

細腕なんて言わせない!!

298



「温泉は健康にはとても素晴らしいものがあるんですよ。保養士の育成に努め、人々の健康寿命をもっと伸ばしたいですね」と、語る鈴木さん

温泉利用して健康づくり

「裾野を広げたいんです」と話す

鈴木 真澄さん

■日本温泉保養士協会・常任理事兼事務局長
■いわき市中央台高久二丁目一ノ七

電話／〇二四六一八五―五三七五

「健康」は、人が社会で生きて行く上で最も大きな要因。だが、一カ所でも不調をきたすと、体全体に及ぼす影響は計り知れない。こんな中、自然の恵みの温泉の持つ効能を軸に、日本温泉保養士（バ ルネオセラピスト）の常任理事兼事務局長の鈴木真澄さん（六二）は、市内外で講座を開き、温泉を利用した健康増進の指導に余念がない。

もともとスポーツ好きだった鈴木さんは、大学の体育学部を卒業後、当時、都内にあった国内初のスポーツジムで振付師として生徒たちに教える傍ら、ジャズダンスの講師として励んでいたが、結婚を機に、いわきへ移転。この地で巡り合ったのが、温泉であり、代々伝えられてきたその効能だった。

「昔から言われているように、温泉には素晴らしい効用・効能があります。その潜在的な力を活用して、人の健康づくりに携わりたいと思い、私自身、いろいろ学んできました」

大きな笑顔を見せつつ、これまでを振



り返る鈴木さんは、温泉療法などに造詣が深く、同僚でもあった小野倫明さんと協力、同協会の立ち上げに奔（ほん）走り、二〇〇〇年一月、小野さんを会長として設立に踏み切った。

同協会は、「温泉文化の原点を学ぶとともに、日本型健康法の湯治など、さまざまな知識を持つスペシャリストの育成と普及」を主とし、関連講習会の開催、ヘルスツーリズム、温泉療法、水中運動、さらには温泉地の活性化事業なども行い、全国展開も視野に入れて歩む団体。

寿命ももっと延ばしたい

この間、鈴木さんは、大学で講義などを行う一方、横浜市では施設を借りて年に一度のペースで講習会を開き、「温泉保養士」の育成に尽力。会場には資格取得のため、日本人はもちろん、中国、台湾、韓国など外国からの受講者も駆けつけ、年齢は高校生から八十代までと幅広い、という。

「だいたいはボランティアでやっていきます。講座では温泉の本質や健康と美容を活（い）かす方法、温泉と相乗効果が期待できるもの、安全な入浴法といったものなどがテーマ。市内では公民館を会場に、月に数回にわたって福祉関係者を対象に実施しています」

だが、今年も六月には横浜で、四月からは常磐公民館で講座を開催する予定だが、コロナ禍のため延期も考えているようだ。



同協会では「水の中ウォーキング」も奨励中で、「流れる水は人間の健康の元。古代ギリシャ時代から言われているように、「健康は水の中にあり」なんです」と、力を入れて語りながらニコリ。

市内外で講座開き 効果・効能PR図る

プロフィール

すずき・ますみ

1958年9月3日生まれ。秋田県出身。地元高校を卒業後、東京の日本女子体育大学体育学部へ。卒業後は都内のスポーツジムなどに勤務。縁あっていわきに移ってからは「常に、温泉と共同歩調」。暇をみては、「洋服やマスク、水引きを作っています」。子どもは一男一女。得意な料理は、「添加物のないもの」。A型

■お知らせ=このコーナーでは、自ら選んだ仕事に、あるいはその人生においてひた向きに励み、努めている女性を紹介しています。情報をお寄せください。

好きな仕事にまい進していることもあつてか、辛（つら）さなどは意に介さない様子の鈴木さんは、「私、日曜日はないんです。いつも動いてばかり」。こう語って笑顔を見せた後、混沌（こんとん）が続く現今の社会に対し、「これからますます健康が叫ばれてきます。つまり、健康の増進運動に努めている私たちの時代。温泉を活用して健康人口の増加、健康寿命を延ばすために頑張りた。そのためにも、保養士の資格者を増やすなどで、裾野を広げたいと考えています」と、前向きに語っていた。

※このコーナーは隔月掲載です。

小野美術創立20周年記念

浪漫溢れる… 竹久夢二・中原淳一版画二人展

今回は竹久夢二の大正ロマン溢れる作品と、昭和初期に竹久夢二にあこがれ「少女の友」の表紙絵を描き、戦後すぐに「それいゆ」、「ひまわり」などの女性誌を自ら発刊、日本中の女性たちの支持と共感を得て、「昭和の夢二」といわれた中原淳一が描いた作品を忠実に再現した版画を中心に、数々の夢二と淳一のグッズを共に展示いたします。

会期

令和3年2月25日(木)～3月9日(火)

※コロナ対応の為、マスク着用と手洗い・消毒の徹底をお願いしております。

○竹久夢二

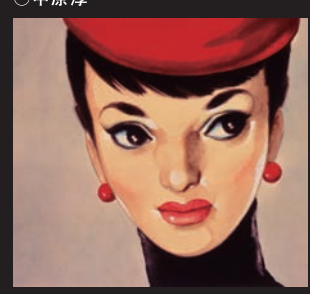


「春」復刻木版画



「晩春」復刻木版画

○中原淳一



「それいゆ」表紙」レフグラフ

©JUNICHI NAKAHARA / HIMAWARIYA