

「我慢」から「心地良い」へ

女性サウナー50人以上の声から生まれ変わるサウナエリア

豊島園 庭の湯「The Garden of Finland」**2026年4月1日(水)リニューアルオープン****数々のサウナを手掛ける“ととのえ親方”とタッグを組んだ、
サウナに対する先入観を払拭する「女性のためのサウナ」が誕生**

西武レクリエーション株式会社(本社:埼玉県所沢市、社長:依田龍也)が運営するバーデと天然温泉「豊島園 庭の湯」(東京都練馬区、以下:「豊島園 庭の湯」)は、女性用サウナエリアを「The Garden of Finland」をテーマに、2026年4月1日(水)リニューアルオープンします。

同サウナは、女性へのヒアリングをもとに女性ならではの視点を取り入れた設計で、サウナプロデューサーに「TTNE 株式会社」(東京都港区)から“ととのえ親方”こと 松尾 大 氏を起用しました。数々のサウナ施設のプロデュース経験から得た知見と諸調査を掛け合わせ、すべての女性にとって心地よい癒しの空間を実現します。さらに、株式会社マクアケ(東京都目黒区)が運営するクラウドファンディングサイト「Makuake(マクアケ)」で、男性も当サウナの先行体験ができるプランを2026年2月27日(金)より販売します。



豊島園 庭の湯は、屋外フィンランドサウナや男性サウナのリニューアル、サウナ瞑想をはじめとした数々のイベントを通じて、サウナ文化を牽引してきました。サウナ文化の醸成を目的とした本プロジェクトでは、女性サウナー50人以上にヒアリングを実施し、女性特有のニーズやイメージをもとに、松尾 大氏とともに「女性にとって居心地の良いサウナとは何か」を徹底分析し、これまでにない新しい発想の女性サウナが誕生しました。

サウナを利用しない女性の40.3%は「熱すぎる・苦しい」というネガティブなイメージを持っています※。サウナ文化のさらなる発展には、既存のファンだけでなく、ライト層の女性も取り込むことが重要と考え、本プロジェクトでは、この先入観を払拭し、「我慢」ではなく「心地よさ」を感じられるサウナ空間を実現しました。

豊島園 庭の湯は、サウナ特化型施設とは異なり、温泉、岩盤浴、食事、スパ、リラクゼーションなどを複合的に楽しめる強みを活かし、これまでサウナを敬遠してきた方にとっても、サウナ文化をより身近で親しみやすいものと感じていただけるよう新しい温浴施設の楽しみ方を提供します。

※株式会社クロス・マーケティング(マーケティング・リサーチ会社):「サウナに関する調査(2024年)」より

▶ <https://www.cross-m.co.jp/report/trend-eye/20241128sauna>

”ととのえ親方”とタッグを組んだ「女性のためのサウナ」

本プロジェクトは、2024年4月の男性フィンランドサウナのプロデュースに続き、サウナクリエイティブ集団「TTNE 株式会社」の“ととのえ親方”こと松尾 大氏をサウナプロデューサーとして起用しました。

ライト層からコア層までの様々な女性サウナー50人以上へのヒアリングと諸調査を元に、サウナ中の視線の気になりやすさや息苦しさ、香りの有無といった女性特有のニーズを特定。「女性にとって居心地の良いサウナ空間」を実現しました。

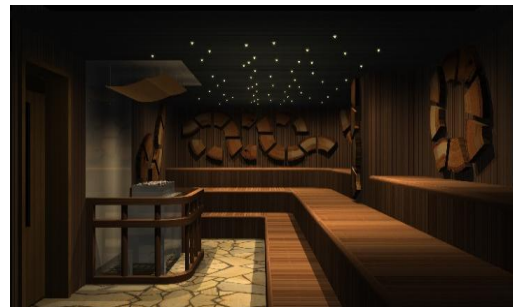
TTNE 株式会社

【TTNE】は、ととのえ親方こと[松尾大]・サウナ師匠こと[秋山大輔]が主宰する、サウナでイノベーションを起こし続けるサウナクリエイティブ集団。

100施設以上のサウナプロデュースをはじめ、業界先駆けとなるサウナ専門ブランドSHOP【TTNE】、医療関係会員登録数500名を有するサウナの医学的研究を目的とした「日本サウナ学会」、年間100万PVを超える国内最大級のサウナランキングサイト「SAUNACHELIN」、世界初のサウナに特化したワールドサウナアワード「SAUNA37」、世界中から厳選した自宅用事業用のサウナ施工専門サイト「SAUNASELECT」など、様々なサウナプロジェクトを立ち上げる。株式会社HARVIA JAPANが認める唯一の「PREMIUM SAUNA PARTNER」として全国にサウナディーラーを展開し、国内外におけるサウナ文化向上を目指し、サウナのために汗をかいている。

息苦しさのない、長時間くつろげるサウナ室

サウナ室の最大の特徴は、酸欠感を感じさせない低気密性の設計かつ、強制換気機能のあるサウナストーブにより、従来のサウナが持つ息苦しさを軽減しました。また、木材にもこだわり、檜に似た深みと甘さのある香りが特徴のウェスタンレッドシダーを豊富に使用。この天然のアロマが室内全体を優しく包み込みます。天井部には星空をイメージした照明が瞬き、北欧の夜を思わせるゆったりとした雰囲気演出します。「我慢」ではなく「心地よさ」を感じながら長時間くつろげるサウナ室を実現しました。



サウナ室イメージ

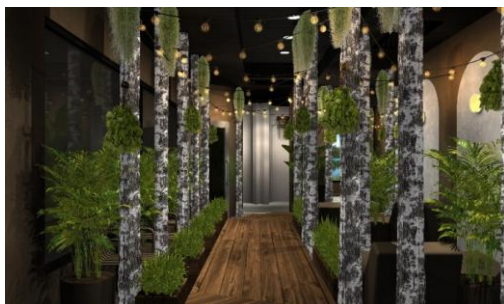
白樺の森をイメージした明るく開放的な内気浴・冷水浴エリア

内気浴・冷水浴エリアは、男性用サウナの野性的な冬のフィンランドの森とは異なり、明るい「白樺の森」をイメージした空間です。

内気浴エリアは、他者の視線が気になるという女性特有の心理的ハードルに配慮し、本物の白樺の柱と生きた植栽を配置して視線を適度に遮るよう設計しました。植栽の設置は街づくりや森づくりなど空間緑化のプロフェッショナル「そら植物園」が担当。これにより、生きた森の中にいるような没入感と、自然の中で心身ともに癒される解放感を途切れさせない空間を実現しました。

水風呂は湖畔をイメージし、白樺の森の先に青空と湖が広がる風景を演出しました。まるで静かな湖に身を委ねるような、穏やかで心地よい冷水浴体験を提供します。

また、サウナ室を出た後や冷水浴後には寒さを感じやすいという女性の意見を取り入れ、大判のバスタオルを貸出。冷えを感じることなく長時間くつろげる内外気浴を実現しています。



内気浴エリアイメージ



冷水浴エリアイメージ

■特設ページ

https://www.seibu-leisure.co.jp/niwanoyu/ladies-sauna-renewal/index.html?utm_source=newsrelease&utm_medium=pr

「Makuake(マクアケ)」にて先行体験が可能なプランを販売

クラウドファンディングサイト「Makuake(マクアケ)」で、男性の方も当サウナをご利用いただける先行体験プランや、早期応援者には入館料が最大 50%OFF になる数量限定プランなどを販売します。

■販売開始日 2026年2月27日(金) 10時00分～

■販売サイト 「Makuake(マクアケ)」 <https://www.makuake.com/project/niwanoyu.ladies/>

※早期応援者特典など、プランに関する詳細は上記販売サイトをご確認ください。

営業概要

【営業時間】 10時00分～23時00分(最終受付22時00分)

【休館日】 なし(メンテナンス実施日は臨時休業いたします)

【入館料】

一般	平日	2,600 円
	土日祝日	3,300 円
	特定日	3,400 円
ナイトスパ(18時00分以降)	平日	1,800 円
	土日祝日	2,400 円
	特定日	2,500 円

※2026年4月1日(水)からの料金です。

※ご利用は中学生以上となります。

※特定日はゴールデンウィーク、お盆、年末年始などです。

豊島園 庭の湯 施設概要

【所在地】 東京都練馬区向山 3-25-1

【交通】 西武鉄道池袋線「豊島園」駅から徒歩2分、都営大江戸線「豊島園」駅から徒歩3分
※駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。

【URL】 <https://www.seibu-leisure.co.jp/niwanoyu/index.html>

※表記料金には消費税が含まれております。

※画像はすべてイメージです。

■お客さまのお問合せ先 [バーデと天然温泉 豊島園 庭の湯](https://www.seibu-leisure.co.jp/niwanoyu/index.html) TEL. (03)5984-4126