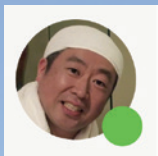


サウナ,水風呂,大好き 湯守日記(抜粋版)

サウナ・水風呂で心身をととのえ、
酒場に繰り出す日々を綴った日記。
世界中のサウナ・スパ施設をめぐり、
独自の目線でサウナを検証します。

<https://ameblo.jp/spasaunalove/>



Profile

プロサウナー 濡れ頭巾ちゃん

全国のスパ・サウナ施設をめぐり、独自の目線で検証するブログ「湯守日記」の執筆者。
サウナ⇔水風呂で心身をととのえて酒場に繰り出すことを日課としている。
大切なことはすべてサウナが教えてくれる。サウナこそ人生そのもの。



ととのうサウナをつくってる会社って？

ワタクシのお気に入り「Soulfulサウナ」といえば**ジェクサー フィットネス&スパ新宿**のサウナ

プロサウナーの間で「深呼吸サウナ」と称されるその室内は、温度・湿度・換気のバランスが完璧にととのっており、全く息苦しさがないどころか、むしろ深呼吸をしたくなるほどのフレッシュエアと快適な潤いが充満しています。

温度は80～90℃程度で、最上段に座っても頭部に熱が集中することがないけれど、入室後すぐに大量発汗できる秀逸なセッティングなんだよね。



ちなみに、ここには1年近く通っているんだけど未だ更衣室と浴室しか利用したことがありません。

実はマシンやスタジオ、プールもある多目的サウナなんですけどね。

で、話はサウナ室に戻りますが、ジェクサー新宿は一般的なジムのサウナにしては立派だと思っけれど「白銀荘」や「ウエルビー名駅 森のサウナ」のようにサウナ室全体が贅沢な木づくりなわけでもありません。

またサウナストーンに水をかけてロウリュウを発生させているわけでもないし、高湿度のボナサウナでもありません。

受付のオネエサンに「**なぜととのうの？**」って尋ねたら、
『……………』

全く話が通じなかったんで、このサウナをつくっている会社を紹介してもらいました！



いろいろ知りたくなっちゃったので、東京から新幹線に乗って浜松へ。

そこから東海道線に乗り継ぎ、三ヶ日みかんで有名な浜名湖畔にある鷺津という駅にやってきました。



フィンランドサウナジャパン株式会社の松井社長に会うためだけに

松井社長にききました

濡れ頭巾ちゃんが、フィンランドサウナジャパン(株)に興味をもったのは
ストレートすぎる社名はもちろんですが、「ジエクサー新宿」、「池袋のレスタ」、「平塚グリーンサウナ」…などなど
ワタクシ好みのセッティングで美しくととのう空間を生み出しているのは、どんな会社なのか?を知りたかったからなんです。

サ談会 01

鷺津駅まで迎えにきてくれた松井社長と、
浜名湖畔の名店「炭焼うなぎ 加茂」でサ談会がスタート。

濡れ頭巾ちゃん: はじめまして。濡れ頭巾ちゃんと申します。
ところで、このうなぎは関東風のように蒸したりしないで、さばいてからすぐに焼く「地焼き」なんですか?

松井社長: そうですね。しかも炭火でじっくり焼き上げるからいいんですね。
電気やガスの調理だとそうはいかなくて
炭火の自然でやわらかい、強い熱だからこそ美味しくなるんだと思います。
これはまさに薪サウナそのものですよね!

濡れ頭巾ちゃん: そ…そうですね。
(でたー!いきなりのサウナ比喩!)

松井社長: 薪といえば、長野にウチの別荘があるんですが、そこに4畳半のサウナをつかって薪のヒーターを設置しているんです。
最初は電気と薪を併用で使っていました。あまり時間がないときには電気が便利だと思ってね。でも電気だと、サウナ室内の熱が硬くなって全然面白くなかったんで、薪だけにしたんですよ。
すると角がとれてまろくなってきたんです。

濡れ頭巾ちゃん: な、なるほど…
(この人 相当なサウナーだ…別荘サウナにも入ってみたい!)
熱がやわらかくなるというのはわかる気がします。

松井社長: 薪サウナってアナログですから、火をつけて薪をくべて温度をあげるまで時間と手間がすごくかかるんです。でもその手間がすごく大切で、何にも代え難い時間なんですよ。火をゆっくり眺めながら一杯やったりしてね。
もうそこからサウナがはじまってるんですよ。

濡れ頭巾ちゃん: とところで、松井さんはどうしてサウナの仕事をしてるんですか?

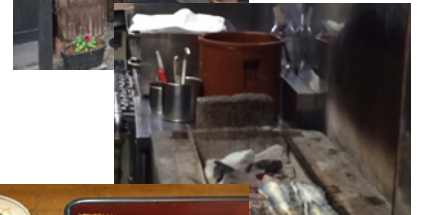
松井社長: ぼくの生まれはここ「三ヶ日」なんです。
親がみかんの仕事をしてましてね。
若い頃は、東京で貿易関係の会社に勤めていたのですが渋谷に力道山がやっていた、「リキパレス」というスポーツ施設があって、その「リキトルコ」というサウナが好きで、会社帰りにしょっちゅう通っていたんですよ。

濡れ頭巾ちゃん: リキパレス…。プロレスファンにとっては伝説の場所ですね。
(でもこの人若くみえるけどいくつなんだろ?)

松井社長: リキパレスの近くに金田がやったジムがあって、そこにもサウナがあったような…

濡れ頭巾ちゃん: 金田って400勝投手の!?
(かなり歳いってる。間違いない。でも肌ツヤはんばないぞ!)

<続きます>



松井さんは毎日サウナに入っているからお肌つやつやでピカピカ。とても64歳にはみえないよね。
サウナーに美肌はつきものですが、それにしても若い！！特に彼が率いるフィンランドサウナジャパン社(以下FSJ)製のサウナは高湿度設計が特長なので、毎日美顔器に入っているようなカンジなのかも？

サ談会
02

松井社長: そうそう。
僕は30すぎまで貿易の仕事で世界中を飛び回っていたんだけど、三ヶ月でみかんのブランド化をやるとういうことで戻ってきたんですよ。

でもみかんの仕事をしながら、やっぱりサウナが好きで旅行も好きだったから、日本全国はもちろんヨーロッパ中のサウナに入りまくっていたんです。それでフィンランドで本場のサウナに出会ったんですよ。それがサウナの仕事をするきっかけですかねー。

濡れ頭巾ちゃん: (うひょー! サウナーの大先輩だ!)
ワタクシもフィンランドで、サウナ観というか人生観が変わったひとりなんですけどどんな風に思ったんですか？

松井社長: フィンランドではごく普通の家庭でも家にサウナがある。それから湖畔のログハウス別荘にもサウナがあって自分の家そのままリゾートになっているんです。



こんな素晴らしい世界があったんだと感動したんですよ。
この「マイハウスリゾート」というライフスタイルを、日本の家庭でも普及させたいと思ってこの仕事をはじめたんです。

濡れ頭巾ちゃん: (キモチわかりまーす!!)
なるほど、マイハウスリゾート！いい言葉ですね。
昨年ヘルシンキにある「サウナセウラ」という会員制のサウナサロンに行ってきたのですが、まさに夢のリゾートでしたね。

ただサウナに入ってバルト海でクールダウン、その後ベンチで休憩。この繰り返しかしていないんですけど、思い出すだけでとのちやいます。

濡れ頭巾ちゃん: 松井さんの理想のサウナってどんなものですか？

松井社長: サウナの理想はなんといってもスモークサウナですね。



薪を焚いて石をやき、その煙と熱で木づくりのサウナ室を十分にあたためて、煙やススを洗い流してからサウナに入る。
輻射熱が充満したところでサウナストーンに水をかけてやわらかなロウリュを楽しむ。シンプルなんだけど、すべてが自然の中で完結する。

濡れ頭巾ちゃん: (このひとわかってるな)
同感です！
ところでFSJの製品はフィンランドから輸入しているんですか？

松井社長: 当初はフィンランドから輸入していたのですが自分で納得のいくサウナを納めるためにいまではすべて自社で製作しています。

とくにサウナ室内につかう木材に関しては
なるべく地元の木を使うようにしているんです。

濡れ頭巾ちゃん: 地元の木？ それは何か理由があるんですか？

松井社長: 北欧産のスプルースとか、南アフリカ産など外国の木を削っているとね。その手触りというか、切っているカンジというか、なんとなくしっくりこないんです。

生まれ育った土地の木って触ってるだけで落ち着くんですよ。

それで天竜のヒノキとか茶室で使うような杉でサウナを作ってみるとやわらかくまったりとしたサウナができるんです。
ついこないだは青森県のお客様に、青森産ヒバのサウナを納品したんですよ。やっぱり喜ばれましたね。



濡れ頭巾ちゃん: (ヒノキのサウナ！入ってみたい)
かなりのこだわりですね。確かにサウナで自然と一体化するためには、生まれ育った土地のものを使うのが一番いいでしょうからね。

ところで、ワタクシはジェクサー新宿のサウナが大好きなんですけど、
どうしてあんなにととのうんですか？

息苦しさが全くないし、温度と湿度のバランスもいい。スモークサウナまでとはいいませんが、かなり良い仕上がりにですよ？

松井社長: ありがとうございます。
ジェクサーさんの場合は、毎回ご指名をいただいて納品しているのですが、
ポイントは自然対流で前室、つまり浴室の湿った空気をうまく引っ張ってこれるかが勝負なんです。
あと下地づくりも大切ですね。



最近、よくサウナリニューアルのお仕事もご依頼いただくのですが、下地をしっかりと作っていないために結露を起こしたり、ただ熱だけのサウナになっていることも多いんですよ。見栄えとカタチだけをつくることは誰にでも出来るのですが、しっかりとしたサウナをつくるためには、見えない下地など細部にこそ手間をかけなければいけないんです。

そうしないとサウナに魂が入らないんです。

濡れ頭巾ちゃん: (うひょー！)魂ですか…。
たしかにsoulのないサウナって、薄っぺらいJ-POPみたいでもんね。スーパー銭湯によくありがちですけど、たくさんの方が入るために無理矢理タワー式にしてみたり、効率を求めすぎるととのわないケースがありますね。

松井社長: 他社にまけないハードを用意しようとするんだけど、ソフトのことまで考えることができていない施設もありますよね。

例えば、ジムのサウナでも運動好きな方、特にアスリートとサウナは切っても切れない関係なんです。運動後はサウナ・水風呂・外気浴で真のリラックスを求める。そこで換気がよくて温湿バランスが良いサウナができれば、満足度が高まり毎日でも通いたくなる。そういうものだと思いますよ。

企業はコストバリューを求めますから、効率を求めるのは仕方がないと思います。でも、限られた予算の中でも魂の入ったサウナができるはずなんですよ。

松井社長: そのためには、
サウナを主体にして浴室を考えることが大切だと思います！

濡れ頭巾ちゃん: サウナを主体に(中心)に考えるというのは、サウナーの基本ですよ。ワタクシも**サウナ施設に最も必要なものは「サウナ愛」**だと思っています。

次回はぜひ長野の薪サウナに入りに行きたいです。
今日はありがとうございました！

— 完 —



サ談会を終えて

松井さん率いるFSJが作るサウナにはSoulがあります！

素材や下地に至るまでのハンパないこだわりと、絶妙な温湿度と換気バランスを実現する計算されつくした設計。なにより、彼自身のサウナ愛が、われわれをととのわせてくれるだと感じました。