

# SAUNA SPA



公益社団法人日本サウナ協会 〒102-0074 東京都千代田区九段南4-8-30 アルス市ヶ谷907 TEL:03-5275-1541 FAX:03-5275-1543 sauna.or.jp

左から2番目が小笹大輔さん、1番左が榎崎誠さん



## 「サウナ・スパ プロフェッショナル」インタビュー

Official髭男dismのギタリスト **小笹 大輔さん**

# サウナを好きなんだと堂々と言いたい 資格はその“後ろ盾”です



Official髭男dism(オフィシャルひげだんディズム)

2019年リリースの「Pretender」でNHK紅白に初出場した、日本音楽シーンを牽引する4人組バンド。愛称及び略称は「ヒゲダン」。メンバーは小笹大輔のほか藤原聡、榎崎誠、松浦匡希。小笹はギター・コーラス担当。サウナが好きで2021年1月、公式ファンクラブに「サウナ・スパ健康アドバイザー」とサウナ・スパプロフェッショナル(管理士)の資格を取ったことを公表。

「サウナ・スパ プロフェッショナル」は、「旧サウナ・スパ管理士」のテキストを再編集し資格名称を2019年に変更。内容はその名のとおり温浴施設のプロフェッショナルの育成を目的とした施設管理の専門知識で、厚生労働省後援の資格だ。

サウナの人気の高まりにつれ、その「プロフェッショナル」の受講者が増え、現在有資格者は1,500名を上回っている。

その中に、今若者の間で絶大な人気を誇るアーティスト、「Official髭男dism」のギタリスト・小笹大輔さんもいる。小笹さんのサウナ歴とともに本資格を取った理由をうかがった。

### —そもそもサウナとの出会いは?

島根という温泉地で育ち、小さい時から温浴が好きで、中学時代にはすでにサウナを利用していましたが、水風呂は怖くて入れませんでした。

「ととのう」を知ったのは、音楽の世界に入り、めちゃくちゃ仕事していた2019年のこと。「本当のサウナを教えてやる」と言われ、ベースの榎ちゃん(榎崎誠)と一緒に出かけたのが大阪の「大東洋」。その時、「大丈夫だから」と言われ、水風呂に挑戦したんです。一緒に入ってもらって5秒、10秒とじっと我慢するうち、水風呂は克服できました。上がってから特等席を譲ってくれたんですが、作法を知らずにべらべらしゃべっていて、ふと榎ちゃんを見ると、黙って目を閉じてる。時々首など傾けて。すでに「ととのう」状態に入っていたんです。それを見て「えっ!」となって、それから狂ったようにサウナ通いが始まったんです。

### —なぜサウナに惹かれるのでしょうか?

モノづくりをしていたり、ライブの後は脳が興奮しているので、終わってもなかなかOFF状態に戻れず切り替えられません。それが、サウナに入るとニュートラルな状態に戻ることができるんです。

普段は「気持ち良い」という言葉で説明していますが、

体だけでなく脳がスッキリすることの魅力が一番大きい。だからアーティストにサウナーが多いんだと思います。

サウナ、水風呂、外気浴している時のあの「気持ち良さ」は、日常生活の中で替えが効かない。ほかに比べるものがありません。

### —「サウナ・スパ プロフェッショナル」を取得した理由は?

サウナが流行り、若い方が増えたことによるマナーの低下は想像できます。でも、サウナを好きになってしまった僕としては、以前からサウナに入っていた愛好家の方たちから、「ブームに乗った若い人たちだから、作法を知らないのは仕方ない」と思われたら悲しいな、と思いました。

サウナ歴2年の僕でも、「サウナを好きなんだ」と堂々と言いたい。メディアに出たりしてサウナの魅力をしゃべりたいけど、ただ「気持ちいいんだよね」って言うだけでは、コンテンツになりません。凝り性だから根拠が欲しかった。プロフェッショナルには医学的な部分もあり、勉強はとてためになりました。

自分のためというより、サウナの魅力を発信したいので、人に伝える時の説得力。プロフェッショナルという資格は、その「後ろ盾」と考えています。

### —施設に求めることがあるとしたら?

サウナを出た時にサウナハットをかけるフックが無いところが多いのですが、置く場所がないと困るので、フックを付けていただけると助かります。

日常の中にサウナ以外で汗を流すことがないので、サウナは肌にも良いと思います。美容目的でサウナに入るわけではないのですが、化粧室にメンズ化粧水を置いていて、それが有名ブランドだったりすると、うれしいですねー。

## 小笹さんから 協会の皆さんへのメッセージ

今非常に苦しい時期で、施設の皆さんは大変な状況だと思います。『サ道』のドラマスペシャルでも言っていましたが、人の楽しみは簡単には奪えないと思っています。サウナに行きたい利用者はたくさんいて、皆、応援したい気持ちでいっぱいです。また普通の日が戻ってくるまで、一緒に頑張りましょう。

これからもいろいろな施設でお世話になります。よろしくお祈りします。

**使いやすいと、導入する店舗が増えています!**

**ロウリュサウナのベストセラー商品!**

改良強化 犬型うちわ「バタバタ」

- 人による技術の差が出にくい形状
- 身体に負担が少ない設計
- 高温での使用でも長持ちする作り

KOSÉ

冷やし雪肌精、いかがですか?

夏季限定

森下仁丹の薬仁湯

薬仁湯  
花白湯  
楊貴妃の真珠風呂  
アルカリ性温泉用除菌剤

明治創業の老舗ブランド、森下仁丹  
日本唯一の業務用販売総代理店です

# 2021年度 第1回理事会報告

日本サウナ・スパ協会は、4月28日午後2時から、2021年度第1回理事会をZoomで開催した。

定款の規定に基づき、代表理事である中野憲一会長が議長となり、定足数を満たしたことを確認の上、本会議の成立を宣言。議長より議事録作成者に若林幹夫理事を指名し、議事に入った。以下議事を抜粋報告する。

## 第1号議案『2020年度事業報告(案)』の件

### 1.活動報告

#### 2.「公益目的事業1」啓発普及事業

ア 調査研究事業…協会創立30周年記念事業として『昭和、平成のサウナ史』中山眞喜男著を発刊するとともに、過去の機関紙をアーカイブとしてHPに掲載、閲覧可能にした。コロナ禍でのサウナ・スパ事業の動向調査を行った。

イ 機関紙頒布事業…新型コロナウイルス感染症対応ガイドラインとその厳守の呼びかけ。

ウ インターネットによる情報提供事業

エ メディア対応事業…感染拡大防止対策のマスメディアを通じた広報活動。

#### オ その他

(1) 普及啓発「3月7日サウナの日」の37歳キャンペーンを実施し45店舗、合計1,185名を招待。サウナの日記念タ

オルの制作・配布。

- ・国内の関連展示会の後援および展示。
- ・恒例となっている後援事業「フィンランドの夏祭りinこうみ」、「ジャパンサウナフェス」は新型コロナウイルスの影響で中止。

#### (2)社会貢献

- ・愛知、岐阜、宮崎地区における献血推進キャンペーン(長崎地区は感染防止のため中止)、年間を通じ各加盟店において日赤募金活動を実施。

#### 3.「公益目的事業2」基準策定研修事業

ア 基準策定事業…サウナ・スパ関連施設における新型コロナウイルス感染症対応ガイドラインを策定し、HPで周知。

#### イ 優良店認定事業

ウ 養成研修・資格登録事業…サウナ・スパプロフェッショナル(管理士)養成講座を985名が受講、個人会員として登録(累計1,470名)。サウナ・スパ健康アドバイザーを8,738名が受講、個人会員として登録(累計14,100名)。

エ 研修事業…第15回東アジアスパ会議は感染拡大の影響で中止。コロナ禍での研修会をZoomで開催。地区協会の勉強会を奨励および支援(延べ5カ所166,000円)

オ 顕彰事業…協会創立30周年記念にあたり、功績のあった理事に対し、厚生労働大臣感謝状(3名)、健康

局長表彰(5名)また一般功労者に会長から感謝状を授与。(緊急事態発令により式典は中止)

#### カ 相談事業

#### 4.会員拡充

#### 5.その他

上記の説明があり、審議の結果原案どおり出席理事全員で可決し、通常総会に於いて諮ることとした。

## 第2号議案『2020年度収支決算書(案)』の件

正味財産増減計算書にそって、織茂明彦副会長から説明があり、審議の結果、原案どおり出席理事全員で可決し、通常総会に於いて諮ることとした。

## 第3号議案『2021年度通常総会』の件

6月16日に東京で開催を予定した全国総会は、コロナ禍のため書面決議で行うことで了承された。



## 生活衛生局生活衛生課からの周知依頼

内閣官房コロナ室より、「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針」が5月7日、変更されたことの周知依頼がまいりましたので、事業者様に以下適宜周知いた度う、お願いいたします。以下変更部分のみの抜粋を添付します。

厚生労働省医薬・生活衛生局生活衛生課 新海 恭子

### 新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針(5月7日変更抜粋)

#### 三 新型コロナウイルス感染症対策の実施に関する重要事項(中略)

##### (3)まん延防止

##### 4)職場への出勤等

- ①政府及び特定都道府県は、事業者に対して、以下の取組を行うよう働きかけを行う。
- ・出勤については、人の流れを抑制する観点から、在宅勤務(テレワーク)の活用や休暇取得の促進等により、出勤者数の7割削減を目指す。
- ・20時以降の不要不急の外出自粛を徹底し、事業の継続に必要な場合を除き、20時以降の勤務を抑制する。

##### (中略)

##### 8)重点措置区域における取組等

- ①「緊急事態宣言解除後の対応」を踏まえ、まん延防止等重点措置が、地域の感染状況に応じて、期間・区域、業態を絞った措置を機動的に実施、発生の動向等を踏まえた集中的な対策により、地域的に感染を抑え込み、都道府県全域への感染拡大、更には全国的かつ急速なまん延を防ぐ趣旨で創設されている。感染リスクが高い起点となっている場面に効果的な対策を徹底する。また、都道府県知事は、区域を指定するに当たって市町村単位や一定の区域、期間及

び業態を定めるなど、効果的な対策をとる。

#### 参考

##### (中略)

- ・事業者に対して、職場への出勤等について、接触機会の低減に向け、在宅勤務(テレワーク)や、出勤が必要となる職場でもローテーション勤務等を更に徹底する。特に、緊急事態措置の実施期間においては、出勤者数の減に努めるよう働きかけること。

##### (中略)

##### 9)緊急事態措置区域及び重点措置区域以外の都道府県における取組等

- ①「緊急事態宣言解除後の対応」を踏まえ、感染拡大の防止と社会経済活動の維持との両立を持続的に可能としていくため、「新しい生活様式」の社会経済全体への定着を図るとともに、地域の感染状況や感染拡大リスク等について評価を行いながら、外出の自粛、催物(イベント等)の開催制限、施設の使用制限等の要請等を機動的に行うものとする。

##### (中略)

##### (職場への出勤等)

- ・事業者に対して、在宅勤務(テレワーク)、時差出勤、自転車通勤等、人との接触を低減する取組を働きかけること。以上。

## 日赤募金箱

3月11日から5月10日までに各店舗に設置した募金箱への募金金額は右記の通りです。  
今後ともご協力のほど、よろしくお願いたします。

### 寄付金入金状況(5月10日現在)

(株)ウェルビー	¥39,299
(株)A&E	¥23,055
(株)東新アクア	¥28,949
宝エステートサービス(株)	¥12,481

## 地区協会活動

### 神奈川県協会

神奈川県サウナ・スパ協会(織茂明彦会長)は4月7日厚木国際CCで観桜ゴルフコンペを開催しました。コロナ禍での貴重な情報交換の場となりました。プライベートハンデでの結果は、「満天の湯」森山元明氏が優勝。例年は、その後懇親会が開催されるのですが、今年は表彰式終了後解散としました。



## 新会員紹介

正会員 5月1日

社名	株式会社ウェルビー
店名	サウナラボ神田
住所	東京都千代田区神田錦町3丁目9
代表者	米田行孝
担当者	鈴木利太
電話	090-6591-5858(店舗)
URL	http://saunalab.jp/kanda/



PREO Since. 1975

## シャワーオートストップ水栓シリーズ



押して水を出して、

引っ張ってすぐ節水



5秒～45秒まで吐水時間調節



# サウナ体験のすべてが個室で完結 ソロサウナ tune

報告者: オアシスサウナアスティル(株式会社メビウス) 齊藤 英明

2020年12月4日、神楽坂にソロサウナtuneさんがオープンしました。

ネットで予約状況を見ると大人気で、チケットは2週間前から売り切れ。体験したくともなかなか出来ない現状でしたが、女将の遠藤香さんとは協会会員同志。東京都協会の勉強会でも一緒にさせていただいているので、一旦休館し改装されるとの情報もあったため、このチャンスに体験取材をお願いしたところ、快諾いただきました。

## ストレスフリーに“ととのう”新たなサウナの姿

ソロサウナは更衣室、サウナ、シャワー、そしてととのえ椅子があるコンパクトな一室を、60分間貸し切ってサウナを自由に楽しむための空間で、女性専用パウダールームは共用部分にあります。

ダークグレーで統一された室内は薄暗く、普通の都市型サウナとは全く異なり、ゆったり落ち着いた雰囲気。デザイン的というより、自分と向き合うための環境作りに徹しているという感じでした。

ととのえ椅子の頭上にはサーキュレーターとスピーカーを配置。

自分好みに設定した風を浴びながら、Bluetooth対応スピーカーにスマホを接続して自分の好きな音楽で空間をカスタマイズできるのも、一人づかいならでは。

サウナ、シャワーともに快適で、店舗コンセプトのとおり「ストレスフリーに“ととのう”」ことができるサウナであることを体験しました。

お客様は30歳以上が



女将の遠藤香さん

80%だそうで、初めて利用したお客様の反応は、「今まで待っていたサウナシステム」、「もう少し長く入りたかった」と絶賛する内容が多いとのことですが、その気持ちは私も充分理解することができました。

ネットでは2週間先までしか予約できないところ、利用時に予約すれば1か月先までokなので、予約をして帰る方も多く、2枠続けて予約する方も少なくないそうです。

今後の展開を遠藤女将にたずねると、

「お客様の手応えがあるので、夢としては、100店舗を目指したいですね。地域密着型ホームサウナ、自分中心型サウナなど、ソロサウナ分野を構築してサウナ業界に貢献したいです」と、頼もしく笑顔で答えてくださいました。

インタビューの後の雑談で、アスティルのことについてもいろいろ質問頂いたので、後日アスティルまでお越しいただき、クローズタイムにバックヤード等を案内させていただきました。

東京都協会は協会内の交流が活発なので、今後も機会があれば新しい情報を紹介させていただければと思います。



ミスト、ジェットも楽しめる400口径のオーバーヘッドシャワーを完備  
サウナ内は横になることもでき、ロウリュは自分で行う



ソロサウナtune 神楽坂店 ●所在地: 東京都新宿区天神町23-1 ●営業時間: 平日 8:50~23:10 / 土日祝 9:00~23:10 / 予約は専用webページから ●シングルルーム: 60分 3,800円 / 80分 4,800円 / 2枠130分(清掃時間分10分加算) 7,600円 ●グループルーム(同性3名以内): 80分 11,400円

## ドキュメンタリーバラエティ番組「旅するサウナ」サウナカー制作に吉田秀雄さんが協力



サウナカー「旅するサウナ」号にエレキコミックのやついいちろうさんが乗り込み、日本全国を巡り、各地で出会ったゲストとサウナで本音を語り合い絆を深めていくというサウナ・ドキュメントバラエティ「旅するサウナ」がBS-TBSで3月25日と4月25日に放送された。

荷台にサウナを乗せた軽トラ、「旅するサウナ」号を制作したのは、サウナセンター経営者であり協会諮問委員、フィンランドサウナ倶楽部会長でもある吉田秀雄さん。吉田さんが「旅するサウナ」に関わった背景には、TBSに勤めるサウナーたちのある野望に心が動かされたことにある。

### サウナーの夢をサウナーが応援

赤坂にはTBSをはじめサントリーや博報堂など、サウナ好きビジネスマンが多い街。にも関わらずサウナは少なく、彼らは日々不便な思いをしている。おもしろも赤坂は再開発計画ラッシュ。TBSサウナーたちは常サウナの新橋アスティルで顔を合わせては、「赤坂にはサウナが必要だよね」、「自分たちでサウナを作った方がいいんじゃない?」と、妄想を膨らませていた。それを「赤坂サウナ」プロジェクトと名付け、TBS社内の新規ビジネスチャレンジ制度に応募したところ、これが見事採択された。

メンバーは、サウナを学び周囲を啓発する具体的な行動として、先人の知見

をうかがい、サウナの素晴らしさを伝えるYoutube番組「赤坂サウナ」を開設。Twitterで拡散した。

その番組中「サウナセンター」が取材協力したことから、吉田さんは「赤坂サウナ」プロジェクトの熱い気持ちを知るにいたった。

プロジェクトの成功にはほど遠いが、まずは場所を選ばずサウナに入れるサウナカーを作ろうとなった時、サウナの構造と大工仕事に詳しい吉田さんに白羽の矢が当たった。吉田さんは腹をくくり、諸方面からの協力を得て「旅するサウナ」号を完成させたというわけだ。

テレビマンが首謀者とあって番組化

はお手のもの。3月はサウナカーの紹介を、4月はゲストに飯島寛騎さんを迎えてのフィンランドヴィレッジのロケが放送された。



「旅するサウナ号」の前に、やついいちろうさんと吉田秀雄さん(右)

よろこびがなく世界へ  
**KIRIN**  
新  
おいしい!  
**一番搾り**  
ストップ! 20歳未満飲酒・飲酒運転。

Asahi  
アサヒビール  
洗練されたクリアな味、辛口。  
**SUPER "DRY"**  
ビール飲酒は20歳になってから。飲酒運転は法律で禁止されています。  
アサヒビール株式会社

『MUSIC FOR SAUNA』シリーズ第5作目は、ジュワワワワ〜というロウリュの音で目覚める朝。  
テレビ東京ドラマ「サ道」の音楽も担当したとくさしけんごによる連作サウナ音楽。今作も、サウンド・エンジニアは渡部高士、アートディレクションは公益社団法人日本サウナ・スパ協会公認サウナ大使でもあるタナカカツキ。  
ロウリュの音で目覚める朝  
**MUSIC FOR SAUNA MORNING**  
SaunaLab LP Edition 4/28(水)発売!



街にサウナという木を植え、森を育て、人々に元気を届ける

# (株)ウェルビー「SaunaLab Kanda」オープン



4月26日、神田錦町に文化複合施設「神田ポートビル」がグランドオープンした。

「神田ポートビル」は、この地に百年以上続き活版印刷で知られる「精興社」の社屋をリノベーションするにあたり、神田錦町の歴史や立地を意識し、「アカデミック」と「ウェルビーイング」をテーマにした都市生活者のための新たな居場所の創造を目的として再生。命名者は、糸井重里さん。

1階は、写真家・池田晶紀氏率いる「ゆかい」の展示スペース「明るい写真館」。そしてカフェ「キッチン サウナ」からなるパブリックスペース「神田ポート」。2階、3階は、「ほぼ日の学校」の教室スタジオ。4階から6階には精興社が入り、屋上はテラス。そして地下1階には(株)ウェルビーが名古屋、福岡で展開して注目を集めてきた、「SaunaLab」をオープンさせた。

一昨年の幹部研修会の体験施設だったので記憶に新しいところだが、「SaunaLab」はこれまでの都市型サウナとは一線も二線も隔した、ウェルビーの新機軸である。

代表の米田行孝氏に、「SaunaLab」と神田店にかける思いについてうかがった。



①IKEサウナはサウナ内に池があり、畳が敷いてある和を感じさせる空間 ②FORESTサウナは室内でウイスキングもできる仕組み ③予約をした人は自由に使えるワークスペース ④フィンランド製のサウナグッズが所狭しと並ぶSAUNA MARKET  
写真:株式会社ゆかい

## すべてはサウナの素晴らしさを広めたい一心

(株)ウェルビー代表 米田行孝さん



フィンランドでスモークサウナに入って湖に体を浮かべた時、自然との一体感を経験し、これまでの自分が関わってきたサウナとは全く異なる世界があることを知りました。

人も自然の一部で、内に秘めた野生の強さを呼び戻す一つの方法がサウナなんだと。そしてもともと森の中で楽しんでいたサウナを街の中にもってくる意味は、生き物としての人の力を取り戻すことにあると気づき、サウナ文化の本当の素晴らしさをもっと広めていきたい、と考えるようになりました。

しばらくして、縁あって長野県のサウナの付いた古い建物を購入することになり、一人でコツコツと「思い描く場所づくり」を始めました。そのうちに、タナカカツキさんの『サ道』が発売されたことなどによって、点在していたサウナ愛好家に出会うことが出来、気が付いてみたら一人ではなくて、周りに仲間が増えていました。

自分は同じことを続けているだけですが、周囲が変わってきた、という感じです。ここ神田店のオープンも、自然の流れの一つだと感じています。

最近では、若者たちにサウナの魅力をきちんと伝承していきたい、という思いが強くなり、まるでおじいちゃんのような気持ちでいます。取材は苦手で、以前は担当者に任せていたのですが、今はサウナのためなら何でもやります、という気分です。

## 独自の進化をとげている「SaunaLab」

サウナ人口が増えるにつれ、女性のレディース施設を求める声が高まり、「レディース」を作ろうと決めた時、男性サウナ専門のウェルビーにレディースのノウハウがなかったため、白紙から自分で考えました。これまでの形にとらわれず、都会で自然を感じてもらうにはどんな施設がいいのかを試行錯誤。「サウナがあるより良き生活」を実現するために進化し続ける実験研究の場なので、「SaunaLab」と名付けました。

名古屋、福岡店とも、自分で描いた内容を現場でスタッフに見せて、相談しながら仕上げてきました。プロの方の力はもちろん必要ですが、神田も同様に自分たちで手作りました。土壁を足でこねて塗ったり、大工仕事をしたり、サウナ作りに時間を費やせることは私の大きな喜びです。

## 東京という街にこそサウナが必要

SaunaLabのミッションは、「街にサウナという木を植え、森を育て人々に元気を届ける」ことと位置付けています。

今回、東京・神田という下町にサウナを作るにあたっては、OKE(桶) SAUNAやIKE(池)SAUNAなど、日本らしい新たな個性を加えました。

ゆったりと自然を感じる時間がとれない現代人は、自分の身体と対話する時間を忘れがちです。PCやスマホの画面にとらめっこで、脳疲労や身体の冷え、心の不調を感じたりする。これからもっとそういう人が増えてくると思います。こんな時代だからこそ「サウナ」という自然とのかかわりを持つ場が、東京という街には特に必要なのではないでしょうか。

またフィンランドにおいてサウナは、人と人とを繋げるによりコミュニティを育む、文化拠点という面も持っており、これは「神田ポートビル」リノベーションの理念に合致します。このような考えから神田にサウナを作ることに、使命感のようなものすら感じつつ準備してきました。

コロナ禍のオープンということで、さまざまな変更はありましたが、この街にサウナという木を植えることができたことにほっとしています。きっちり根付かせ、育てていきたいと思っていますので、今後ともよろしく願いいたします。

### SaunaLab Kanda

- 所在地:東京都千代田区神田錦町3-9 ●営業時間:11:00~21:00
- 料金:90分¥2,700(複数枠購入可) ※完全予約制

ひとつ上のサービスを！  
 一步差をつける業務用衛星放送

200チャンネル  
 集客力・顧客満足度UP!

業務用CS放送の導入については  
**株式会社ASK** TEL 042-523-4649  
 〒190-0023 東京都立川市柴崎町3-8-5 NXビル4階