

## 日本のお風呂文化

日本温泉総合研究所が2013年春に発表したデータによると日本国内には現在3,108ヵ所もの温泉地が存在し、その宿には年間で約1億2千万人以上もの利用者が訪れている。

日本人のお風呂好きの文化は6世紀の仏教伝来とともに入浴の文化が伝わってきたことに起因する。「七病を除き 七福を得る」という仏教の教えから、体を清めることとお風呂に入ることは健康にいいとされ寺院などで浴堂を持つようになったのが始まりだそうだ。

多くの国では、シャワーで体を洗うだけで終わる。しかし日本人にとっては体を洗い、湯船にお湯を張ってゆっくりつかるのは当然のことである。

「日本のお風呂文化の最大の魅力とは、五感で楽しむ文化がある点です。景色を楽しんだり、入浴剤で楽しんだり、音楽やテレビで楽しんだり」そう語るのは、お風呂温泉倶楽部の蓮田健一さんだ。

「温泉や銭湯などでの『みんなでお風呂に入る』、『泉質を楽しむ』という点は外国に比べて進んでいると思います」

湯船につかる利点はいくつかある。リラックスできるのは当然のこと、温泉などにはお湯に様々な効能があり病氣や怪我に効くと言われている。また、日本では湯船につかっている時間でコミュニケーションをとることができる。それぞれの家庭では親や兄弟と普段できない話をする事ができるし、銭湯や温泉では見知らぬ他人と会話を楽しみ、親交を深めることができるのだ。

家でお風呂につかる際、様々な工夫をするのも日本人ならではの楽しみ方だ。ある40代の主婦は、防水の小型テレビを持ち込み、半身浴をするという。

「汗をかきやすい入浴剤も一緒に使ったりして、健康維持にも入浴の時間を役立てています」

またある20代の学生は、祖母の家に行くとゆず風呂に入るという。

「いい匂いでリラックスできるし、肌もきれいになる気がします」

日本のお風呂文化は外国とは大きく異なるが、非常にユニークで面白い。

菊池辰、溝口萌