君津市地域おこし協力隊活動報告

隊員名：橋本　亮

指名日：令和４年８月１日

活動月	令和６年２月
主な活動内容	**1.　「サウナカー」を初体験** **2.「旧久留里中学校」でサウナイベント開催（第３回）**

1.　「サウナカー」を初体験

第３次サウナブームを経て、多くの若年層が温浴施設を訪れ、今ではサウナは中高年だけでなく日本人の文化として定着しつつあります。サウナと一言で言っても様々な種類があり、樽型のバレルサウナから路線バスを改造した移動型サウナ「サバス」など様々です。今回は、車両にサウナ室を搭載した移動型サウナ「サウナカー」を体験しました！室内は 3-4 名入れる広さで温度は 100 度近くまで上昇し、非常に心地よいです。君津市内には川が沢山あるのでサウナカーで温めたカラダを川でクールダウンさせるのもいいですね。

2. 「旧久留里中学校」でサウナイベント開催（第３回）

２０２０年３月末をもって閉校した久留里中学校の校舎やグラウンドを活用したテントサウナイベントを２月 27 日(土)に開催しました！旧久留里中でのサウナイベントは今回で第３回目を迎えました。大自然に囲まれた空間でのアウトドアサウナは大変好評で、「また来たい」という声を多数いただくことができました！嬉しいことに少しずつ問合せや参加希望者も増えているので、来年度も定期的にサウナイベントを開催していきたいと思います。

サウナ発祥の地「フィンランド」では約 510 万人の人口に対して 160 万個のサウナがあると言われています。つまりは約３人に一個の割合でサウナがあり、日常にあふれています。サウナは単に身体を清潔にするものではなく精神的なくつろぎと娯楽の場所になっています。またフィンランドの人々はサウナによって健康を保ち、病気の時はサウナで療養するそうです。日本でもサウナは娯楽や健康促進のために活用している人が増えてきているように思います。日本におけるサウナももっと日常生活に溶け込んで多くの日本人が毎日サウナに入るぐらい習慣化する日がくるかもしれませんね。