリカの提督ペリーが入港して通商を求めたところ
 - ⑬ 仮建築の建物
 - ⑭ 堅焼きにしたビスケットの一種
 - ⑮ ——の年を鶴がうらやむ
 - ワテのかぎ
 - ① ものごとに未熟なこと
 - ② 敷の舗道と——造りの洋館のあるこのあたりはともよい散歩道
 - ③ 会の進行つかさどる人のことをいう
 - ④ パリの——ではったり彼女に会ったんだ。うれしかったねえ
 - ⑤ スリーはプロレス、——テンはボクシング
 - ⑥ 陸軍部隊のひとつ。司令部があり、独立して作戦する部隊
 - ⑦ 日暮れから夜明けまでのこと。一晩中。——雨やまず
 - ⑧ きょうは——日だからプロ野球は休みだ
 - ⑨ 夢を食べるといわれる動物
 - ⑩ 自分で感じること。——症状
 - ⑪ ゴム
 - ⑫ 親の——かもしれないけど、とにかく可愛いくてねえ
 - ⑬ 心がはれないこと
 - ⑭ 刀の手に握る部分

ヘルストップ

合理的な設計と、精密な仕上げで信頼性は抜群(通産省計量検定所・検定済)。だれでも気軽に血圧が計れる簡便さが受けています。



ソフトカプセル
高麗紅人参エキス
母と子の『ビタ・ジン』



鹿沼グループ告知板



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/富士面球場ゴルフ倶楽部/V.V.V.鹿友倶楽部

五十二年年度年会費 地方 会員扱いの申請について 海外

鹿沼72カントリークラブ
45鹿沼カントリー倶楽部

平素、クラブ運営に関し格別なるご

支援を賜わりありがとうございます。

さてクラブ年会費についてですが、ゴ

ルフ場より遠隔地に一年以上、また転

勤により海外に一年以上在住されるこ

とが確定しておられる方で、左記の要

件(3)(4)(5)(6)が満たされる場合は、地方

会員および海外会員として年会費減額

の扱いがなされますので、次ページの

申請用紙にてそれぞれの申請締切日ま

でに必着するよう手続きいただきたく

ご案内申し上げます。

〈要件その他〉

(1)五十二年度年会費会計期首期末

(イ)鹿沼72カントリークラブ

昭和51年10月1日～52年9月30日

(ロ)45鹿沼カントリー倶楽部

昭和52年1月1日～52年12月31日

(2)地方および海外会員の年会費額

(イ)地方会員

正会員 六、〇〇〇円
平日会員 六、〇〇〇円
海外会員 三、〇〇〇円
平日会員 三、〇〇〇円

(3)適用要件・範囲

(イ)地方または海外に請求年度(1)の期

間をオーバーして一年以上在住され

ることが確定もしくは予定されてい

て、次の(4)、(5)の手続きをすませ

承認を受けられた方が適用されます。

(ロ)「地方」の範囲

関東一都六県(東京都、栃木県、

神奈川県、埼玉県、群馬県、千葉

県、茨城県)および福島県を除く

他の道府県に在住(もしくは在住

が確定)しておられる方が該当さ

れます(ただし申請が必要です)。

(ハ)「海外」の範囲

日本国以外の国に住まれることが

確定されている方(ただし申請が

必要です)。

(4)申請手続き、必要書類

弊社所定の申請用紙(次ページ)に

居住証(住民票)、転勤証明書、

在籍証明書、会社辞令写し等のい

れか一通の添付が必要です。用紙は

会員サービスセンターおよびゴルフ

場にも常備してあります。

(5)申請手続き締切り日

(イ)鹿沼72カントリークラブ

昭和51年9月30日まで

(ロ)45鹿沼カントリー倶楽部

昭和51年12月31日まで

五十二年度分について適用ご希望の

方は右記締切り日までに会員サービ

スセンターまたはゴルフ場に必着す

るようご提出ください。

(6)申請手続き締切り後の扱いはいっさ

い申し受けいたしかねますので、必

ず右記締切り日までに手続きくださ

るよう重ねてお願い申し上げます。

(7)五十二年度適用の申請をすでに提出

済みの方は、今回の手続きは不要で

す。

(8)地方・海外会員扱い適用の変更

申請承認済み年度中途で地方また

は海外より該当地域外にもどられた

場合には、すみやかにご連絡くださ

いますようお願いいたします。

平日優待券(ビジター)を

ご利用ください。

45鹿沼カントリー倶楽部
鹿沼72カントリークラブ

本号中央部に両クラブの平日ビジタ

ー割引優待券を綴じ込んでございます。

ビジターフイ、キャデフイ、昼食代

その他をバックして大変割安になっ

ておりますので、ぜひご利用ください。

南コース15番ホール

改造完了、七月下旬より使用

45鹿沼カントリー倶楽部

南コース15番の改造工事については
皆様にたいへんご迷惑をおかけしまし
たが、このほど工事が完了いたし、七
月二十一日よりパー5として使用して
おりますのでご報告申し上げます。

南アウト・イン、黄金コース

近くJGAコース

レーティング認定

45鹿沼カントリー倶楽部

45鹿沼カントリー倶楽部、南アウト
・イン、黄金コースのJGAコースレ
ーティング認定は、近日中に下りる予
定です。たいへん遅れてしまいご心配
をおかけしましたが、よろしくご了承
くださいますようお願いいたします。

六月の競技成績(月例杯)

45鹿沼カントリー倶楽部

Aクラス (6月13日)

優勝 高梨 豊美(ベスコロ)

準優勝 高瀬 嘉俊

第三位 三好 英一

Cクラス (6月13日)

優勝 笹原 季繁

準優勝 小早川 房平

第三位 鈴木 昇(ベスコロ)

Bクラス (6月27日)

優勝 山崎 久夫

準優勝 新紀 叔夫
第三位 松本 長次(ベスコロ)

鹿沼72カントリークラブ
45鹿沼カントリー倶楽部
理事長殿

52年度適用分

地方
海外 会員許可申請書

此の度、別添証明書の通り {地方
海外} に在住と {なります
なりました} ので
地方、海外会員としてお取り計らい下さいますよう申請いたします。

記

- (1) 会 員 番 号 _____ 会 員 氏 名 _____
現 又 新 住 所 _____ TEL _____
旧 住 所 _____
- (2) 現又新勤務会社名 _____
所 在 地 ・ 電 話 _____ TEL _____
- (3) 留守宅連絡先住所 有 (〒) _____
無 _____
様方 TEL _____
- (4) 滞 在 期 間 自昭和 年 月 日 ~ 至昭和 年 月 日
(永住、予定、確定)
- (5) 帰国又帰任予定 昭和 年 月 日 (予定)

申請人住所

氏名

印

註 (イ) 該当する所に○印でご記入下さい。

(ロ) 上記(3)の項については海外会員又は地方会員で該当する方のみご記入下さい。

(ハ) 申請手続は {鹿沼72カントリークラブの会員の方は毎年9月30日
45鹿沼カントリー倶楽部の会員の方は毎年12月31日}迄で締切ります。

シニア選手権決勝 東 武氏が優勝

45鹿沼カントリー倶楽部

51年度シニア選手権（参加資格50歳以上）決勝が去る六月十三日北コースで行なわれ、東武氏（栃木）がアウト40、イン39のスコアでチャンピオンの栄誉を獲得した。

決勝は準決勝の成績順のスタートとあって優勝は第一組の東武、小泉清治、鶴見喜作、森二郎の四氏の中からというのが大方の予想。



優勝の東氏(右)。前列中央が優勝の東氏。左が準優勝の小泉氏。東氏の右が三位の森氏。左端が四位の鶴見氏。



ハーフを終って東、森の両氏が40、小泉、鶴見の両氏が41と接戦、いつ誰が抜け出すかギョラリも興味しんしん、一ショットごとに力が入る好ゲームとなった。

しかし、インに入ってからまず鶴見氏が12、13番で大きくつまづき、ついで小泉氏も13、14番で脱落。最後まで粘りをみせた森氏も17番でダブルボギーをたたいたのが痛く、結局、終始マイベイスのプレーを続けた東氏が二位の小泉氏に4スコアの差をつけ優勝をきめた。

チャンピオンとなった東武氏は、栃木県宇都宮市に在住する外科医師、52歳。キャリア16年、ハンデ5というベテランで73年には倶楽部チャンピオンになられた実力者。優勝の感想を東さんは「確かな自信はありませんでしたが、あまりにも予選がよかったです、もしかすると」と内心思っていました。それにしても一緒に組んだメンバーはわたくしより飛距離も出ていましたのに、まあマイベイスで回れたか、回れなかつたかの差でしょう。」

50歳を過ぎると年ごとに飛距離が短かくなるという東さんは、最近自分のゴルフを変え、なによりも正確なゴルフをめざしているという。今後のいっそうの活躍が期待される。

●シニア選手権決勝

優勝	東 武氏	52歳
準優勝	小泉清治氏	58歳
第 一	森 郎氏	58歳

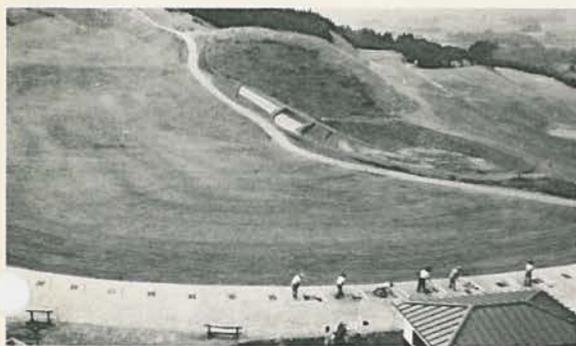
マン・リフト五基完成 練習場もオープン

鹿沼72カントリークラブ

先月号でお知らせいたしましたマン・リフト架設工事（五基）は、七月いづばいをもって完成しました。



運転を開始したマン・リフト
(練習場→ハウス)



オープンした練習場。

クロスワードパズル 6月号の正解



A=ク
B=サ
C=ヤ
D=キ
E=ユ
F=ウ
『草野球』

ク	ミ	ヒ	モ	ト	サ	カ
チ	ヤ	ツ	カ	リ	イ	セ
ツ		ジ	ヨ	ウ	カ	ン
ケ	シ	カ	ヨ	ウ	カ	イ
	ツ	カ	ル	イ	ア	マ
カ		キ	ダ	イ	カ	ア
ラ	ン	カ	ン	ユ	ウ	シ
テ						

応募総数 三、九七一
正解は 三、四八六

〈答えのヒント〉俺はこう見えてもでは、エースで四番を打っていたんだぜ。
♥ヨコのかぎ①日本伝承工芸のひとつ。最近ブームになって、教室なども大はやり。⑤ケイトウという花があるが、これはニワトリのある部分に似ていることからついた名前。⑧ぬけ目がない、一人一人だ。⑩旧国名。いまの三重県にあたる。⑪丘の上の白い。いいだろうなあ。⑬主に北半球に分布し、双子葉植物に属する。有毒なものが多い。⑮まだ時期は早いけど、季節に関係なくいやな

また練習場（36打席、300メートル打放し）も完成し、去る七月十日よりオープンいたしました。マン・リフトでクラブハウスと楽に往来できますので、大いにご利用くださいませよう
 お願いいたします。（写真参照）

●練習場営業開始時間

午前八時より

●練習場ホール料金

2ターンス（24個） 一〇〇円

なお、A、Bコース内のカート路舗装工事（延べ一七〇メートル、巾1.5メートル）も去る六月二十八日にすべて完了いたしました。工事中、皆様方にご迷惑をおかけしましたことをお詫び申し上げます。



完成した舗装カート路

インコースを造成中

富士御殿場ゴルフ倶楽部

富士御殿場ゴルフ倶楽部建設現地では、7月15日現在、コース造成工事を鋭意進めております。

同日現 10番、11番、12番、15番の各ホールは、ティーグラウンドおよびグリーンを優先的に、造成・整地工事を行なっています。
 また14番、16番（ショート）はすでに整地仕上げを完了、芝張り工事に入っています。

黒土をあまり移動させず、恵まれた原地形、自然美を生かしたコース造りをモットーに、年内には全18ホールを完成すべく努力いたしておりますので今後ともよろしくご支援賜りますようお願い申し上げます。

なお工事現況の写真を16、17ページに掲載いたしましたのでご参照ください。

年会費納付のお願い

V I V I 鹿友倶楽部

八月一日付にてV I V I 鹿友倶楽部会員の皆様には年会費納付の請求書をお送り申し上げます。

当倶楽部年会費は毎年四月一日より翌年三月三十一日までの一年度分を二期（第一期四月～九月、第二期十月～三月）に分けてご請求申し上げますが今年度第一期分は、八月、九月の二ヵ月分（総合会員六、〇〇〇円、正会員（旧エリア会員）一〇、〇〇〇円、法人無記名正会員一四、〇〇〇円）のみお納めいただくこととなります。よろしく配慮のほどお願い申し上げます。

V I V I 鹿友倶楽部

財務委員長 吉田 稔

午後8時まで泳げます。

プールをご利用ください

V I V I 鹿友倶楽部

V I V I 鹿友倶楽部では去る六月三〇日より左記の通りプールを開場しています。どうぞ六本木の太陽のもとで健康な夏をお過ごし下さい。水泳監視員が常駐しておりますので安心してお楽しみいただけます。なお今年からV I V I のプールは、会員の皆様およびその同伴の方のみ入場を認めます。

●開場期間 六月三〇日～八月三十一日（日曜・祭日も営業）

●営業時間 正午～午後八時

●料金 会員 無料

同伴者 一、五〇〇円（サウナ含）



会員のご家族の方は、送付いたしました会員優待券をご利用ください

8月15日(日)はビル全館の点検日のため休業させていただきます

V I V I 鹿友倶楽部

ものですね。⑩ぬるま湯に―とグメになるよ。もつと厳しく己を律しなくては。⑪アイツは―の天才か、それとも狂人なのかどっちかだぜ。⑫海に入ると貝や海藻などをとる人。⑬牛若丸、身軽に橋の―をとび移って。⑭くびす。⑮見たま

え、我が母校のあの―を。♥タテのかぎ①彼女とは手を握ってないし、―もしていない。②―仕えはキウクツでオレの性には合わない。一匹狼でままたやるよ。③星の王子さまもかわいい小さなを飼っていた。④アラビア半島の南西部の港から輸出されるコーヒー。この港の名を冠してある。⑤松尾和子の歌で大ヒットした曲。⑦―敷のゴルフ場も年々取りつぶされて公園など変わっていくところが多い。⑧―歌にもいいものがたくさんある。⑨夏の風物詩のひとつとして岐阜県長良川のは有名。⑩ベースアップなし、これでは―問題だよ。⑪キリストが洗礼を受けたパレスチナにある―川。⑫ゴルフ会員権を譲渡する場合は名義―が必要。⑬日本史の時代区分のひとつで、考古学上の古墳時代とはほぼ一致する時代を―時代という。⑭ブルース・リ―以来、一大ブームとなった―映画。⑮証明。その―がほしい。⑯牝牛のこと。⑰正解者の中から抽選の上、左記の1名様に電子血圧計・アイヘルス・テラックス、10名様に浅田飴のタイエット甘味料シユガーカットをそれぞれ贈呈します。

（電子血圧計・アイヘルス・テラックス）
 ◆神奈川県◆中村勇一
 （シユガーカット）
 ◆東京都◆豊瀬満理・鶴沢進一・福原直治
 ◆埼玉県◆高野一恵・竹中悦雄・熊木伯行
 ◆神奈川県◆中村榮◆千葉果◆小笠原典子◆栃木県◆白井美子◆静岡県◆諏訪部太一



Conte・コント・こんと

●浮気女房

評判の美人ワイフを持つポールが、このところ、浮かぬ顔をしているので、心配した親友のボクがわけをきいてみた。

「どうしたんだい、ポール。心配事でもあるのかい?」

「実は、ワイフのやつが、妊娠したわ。っていいだしやしないかと思うと、それが心配で……」

「だって、キミは、この間、パイプカットをやったんだろ?」

「うん」

「それなら、妊娠の心配なんかないじゃないか」

「でも、ワイフは、そのことをまだ知らないんだよ」

●賞上げ闘争

会社の労務担当重役に就任したばかりのカーターが、連日深夜の団交にくたび果てて家へ帰ると、奥さんのナンシーが、ベッドの中から、イライラした声で

「ねえ、あなた、どうしてこんなに毎晩おそいの?」

「どうしてって、いま、会社は賞上げ闘争でたいへんなんだよ」

するとナンシー、タメ息まじりに

「でも、あなた、ご自分のチン

上げお忘れにならないでね」

●二度あることは……

産科病院の待合室で、三人の男が待っていた。そこへ看護婦がかけ込んできて、一人の男に「おめでとうございます。ふたこの赤ちゃんですよ」



「それは偶然だ。実は、ボクは二子玉川園に勤めているんですよ」

しばらくすると、また看護婦がやってきて、二番目の男に「おめでとうございます。三つ子の赤ちゃんでしたわ」

「そいつは、またまた偶然だな

だ」

ボクは三和銀行に勤めているんだ

それを聞いた三番目の男、まっ青な顔で立ち上がると

「ボクは帰る。なにしろボクはセブンアップの会社に勤めてるんでね」

●猛獣並み

ある録音スタジオで、突然、一人の男がすつとんきような声をあげた。

「しまった! 大変なことをやっちゃったよ」

「どうした?」

「XYZテレビで、子ども向けのアフリカ探検映画の効果音に猛獣の泣き声のテープがほしいっていうから、一本、貸してやったんだ」

「それで?」

「ところが、今、調べてみたら全然違うテープを貸しちゃったことがわかったんだ」

「そいつはことだぞ。で、どんなテープを貸したんだ?」

「ほら、乱交パーティーの秘密録音テープがあるだろう? あれさ」

「何だ、あれかあ」

と、もう一人の男はホツとタメ息をつくど、

「大丈夫、あれなら、わかりっこないよ」

Conte・コント・こんと



北から南から

●愛読者たより

★「鹿」を毎号楽しく読んでいます。なかでも「食べる健康法」の頁はいつも注意深く読んでいます。というのは、主人が大の健康食品好きで、めずらしいものが雑誌などに紹介されるとすぐ申し込んで購入するのです。昨年の今頃は紅茶キノコを買ってきて一人であらんでいました。私としましては、変なものを飲まれてはと思い心配でなりません。そこで、今回は私が「食べる健康法」で紹介されていたローヤルゼリーの記事を読んで、これなら大丈夫と思いつつ、次号の「食べる健康法」を楽しみにしています。

(神奈川県横浜市・金田早苗)

★小生、ゴルフを始めてから、この六月でやっと二年になりました。その間ツかれたように練習場に通った甲斐あって、いまでは14のハンディをもらっています。これは自分でも上出来だと思っているんですが、そういう小生にもひとつだけ悩みがあります。というのは、練習場では自分ながらホレホレするようなショット(方向といい、球すじといい)をするのですが、コースに出ると、それも、大きなコンペやクラブ選手権などになるとメロメロになることが多いです。これは多分に精神的なものだと思います。そこで、貴誌に連載の始まった、メンタル・ゴルフ・セミナーに大いに注目しているわけです。それによって小生の精神的プレッシャーが解消できればいいのですが……楽しみにしています。

(神奈川県 匿名希望 33歳)

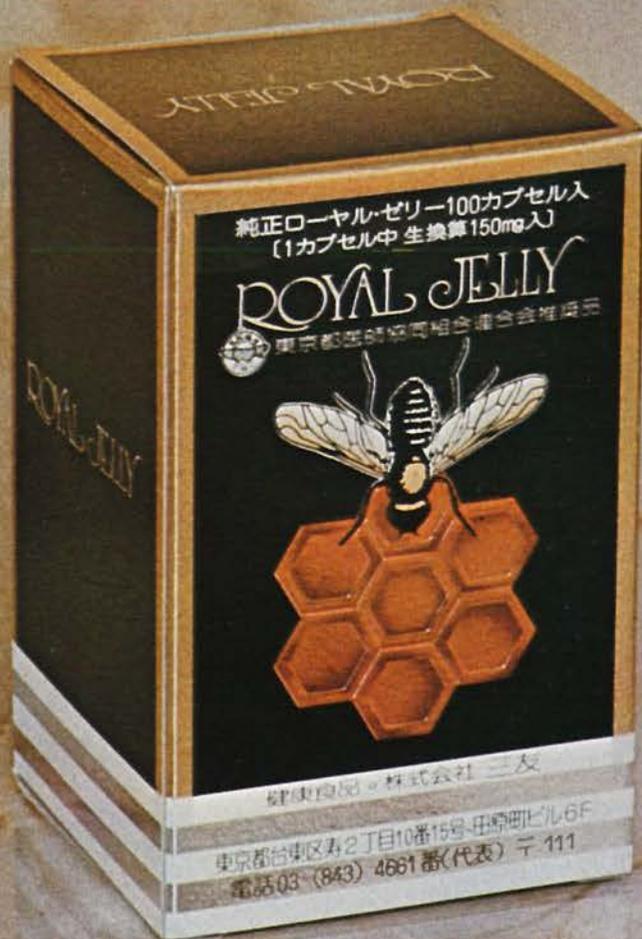
ライフマガジン 鹿 9月号 発行・昭和51年 8月1日 発行人・福島文雄 編集人・木村 勇

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 2階 ☎03(561)9734

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) 1976 ©

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、胃酸に破壊されずに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

暮らしを大切にされる方の、 明るい家具のプランは 福寿友の会で。

昭和五十一年八月一日発行（毎月一回）日発行 ライフマガジン 鹿 九月号 第二巻第七号 昭和五十年六月十二日第三種郵便物認可

発行人 福島文雄 編集人 木村 勇

定価一五〇円（千二百九円）



〈只今会員募集中です。あなたも早速ご入会下さいー入会金・会費は不要です〉

- 会員の方々には下記の特典がございます。
- ★割引率を一般より優遇いたしております。
- ★ご予約の受付も優先的に取扱っております。
- ★会員の方を対象に〈特売内見会〉〈現品限りの処分売出し〉などを催しております。



福寿家具はジャパン・ファニチュア・センター（略称J・F・C、日本家具センター）の開設以来、同センター内において、優秀な品質で定評のある広島県の家具メーカーが製作する婚礼家具などを主体とし、メーカー直結の安い価格で良い家具をお買い求めいただき、皆様にご満足いただける家具商を目指して長年努力いたして参りました。今後も、伝統の技術に新しい感覚を加えた優れた家具をメーカーともども創り出して、誠実なあきないをいたしたいと存じます。



有限
会社

福寿家具

〒104 東京都中央区晴海3-10
ジャパン・ファニチュア・センター5階
電話(03)533-8811(代)・8883
営業時間——午前9時—午後5時
休日——日曜・祭日