

## サウナ好きが高じて、遂にバレルサウナを…

### 昭和のサウナー

今、流行りのサウナブームは第3次と言われていますが

年配の方々は、サウナと言えば風呂屋の一角・温泉の一部にあったドライサウナだと思います。

かく言う私も、高温のハードサウナ(室温100℃以上)が入り口でした。

第1次サウナブームは「昭和ストロング・スタイル」と言われているそうです

旅行の目的の一つが、温泉めぐりですがなるべくサウナも有る、お宿を選んでいきます。

ただ私も気づいています、温泉好き=サウナ好きではないことを…

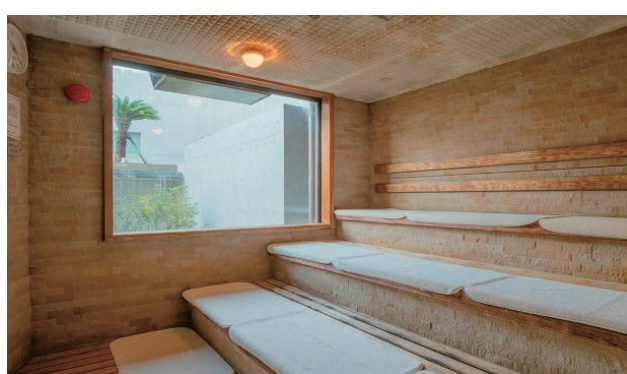
「暑くて苦しいのに、何故ジッと居るの？」

「死ぬほど冷たい水風呂に、何で入るの？」

「我慢比べのようなことして、楽しいの？」

特に女性の方は、肌や髪にダメージが有るからと苦手の方が多いですネ

よって、需要が少なく女性風呂にサウナが有るのはまだまだ稀の様です。



最近、流行りだしたサウナ用語に「ととのう」が有りますが2017年の流行語大賞に「ととのう」がノミネートされたのには驚きました。

始めてサウナで「ととのう」を開眼体験した場所をサウナー達は「産湯」と呼ぶそうです…

「ととのう」とは、「温冷交代浴」により「自律神経」が整った？

学術的な事はさておき「頭がボーっと」「体が痺れる」という感じ？

外気浴中に起きる、不思議な数分間です。

近頃はキャンプ場やコテージにも、サウナ施設が併設される場所が多くなりました(ペンションや民宿にも)

ただ、サウナブームと言うことで…どこも混んでいます。

サウナ小屋は順番待ちの状態、しかも知らない者同士(そして基本は混浴)

先日は、20代女性の2人組と同室となりました。

(何故か気まずい、こちらは男1人)

水着なのですが、目のやり場に困り…

誤魔化すために「何処から来たの？」(余計に怪しい?)

別の日には、アベックの2人組と同室となりました。

(やはり気まずい、こちらは男1人)

二人の世界で盛り上がり、聞かないふりも大変です…(勝手に、好きにやっつて)

これでは、落ち着いて入れません…

一人で瞑想できる、プライベート・サウナを何とかするぞ!

プライベート・サウナを設置することを計画。

会社の保養所山荘のウッドデッキ下に設置することにしました。

サウナ小屋、構造が簡単なのは木製のバレルサウナ

ストーブは「電気」か「薪」の2択ですが、お手軽なのは電気ストーブです。

キットをDIYで組立てれば安上がり、そこは材木屋、「木工教室」は得意です。

国内メーカーなら、注文寸法にも対応してくれそう

海外メーカーは、定寸のキット輸入で材料も日本の気候風土には合わない様。

ココで、灯台元暗し

取引先の数社が、流行りのサウナ小屋に副業で手を出していました。

国内のバレルサウナメーカーから5社ほど選出、比べて見ると仕様も様々

日本は湿度が高く、木材を腐らせやすい環境なので日本の風土で育った国産材には、メリット大  
外国産材は除外するとして、国産材で選ぶなら？

お風呂の香りと言えば、日本人が大好き「ヒノキ」(ロウリュの際に、アロマを混ぜる手も有りますが





…)

高さ1,800mm、奥行き1,500mmの電気炉6kW仕様をオーダーしました。

現地での木工教室のDIYは、設置場所がギリギリで狭くキットからの組立は困難、と判断して工場組立して頂く事に(取引先なので、業販価格で20% OFF)

そして、工場からの搬入日。

不本意ながら組立て迄をお願いしましたが、現場に合わせたオーダー注文。

バッチリ設置場所に納まるか?、ドキドキです  
4tトラック車に積まれた製品は600kgあるそうですが

ユニック・クレーンでデッキ脇まで吊り降し、後は人力でスチール単管の上を滑らせて設置場所まで移動します

何とかウッドデッキ下に納まりました。

採寸していたとはいえ、ギリギリのサイズだったので一安心

設置場所で一つ不安だったのは、防犯…

荒らされないまでも、風でモノが飛んできて扉のガラスが「ガチャン」?

靴の脱ぎ履き用に、スノコを自作予定でしたが

スノコ未使用時に、扉のガラス保護に転用することを考案

さっそくCAD図面(仕事柄)を送って、相談しました





そうしたら、メーカーさん

「良いアイデアなので、今後オプションとして利用させていただきますネ」  
だそうです。

しまった！意匠出願しておくんだった…

真冬の山荘は外気温は氷点下、サウナの庫内温度は2℃です。

電気炉の性能と、断熱性能は文句なし

スイッチ入れて30分で、90℃のサーモスタット設定温度に上がりました。

小さいサウナなので妖精『トントウ』目掛けて「ロウリュ」しようものなら  
直ぐに、汗が吹き出し始めます。

「ロウリュ」に希釈した白樺のアロマを混入する準備もしましたが  
庫内は既にヒノキの香りが充満しています。

3人用とのサイズですが、実際は2人で使うのが快適かな？

水風呂は敷地内の小川で代用、15℃の流水は…冷たい～。

(自作のブランコが設置してあるので、座って揺られて瞑想…)

寒くなったら、またサウナに逃げ込んで…

3Setもすれば「ととのう」状態に！