

現代のサウナブームから見る

日本人の入浴に対する意識の変遷

植木 人志樹

現在サウナブームが起こっており、筆者もその魅力に惹かれた。その中で、日本サウナの歴史、サウナブームの要因、ブームが与えた社会的な影響、これら3つの疑問を抱いた。本研究ではサウナ文化の歴史的背景を明らかにし、アンケート、インタビュー調査を行ない、サウナブームの実態を明らかにした。それらを踏まえてサウナブームの要因と人々の入浴意識の変遷、サウナ文化の展望を考察した。

まず、先行研究を元にサウナの歴史と現代の日本サウナについて調べた。フィンランドにおいて生活必需品であったサウナが、スポーツの観点から世界中に注目され、他国の風土や生活環境に対応し、独自に進化してきたことが分かった。また、日本においてはサウナブームに伴い、より多様化していった。

アンケートでは、サウナ利用者と非利用者の意見を知ることができた。結果としては、サウナ利用者の分母が多かったものの、サウナブームが入浴意識に与えた大きな影響は見られなかった。非利用者の意見としては、サウナに対する苦手意識を持つ回答が多く、サウナの理解や浸透には課題が残った。

インタビューではサウナ施設で働く従業員に話を聞き、サウナブームの要因と社会的要因を考察した。サウナブームの要因としては、ドラマ『サ道』の放映とコロナ禍における生活様式の変化との関係が考えられた。またサウナブームを通して、顧客のサウナやロウリュに対する見方や考えが変わってきたことも明らかになった。しかし、日本におけるサウナは趣味嗜好の領域であるため、多くの人が手軽なレジャーとして楽しむようになることを期待されていることも分かった。

全体の考察は以下の通りである。まずサウナは単調に受け継がれてきた文化ではなく、環境や生活様式の変化に伴い、サウナ自体も変化し親しまれてきた。現代のサウナブームの要因は、テレビドラマ「サ道」の放映、インターネット媒体の普及、コロナ禍をはじめとした生活様式の変化など、複数の要因が混合したと考えられる。社会的な影響は、人々の入浴意識に大きな変化を与えたとは言い難いが、サウナブームを通してサウナ、ロウリュに対する見方や考え方に意識を及ぼしたと考える。

サウナブームを通して楽しみや形が多様化したサウナは、日本人にとって今まで以上に身近なものになった。人々が生活する上で、ささやかな幸せを感じる1つの手段として、より多くの人に認知されて欲しい。