

SAUNA



SPA

©公益社団法人日本サウナ・スパ協会 〒102-0085 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 https://www.sauna.or.jp/

2022年度 全国オーナー・幹部研修会 神戸で開催

日本サウナ・スパ協会は11月8日(火)、神戸メリケンパークオリエンタルホテルで2022年度オーナー・幹部研修会を開催した。

午後1時30分、吉田秀雄会長の開会挨拶で始まり、以下の内容が報告された。まず9月にオランダで開催されたアウフグースWMにおける日本選手の健闘について、「初参加でこれほど好成績を収めた国はかつてない」と、WMのラッセ副会長から賛辞を受けたことが報告された。そして「これもひとえに日本で本事業に関わった皆様のおかげ」と、感謝の意を述べた。次に10月にドイツで開催された国際サウナ会議については、本研修会でも登壇する(株)サウナイキタイの鈴木有氏が講演を行い、「ヨーロッパ版サウナイキタイを作って欲しい」という声が数多く寄せられたほど好評であったことが紹介された。

さらにタナカカツキサウナ大使が企画したウイスキングの専門書2冊の紹介と、6月に会長に就任以来、イベント続きであったこの半年を振り返っての感想が語られた。

その後の講演は、神戸サウナ&スパ総支配人の津村浩彦氏による「本格的フィンランドサウナこだわりのコンセプトについて」、(株)サウナイキタイ代表取締役鈴木有氏による「データから見るファンに愛されるサウナ施設について」、最後に、和温療法学会理事長の鄭忠和先生による「サウナの医学的効果と可能性について」と続き、勉強になる熱弁に、参加者は聞き入った。(講演抜粋は3・4面)

講演後はホテルから徒歩で港に移動してのクルーズパーティ。鄭先生の乾杯の音頭により、ジャズのリズムと共に賑々しく懇親会が開催された。



この日は奇しくも皆既月食の夜で、美しい神戸の夜景と共に、天空の赤銅色の月をデッキから眺めることが出来た。

九州沖縄サウナ・スパ協会より報告

九州サウナオールスター感謝祭2022開催



11月5日、九州沖縄サウナ・スパ協会(枝元倫介会長)は、佐賀県武雄市の白岩運動公園競技場で「九州サウナオールスター感謝祭2022」を開催しました。

九州各県にいるサウナビルダーの方たちにも協力してもらい、テントサウナやサバス、大分や熊本の方が作られたDIYテントサウナなど、合計10のサウナを設置。(下写真)

各サウナには武雄市から提供されたレモンガラス、嬉野茶、佐世保産のネロリやダイダイなど、それぞれ異なる地元産天然アロマを用い、参加者はサウナと共にアロマ

の変化も楽しんでいました。白樺やオークのヴィヒタによるウイスキング、アウフグースの体験会やアロマの調合ワークショップなど、サウナコンテンツも盛りだくさんで、加盟店のグッズ販売や女子向けアパレルの物販もかなり盛り上がっていました。サ飯はスパイスカレーやサーモンスープ、協会加盟店5店舗それぞれの味付けの唐揚げ詰め合わせまで販売しました。

シークレットゲストはマグ万平さんで、開催の様子は「のちほどサウナで」でも紹介されました。トークイベントなどによりオーナーや施設責任者の素顔が見られるのも屋外の



人気だったウイスキング体験



各地から集まったスタッフたち



各施設の代表者のトークイベントも好評だった



運動公園観覧席で参加者はサ飯をほうばった

イベントならではの、サウナ愛好家の方々に加盟店の個性と魅力を知っていただく良い機会になったと思います。サウナイイベント参加者は173名。運営スタッフも含めると200名を超える規模となり、まるで文化祭のような温かい雰囲気の中でサウナを楽しみ、第1回感謝祭は無事終了しました。

行き届かない点もあり課題も残りましたが、加盟店の方たちと一緒に今後もこのイベントを開催し、九州を盛り上げていけるよう努めます。

ご協力いただきました皆様と武雄市のご後援に、厚く感謝申し上げます。

実行委員長 足立琢哉

サウナをきっかけに、武雄市の魅力に触れてください 佐賀県武雄市市長 小松政

この度は盛大なイベントの開催、ありがとうございます。市所有のテントサウナをはじめ、武雄産のレモンガラスや嬉野茶のロウリュ、有田焼のサウナストーンなど、本市エリアの素材の魅力を感じとっていただけましたら幸いです。

本市には1300年の歴史を誇る武雄温泉のほか、「御船山楽園ホテルらんの湯」をはじめとした複数のサウナ施設があり、新たな整備も計画中ですので、今後もサウナをきっかけとしたにぎわいづくりを目指したいと考えております。

次年度以降の開催も、全力でサポートさせていただきます。本イベントのさらなる発展を祈念申し上げます。



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 大型うちわ「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

冷やし雪肌精入ります
ご自宅でも使いたいです

森下仁丹の薬仁湯

薬仁湯
花間白湯
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

国際サウナ会議



第18回国際サウナ会議(以下ISC)がドイツ・シュツットガルトで開催され、日本代表団として吉田秀雄団長以下14名(写真下)が10月22日から6泊8日のスケジュールで現地へ赴いた。

ISCは国際サウナ協会によって4年に一度開催されるグローバルフォーラムで、サウナ業界の研究、トレンド、アイデアをテーマとした情報交換のために、本年は16か



リスト・エローマISA会長(左)と吉田秀雄会長

国から約200名が参加した。ウクライナ侵攻の影響により、ミュンヘン経由でフランクフルトへ往路約15時間。翌日は早速ウィズバーデン温泉施設(Therme with Sauna in Hofheim)を体験。その後バスでシュツットガルトに向かい、翌日は温泉物語(Schwaben Cullen)を視察体験した。

ISCは25日朝、オープニングセレモニーに始まり、午前9時から「サウナと健康」の座学5講義、午後は1時から「サウナ経済学」の座学5講義が設けられた。

その後17時30分から各国参加者のためのサウナイトとして、ミネラルバード・ベルク(Mineralbad Berg)に体験入浴の招待を受けた。シュツットガルトは、西ヨーロッパで最大のミネラルウォーター鉱床を持つ都市で、この施設はシュツットガルトにある3つの温泉の1つで、国が認可した薬用泉の水を使っている。屋外プールは高濃度の源泉で塩素消毒の必要がなく、そのままの状態です。



体験入浴したサウナ施設「ミネラルバード・ベルグ」

を20℃の炭酸冷泉が刺激する。このユニークな水風呂はシュツットガルトならではのことでという。

26日は9時から「サウナのゆくえ」をテーマとした4講義で、10時からサウナイキタイの鈴木有氏による「オンラインサウナコミュニティは、日本でサウナ熱をどのように高めることができるか?」が講演された。昼食後、午後1時から「サウナ建設と運営のための生態学等」の5講義があった。

閉会セレモニーは、国際見本市インターバッド2022の出展者と共にパーティが開催された。翌日は自由行動で、参加者はグループごとに公共交通機関を使ってドイツのスパを視察し、貴重な体験をして帰国した。なお、講演内容抜粋は次号に掲載予定。



Sauna aid 活動報告

ハリコフに次ぐ2台目のサウナが、戦地に届けられました

国際サウナ協会会長 リスト・エローマ



コンテナサウナをチョープに運んだ2人と国境警備隊

2022年11月11日、国際サウナ協会(ISA)が後援するSauna aidは、薪ストーブを備えた可動式コンテナサウナを、スロバキアとハンガリーの国境に近いウクライナのチョープの国境警備隊に、届けることに成功しました。

本コンテナサウナはサウナメーカーのPixxla Saunaから寄贈されたもので、社のオーナーである Lukas Kubica氏と Sauna aidのボランティアであるMikkel Aaland氏が、スロバキア東部から車で500キロ離れたウクライナまでコンテナを車で運びました。

Aaland氏によると、「長いドライブ、国境検問所の信じられないほどの煩わしさなど、乗り越えなければならない多くのハード



協力してくれた国境警備隊の女性

ルがありましたが、私たちは幸運でした。それに、ウクライナ国境から私たちが最終目的地に向かう間、警察が私たちの貴重な貨物をエスコートしてくれたのです。その時の私たちの安堵と感謝の念は、言葉では表せないほどです」と任務の緊張感を語っていました。

Sauna aidは9月にもハリコフに薪ストーブサウナを届けることに成功していますが、今回の活動の調整をしてくれたハリコフ市議会議員のマクシム・ボンダレンコ氏は、「このサウナはさらに東に運ばれ、そこで戦争に疲れたウクライナの人々を歓喜させるに違いありません」と話してくれました。

日本のみなさん、ありがとうございます。これから冬をむかえます。我々のできることはまだまだあります。今後とも、募金へのご協力をお願いします。

ウクライナ支援募金

各加盟店の募金箱のリーフレットをSauna aidに差し替え、募金をおこなっています。9月11日～11月10日(単位:円) おふろcafé utatane 60,044



日赤募金箱

9月11日から11月10日までに各店舗に設置した募金箱への募金額は下記の通りです。

今後ともご協力のほど、よろしくお願いいたします。

寄付金入金状況(11月10日現在) (単位:円)

ニュージャパン観光(株) 19,294
(株)東新アクア 21,534

ダイエット&ビューティーフェア2022

Diet & Beauty Fair 2022

協会が後援する美容と健康をサポートする商品、サービス、テクノロジーの総合展示会「ダイエット&ビューティーフェア」が9月26日から28日の3日間、東京ビックサイトで開催された。今年は304社、526ブースの出展があり、延べ1万5029人が来場した。

協会ブースではサウナ・スパ健康アドバイザー、サ飯マップ、アウフグース、ウイスキングのポスターを掲示。協会活動を紹介した。



東京都協会 勉強会

東京都協会(岸野肇会長)は11月16日(水)「第100回体験入浴会・勉強会」を「レインボー新小岩店」(東京都葛飾区)にて開催しました。

今回は、「いろいろなトラブル事例及びその対処方法」「館内でのマスクの着用状況」「お客様の要望事項」「浴室での会話について」等、各店舗から実際の事例に基づいて状況説明や対処方法について意見交換が行われました。

恒例の「知りたい情報(対前年同月比)」について、参加者の店舗ごとにお客様の傾向や営業状況の説明がありました。



よろこびが広がる世界へ

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

お酒

オーナー幹部研修会講演抜粋

掲載施設10879軒、月間利用者数139万人
検索サイト「サウナイキタイ」のすべて

サウナ愛好家のためにデータベースの必要性を感じ、システムを作り始めたのが2017年の5月から6月にかけてのことです。ある時、SNS上で同じサウナ好きとして交流があったかぼちゃんに、初対面で制作中のサイトの話をしたところ、「僕も同じようなサイトを作っています!」とその場で見せられ、予期せぬライバルサイトの登場に緊張しました。しかし、かぼちゃんはデザインが得意。一方、私はシステムが得意なので、だったら「一緒にやりましょう」ということになったのです。

ポータルサイトは点数や星の数で対象を評価しがちですが、好きなポイントが人それぞれ異なるので点数で評価することはせず、いろんな項目を用意することで自分の好きなタイプの施設を探せるサイトにしたいという考えも、かぼちゃんと一致して意気投合。最初は2人でしたが、すぐにエンジニアのゆかりさんとひぎつねさんも加わり、サウナ好き4人で平日の夜と土日を開発時間に充て、同年11月にスタートしたのが「サウナイキタイ」です。

最初は4000軒ほどの施設のリリースでしたが、全国のサウ

ナーさんが施設情報を入れてくださって、2022年11月6日現在、掲載施設10879軒、月間利用者数139万人。サウナ記録・口コミであるサ活機能には290万件の投稿をいただいています。

「サウナイキタイ」は以下の3つの役割を担っています。

①サウナ情報をわかりやすくまとめる

サウナ検索サイトとして、メインの検索条件は全116項目あり、サウナの温度、水風呂の温度や深さ、ストーブの種類など詳細に検索できます。最近リリースした混雑度は、ユーザーさんからの41万件ほどの混雑情報をデータ化して、曜日と時間帯による傾向を共有した機能です。サウナに行く上で混雑度を知りたいという方のために作りました。

②サウナが好きな気持ちを共有しやすくする

サウナに入った感想を投稿するサ活機能は、他のSNSと連携できます。一度サウナを好きになったら、サウナは一生の趣味になると思うので、この投稿内容は自分の人生の記録そのものです。私たちの世代はSNSが暮らしの中心の方が多いので、



左から、鈴木有さん、かぼちゃん、ゆかりさん

好きな事や関心を共感できる人となつがる事は大切です。そのきっかけや仕組み作りをしたいと思います。サウナグッズも同様で、好きな物を身につければ、言葉なくして人となつがるきっかけができます。

③良いサウナが自然と伝わる仕組みを作る

一般的ポータルサイトは、行きたい順や人気順の公開を有料会員に限定したり、施設からの広告料を検索結果に反映させますが、それはやりたくありません。愛されているサウナ施設は誰でも見られるようにし、良いサウナを造ったら、自然と広がるという環境を作り、施設の努力が反映されるデータベースにしたのです。

データから見るサウナ人気

「サウナイキタイ」の新規ユーザーに女性の割合が増えています。5年前には10%ほどでしたが、今は32%ほど。また若い方も増えており、10代から20代の新規登録の割合は、5年前30%ほどだったのが、今は50%以上です。

また検索条件全116項目の中で、意外なワードとしてトップ10に「プライベートサウナあり」、「タトゥーOK」、「ラブホテル」が入っています。「サウナイキタイ」はサウナがあればあらゆる施設が登録できるので、中にはラブホテルという業種もあるわけです。

身の回りの友達や家族にサウナ好きがいる、という時代を日本は初めて迎えています。女性のサウナ好きが増えている中、パートナーと一緒に入りたいという思いは当然で、プライベートサウナやラブホテルの検索はそのためだと思えます。

データから見るサウナファンから愛される施設

サウナーさんからの人気を示す指標として、このサウナに行きたいと思った時に押す「イキタイ数」と、サウナ活動の投稿数である「サ活数」の2つがあります。

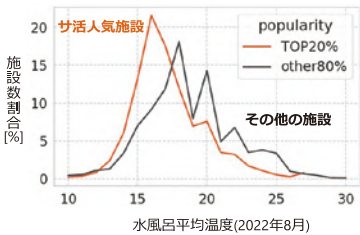
サ活の投稿には、サウナ室と水風呂の温度や、休憩場所の椅子の数なども投稿できるようになっており、今回、サ活数の多い人気施設トップ20%とそれ以外の施設の、水風呂の温度分布を調べた結果、人気の施設はだいたい15℃～18℃でした。当初、水風呂が冷たいとサ活人気が高くなるのか、と思いましたがそうではありません。2019年からのデータを分析すると、人気の施設も3年前はもう少し温度が高めでしたが、サウナーさんに喜ばれる水風呂を追い求めた結果、徐々に低くしてゆき、今の温度になったということがわかりました。表①表②

また、休憩場所の椅子の数の投稿でも、同様な分析結果が出たのです。人気の施設さんには5～10脚程度座れる椅子の

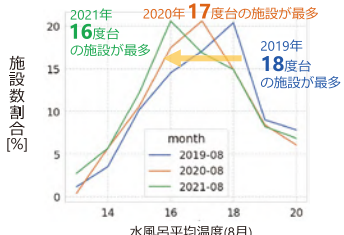
ある割合が多いのです。椅子の数が多いと「サ活」で人気、というわけではありません。2019年から3年間の投稿によると、最初は2～5脚だった椅子をちょっと増やしてみても、それが評判が良いのでさらにまた増やす、というような形で今に至っていることがわかりました。表③表④

サウナーさんが喜ぶように改善し、その熱意がサウナーさんに伝わり「サ活」報告に熱い投稿が上がる。それを見た方が、その施設に行ってみたくて足運ぶ。すると、水温が下がっていたり、椅子が増えているなど、施設さんの思いに感動してまた投稿する。このようなことの繰り返しにより、時間をかけて「サ活数」の多い人気施設になったと思われます。施設さんの熱意は必ずしもデータに現れるとは限りませんが、良いサウナに入った感動は必ず伝わっているのです。

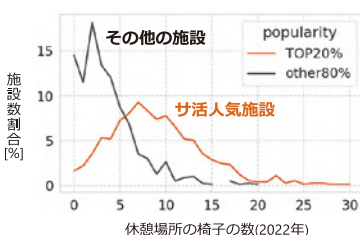
表① 水風呂温度の施設数分布



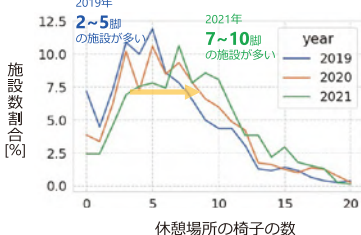
表② サ活人気施設の水風呂温度推移



表③ 休憩場所の椅子の数分布



表④ サ活人気施設の休憩場所の椅子の数推移



サウナイキタイがやりたいこと

多くの方にサウナの良さが広まりつつある現在、次はサウナの広くて深く楽しい世界を知ってもらって、サウナを一生の趣味にしてもらうことに取り組みたいと思っています。そのために、やりたいことや課題、妄想など、いろいろ考えています。以下についてご意見をいただけたらありがたいです。

- 水質、アウフグース、ウスキング、サウナマットなど、もっと詳しく検索できるよう、データベースを進化させ続けます。
- ドイツのように、徹底したサウナマナーを根付かせるにはどうすればいいでしょう。
- サウナ前後の食事をより楽しみにできるよう、特色あるサ飯の紹介と検索機能の充実。

- 泊まれるサウナ検索、楽天トラベルさんとの連携。サウナー向け宿泊プランのアイデア。
- サウナの後のマッサージの気持ち良さを、若い方たちに伝えたい。
- サウナで仕事できる環境を増やしたい。検索機能の充実。
- イベントの紹介機能を加えたい。イベント登録、検索機能の充実。
- 世界のサウナのデータベース制作により、海外でのサウナ利用のハードルを下げたい。また、インバウンドを意識した日本のサウナデータベースの整備。
- アプリ「サウナイキタイ」を制作中で、コスト的応援をして下さ

るユーザーさんを1万人募集し、現在6千人に登録いただいています。そのユーザーさんにドリンクや割引等、特典の協賛をして下さる施設さんを募集しています。ご協力お願いします。

「サウナイキタイ」は施設さんのサウナを良くしようという思いや改善が、サウナーさんに伝わるよう、これからも頑張っていきます。

今後ともよろしくお願いします。

本日は、このような機会をいただきまして、ありがとうございました。

新会員紹介

正会員

10月1日

会社名 (株)LaVa
店名 サウナリウム高円寺
代表者 井野優一
担当者 野見山翔平
住所 東京都杉並区高円寺北3-45-13 ドモスオウトス4F
電話 03-5356-8982
H P https://saunarium-lava.com/

11月1日

会社名 西武鉄道(株)
店名 豊島園 庭の湯
代表者 喜多村樹美男
担当者 中村真二
住所 東京都練馬区向山3丁目25-1
電話 03-5984-4126
H P https://www.seibu-leisure.co.jp/niwanoyu/

12月1日

会社名 (株)TOYOKE
店舗名 渋谷SAUNAS
所在地 東京都渋谷区桜丘町18-9
代表者 古屋蔵人
担当者 曾山祐企
電話 03-6809-0132
H P https://saunas-saunas.com/

賛助会員

10月1日

会社名 (株)浅野製版所
代表者 浅野光宏
担当者 鈴木道子
住所 東京都中央区築地3-14-2
電話 03-3541-3618
取扱業種 商業印刷類、DPS広告、LP、動画の制作、デザイン、製造の各種業務
H P https://www.asanoseihanjyo.co.jp/

11月1日

会社名 (株)USEN
代表者 田村公正
担当者 齋藤淳／岸美波
住所 東京都品川区上大崎3-1-1 目黒セントラルスクエア
電話 0121-117-440
H P https://www.usen.com/

12月1日

会社名 totonou Japan(株)
代表者 齋藤アレックス剛太
担当者 同上
住所 東京都渋谷区渋谷2-21-1 渋谷ヒカリエ33F
電話 090-6174-1876
取扱業種 事業用、家庭用サウナのプロデュース・設計・施工
H P https://totonou.co/

オーナー幹部研修会講演抜粋

サウナの医学的効果と可能性について

健康長寿におけるサウナの活用

和温療法学会理事長 鄭忠和



日本は世界に冠たる超高齢化社会です。長生きは素晴らしい事です、平均寿命と健康寿命の差、寝たきりだったり介護を受けざるを得ない期間が、男性で8.8年、女性で12年以上あるをご存知でしょうか。

まだ介護はうけていないものの、認知機能の低下、うつ状態、人との繋がりの減少による孤立など、フレイルな状態で健康寿命にカウントされている場合もあるので、実際はそれ以上です。(右表)

認知機能の低下は高齢化者社会の一番切実な問題です。現在認知症と診断されている方600万人ですが、20年後には1千万人を超えるでしょう。

高齢者問題で最も重要なのは、認知症やフレイルにきちんと対応することです。

フィンランドの国立保健福祉研究所は、サウナ入浴は認知症を予防することが出来るか、という大規模な疫学的調査を行い、結果を発表しました。スタートしたのは40年前で、認知症でない30歳～69歳の健常者約1万6千人を対象に、その経過を追跡すると、2千人弱の人が認知症を発症していました。驚いたことは、週2回以上サウナに入っている人は、週1回以下もしくは入っていない人に比べて、最初の20年間の認知症発症率が半分以下であったことです。これはすごいことです。

「人は血管と共に老いる」というウィリアム・オスラー博士の有名な言葉がありますが、これは真実で、加齢や高血圧とか糖尿病などの生活習慣病は、血管内皮障害を進行させます。人間の老化とは、つまりは血管内皮障害によるものなのです。

1998年に循環器系における情報伝達物質NO(一酸化窒素)の発見により、ノーベル医学生理学賞をア

メリカの薬理学者3名が受賞しましたが、NOは血管内皮機能を改善します。

私は高齢者にも安全なサウナ浴の方法を確立し、2007年に和温療法と名付けました。慢性心不全の高度先進医療として認められ、保険収載もされているサウナ浴の医学的利用法ですが、和温療法はこのNOの作用による効果が大きいと考えられます。

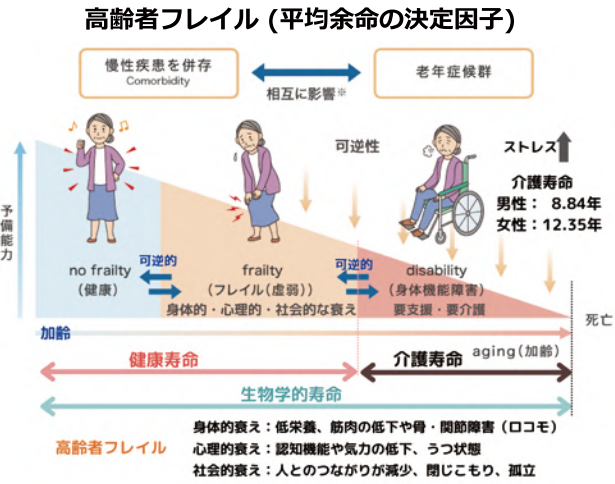
血管内皮障害が進んでいる人に、和温療法を10回行なうことで症状の改善を確認しました。ラットの研究でも血管内皮機能改善が確認できています。

私は循環器専門医として、和温療法のNO再生効果による血管機能の改善は、高齢者特有のフレイルにも効果が期待できると考えています。

和温療法は血管機能・心機能の改善、自律神経の活性、ホルモンバランス、血管新生作用、抗酸化作用、免疫機能アップ、心身のリラクゼーションなど多岐にわたる効果が認められます。これは若者から高齢者まですべての利用者が得られる恩恵ですが、特に全身が老化している高齢者にとって効果が大きいのです。

近年のサウナ人気は驚くほどで、若いサウナファンが急増しています。協会の皆さんの努力の賜物と、協会の一員として誇らしく思います。この時期だからこそ高齢者のための安全なサウナ浴も理解されやすく、注目されるのではないのでしょうか。

高齢者のために安全なサウナ浴は、若者のサウナの楽しみ方とは全く異なり穏やかなものです。和温療法のなごむ温かさは治療とは思えないほど心地よく、幸福感さえもたらします。治療と名の付くすべての行



為は患者さんに我慢を強いるものばかりですが、この療法は全く逆。それが素晴らしいのです。

私はさまざまなアプローチにより和温療法の普及を模索してきましたが、この度「和温療法学会」を立ち上げました。まだ最初の一步ですが、これからは他の先生方のさまざまな研究情報も発信されるようになり、サウナの医療分野は広がりを見せていくと思います。

高齢者への安全なサウナ浴を促進普及することは、健康寿命を延ばし高齢者の生活の質を改善し、医療費を抑制する社会貢献度の極めて高い活動です。

そのメッセージを社会に送り、普及啓発することは、公益社団法人である日本サウナ・スパ協会の役割ではないでしょうか。和温療法のノウハウで私も協力させていただきます。

本格的フィンランドサウナ、こだわりのコンセプトについて



神戸サウナ & スパ 総支配人 津村浩彦

本日はようこそ神戸にいらっしゃいました。

この度の研修会の体験施設であります「神戸サウナ & スパ」の新しいフィンランドサウナについて、紹介させていただきます。

阪神・淡路大震災でビルを一から建て直してから、早いもので25年が経ちました。当店の看板であるフィンランドサウナに建て替えの時が来たと判断。意を決して5月9日から61日間を費やして、こだわりを詰め込んだフィンランドサウナを誕生させました。

そのこだわりとは、まずこのサウナはケロ材でできています。

ケロ材とは立ち枯れた松の木のことで、木材の宝石と呼ばれ、サウナ好きなら誰もが憧れる最高の素材です。お客様に唯一無二のサウナに入りたいという思いから、床、壁、天井、外の長椅子に至るまで、すべてがフィンランド産ケロ材。これが今回の建て替えの絶対譲れないポイントでした。

そして従来の床面から50cm床を上げ、床は天井から2m、座面は天井から1.3mにしました。天井まで距離が近ければ近いほど、熱の拡散が早いからです。ストーブの位置も熱波が一気に伝わるように、部屋の中央に配置。座ったままセルフロウリュができるようにしました。前のフィンランドサウナは施設を100℃前後でキープしたので、今回もその設定で良いかとおもったのですが、熱すぎました。微調整しながら今は83℃ですが、それほどケロサウナは輻射熱が良いのです。ぜひ一度ケロの熱を体感してみてください。

サウナは瞑想する場所であり、人生を見つめ直す特別な空間でもあるので、窓は小さく、灯かりは極限まで小さくしました。静寂性を追求したのも、今回のこだわりの一つです。

サウナの後は、勢いよく頭から水をかぶるバケツシャワーが好評ですが、その後休憩する長椅子もケロ材。ここで風に吹かれる心地良さは比類ありません。

このフィンランドサウナを楽しんでいただき、サウナファンをさらに増やすことでサウナ文化を広げていきたい、神戸サウナ & スパはそのように考えています。



ひとつ上のサービスを！
一步差をつける業務用衛星放送

選べる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

東京本社 TEL 042-523-4649
〒190-0023 東京都立川市柴崎町3-8-5 NXビル4階

7FUTURE ONE, J SPORTS 1, FOX, シネフィル W.O.W.O.W, STAR1 プレミアム, Disney Channel, CN, MONDO TV, GREEN CHANNEL, 24時間テレビ, 7TV, スカイA, NECO