



お風呂の魅力 13 のエッセンスから『疲れをとる』『リラックスする』『キレイになる』に着目  
風呂文化研究会が考えるニッポンのお風呂



風呂文化研究会は、「お風呂をもっと楽しく気持ちよくしたい」と考える企業が集まり、1990年に発足しました。以来、お風呂の持つ価値を問い続け、研究と情報発信を行っています。

# ニッポンのお風呂の魅力ってなんだろう？

風呂文化研究会は、「お風呂をもっと楽しく気持ちよくしたい」と考える企業が集まり、1990年に発足しました。以来、お風呂の持つ価値を問い続け、研究と情報発信を行っています。

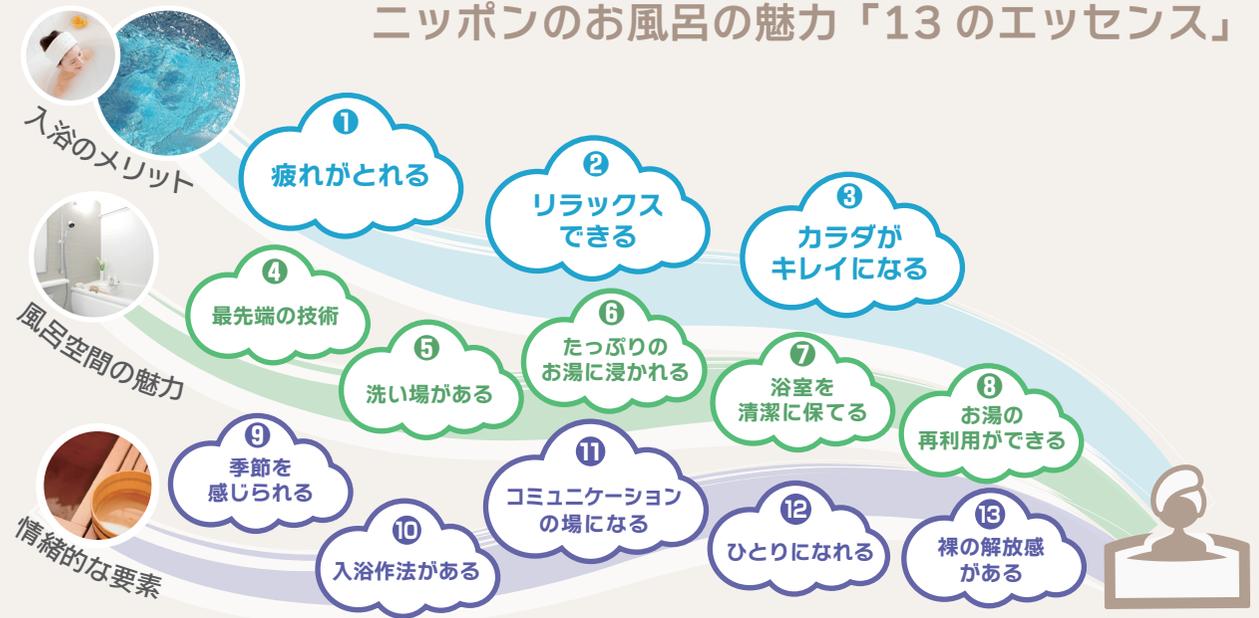
風呂文化研究会は、「お風呂は世界に誇れる日本文化のひとつである」と考えています。各家庭で毎晩お湯をためる入浴スタイルは世界でも類を見ません。独自の進化を遂げるニッポンのお風呂。その魅力をより多くの人に伝えるために、わたしたちは“ニッポンのお風呂の魅力”を分析することにしました。

最初のステップは、お風呂の魅力の構成要素の仕分けでした。カンカンガクガクの議論の末にまとまったのが、この「13のエッセンス」。日本のお風呂の魅力は、清潔や癒しに留まらず、空間や情緒にまで及ぶ幅広い要素で構成されていることがわかりました。

次のステップは、この「13のエッセンス」をひとつずつ掘り下げていくこと。わたしたちは、各々さまざまな形でお風呂に携わる企業です。「13のエッセンス」との関わり方も、またそれぞれ。だからこそ、意見を述べ合うことで“ニッポンのお風呂の魅力”の総覧ができるのではないかと。読めば“ニッポンのお風呂の魅力”が全て見えてくる。そんな最終形を目指して、ディスカッションを重ねています。



## ニッポンのお風呂の魅力「13のエッセンス」



# 「13のエッセンス」の中から、三要素に着目！ 見えてきたのは、細部までこだわり抜かれた 「ニッポンのお風呂」の“もてなし力”。

ニッポンのお風呂の魅力 13のエッセンスから、今回はさらに  
三つの要素に着目しました。

- (1) 疲れがとれる
- (2) リラックスできる
- (3) カラダがキレイになる

この三つはニッポンのお風呂が有する3大メリットであり、  
お風呂の魅力の基礎となる要素です。

日本ではこれらを具体化させるために、多種多様な商品を開発しています。  
そこで、メンバーの“こだわり”を横断的にまとめてみることにしました。

“こだわり”を一堂に会することで見えてきたのは、  
ニッポンのお風呂がいかに細やかな心配りで成り立っているかということ。  
まさに、知られざるニッポンのお風呂のもてなし力です。

“ニッポンのお風呂の魅力”を支える“こだわり”の数々を  
5つの入浴シーンでご覧ください。



# お湯の感触、肌触り、浴び心地へのこだわり。

少ないお湯でも質量感たっぷりの浴び心地を得られるシャワー、やさしくもみほぐすような水流など、お湯の形状や粒の大きさにまでこだわりぬいた“お湯をコントロールする技術”の一部をご紹介します。“快適性”と“節水”を両立させ、欧米でも高い注目を集める日本の誇る先端技術です。

水に空気を含ませて、水を大粒化。  
浴び心地と節水性能を向上  
(エアイン技術 ※1)



吐水ノズルの2種類の回転によって、  
水流の刺激を広範囲に作用させる  
(ジャイロストリーム ※2)

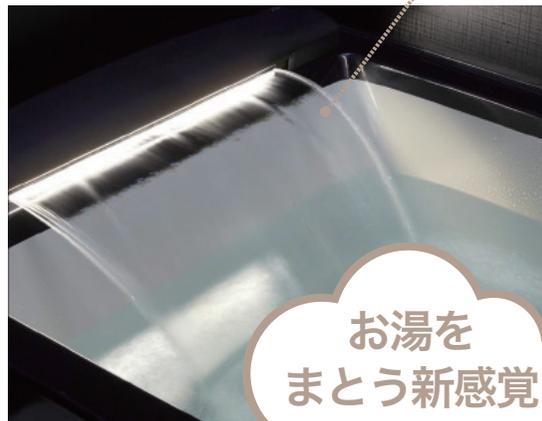


進化した  
浴び心地

お湯が肌に当たる感触を心地よくするためにさまざまな工夫をしています。例えば、水に空気を含ませ水の一つ一つを大粒化することで、皮膚に当たる面積を増やし、少量の水でありながらやさしく快適な浴び心地を実現しています（エアイン技術）。快適性の向上はもちろん、節水にも大きく貢献します。また、2種類に回転するノズルを通してスパイラル状に吐水することで、広範囲にリズムカルで心地よい刺激を与えることができるようになっています（ジャイロストリーム）。お湯を利用した上質なリラックス機能を入浴時間にプラスします。



約435mm幅のお湯の帯、尻窄みにならない高度な  
均一吐水技術（アクアフィール ※3）

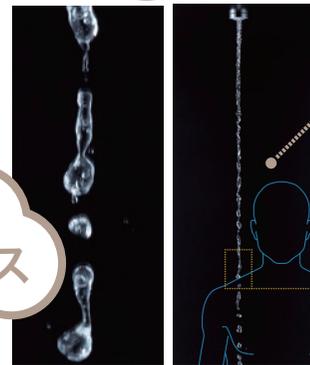


お湯を  
まとう新感覚

さらにユニークなものが、浴槽に使っている人の肩に、お湯を帯のように流れ落とし、まるでお湯をまとっているような感覚をあたえる技術（アクアフィール）。

日本人の肩幅を意識した約435mmの幅をキープしながら流水するようコントロールしています。これには一定幅を保ちながら流水させるには極めて高度な吐水技術が必要です。

湯もみ  
効果をプラス



落下の圧力だけではなく、  
パルス吐水による絶妙な  
コントロール  
(アクアタワー ※4)

自宅のバスルームで肩など凝った部分に落下するお湯を当てて、心地よいお湯の刺激とマッサージ効果を楽しむ「打たせ湯」の、その落下するお湯の形状にもこだわりがあります（アクアタワー）。浴室の天井という限られた高さでも心地よい刺激が生まれるよう、吐水口の内部に穴を半分ふさいだ小さな羽車を内蔵し、それを高速回転させることでマッサージ感のある水流を可能にしています。

# 人間がもっともリラックスできるカタチの探求。

ゆりかごに包まれるような感覚。寝湯のような浮遊感と脱力感。体をやさしく温め、肌をしっとり保ってくれる酸素を含んだマイクロの泡。形状から機能まで、あらゆる角度から検証された“お湯に浸かることの心地よさ”。細部まで計算しつくされた浴槽の一部をご紹介します。単にお湯をためるだけではなく、そこに浸かる人のことを第一に考えた“おもてなしの心”を感じてください。

日本人の平均的な体型を元に人間工学を取り入れて開発（クレイドル浴槽 ※5）

ヘッドレスト部分を高くして首当たりを気持ちよく

カラダを包む

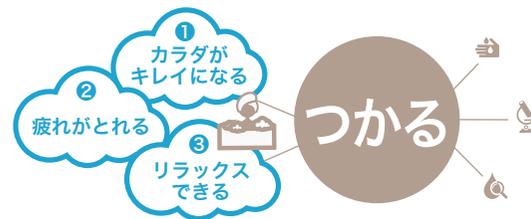
原型はゆりかご

誰もがラクにまたげるような低い設計

美しい曲線が全身を包み込む入浴感を実現

かつて単純な箱状だった浴槽は、ここまで快適に進化しました。「浴槽のすべてのラインを意味あるものに」という考えの元、人間工学を用いて浴槽の全てを再検証。首当たりをよくするためにヘッドレストを高め、またぎやすくするためにリムの中心を低く。背中や肩は包み込まれるように。ひざ周りには余裕を。これらを美しいカーブでつなぎ、全身を包み込む入浴感と美しい曲線が特徴の浴槽が生まれました（クレイドル浴槽）。

浮遊感をプラス



ベンチ部分に足をのせ、寝湯に近い姿勢で浮遊感と脱力感を楽しむ（リクライニング浴槽 ※7）

浴槽に求められる快適性は、家族構成や年代によっても異なります。例えば、子どもや孫と温泉のような感覚で入浴できる広々とした浴槽（フルワイド浴槽 ※6）。寝湯に近い姿勢で浮遊感と脱力感を与えてくれる浴槽（リクライニング浴槽）、入る人の状態や気分によって姿勢を変えられる浴槽（ハイバック浴槽）など、多様なリラックスのカタチを用意しています。

特長的な曲面で構成され包み込まれるような安心感を育む（ハイバック浴槽 ※8）

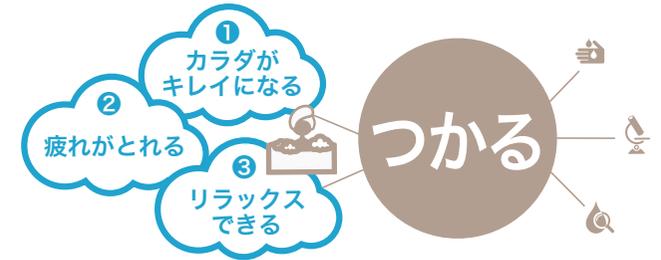
微細な泡が身体をやさしく温める（酸素美泡湯 ※9）

浴槽の進化はその形状だけではありません。お湯そのものに心地よさをプラスすることも可能になりました。約18マイクロメートルという微細な泡をお湯に加える機能（酸素美泡湯）は、ぬるめのお湯でも体をしっかり温め、肌をしっとり感を長続きさせます。同様に、静かさを保ちつつ20マイクロメートルという角質細胞の半分の大きさの微細な気泡がお湯とともに噴出する機能（マイクロバブル浴）はお肌をすっきりと洗い上げます。

微細な泡の心地よさ

肌がさすり上げられるような心地よい感覚（マイクロバブル浴 ※10）

# お風呂に一日の疲れを癒す メンテナンス機能をプラス。



お風呂は今や、体を清潔にする場であると同時にリラックスの場でもあります。温かなお湯につかると体の緊張がゆるみ、それに伴って気持ちも和らぎます。ストレスを抱える現代人にとって、心身ともに安らげるバスタイムは大切なひととき。言わば、心と体のメンテナンス時間なのです。ここでは入浴剤から浴槽機能まで、ストレス軽減や入浴時の快適性の向上を意識した“こだわり”をご紹介します。

“温泉を科学”、温泉由来の有効成分を入浴剤に配合<sup>※11</sup>し、疲労感、肩こり、腰痛などの症状を緩和

炭酸ガスを従来の3倍に増量したからだのパフォーマンスを整える入浴剤<sup>※12</sup>

現代人の  
悩みに対応

香水の調合と同じように、トップ、ミドル、ラストの香りを調整



ストレス症状としてよく耳にするのが、疲労感、肩こり、腰痛です。これらのケアに焦点を当てたのが、温泉由来の有効成分を配合し炭酸ガスが発生する発泡入浴剤。炭酸ガスは温浴効果を高め血管を拡張して血流を促し、新陳代謝を活性化。結果、現代人の悩みであるストレス症状の緩和につながります。新陳代謝アップのメカニズムはスポーツ後のリカバリーにも適用されており、これまでの3倍の炭酸ガスが発生する入浴剤は、トップアスリートがコンディショニングをサポートするものの一つとしても使われています。

ストレスの緩和は嗅覚からももたらされます。入浴剤の香りは、基本的に香水と同じ成分から成り、トップ、ミドル、ラストの構造を調整することで、香りを長持ちさせる工夫を凝らしています。夏に人気の爽快温浴系入浴剤<sup>※13</sup>は、爽快感の主成分のメントールがお湯に溶け込むよう成分をパウダー化したり、青色を持続させるために水道水の塩素を除去する成分を配合するなど、数々のこだわりによって作られています。

「入浴をより快適にする」という観点から、二つの機能をご紹介します。ひとつめは、人が浴槽に入ったことを感知して自動的に追っただきする機能（ごきげんオート）。人が入ると浴槽の湯は1℃下がります。その1℃の温度差を埋めるための気配り機能です。ふたつめは、追っただきの出力を弱めにする機能（マイルド追っただき）。お風呂の温度が設定温度に近い時、通常の追っただきでは熱さを感じてしまいます。そのストレスを生まないよう、温度差を感知して出力を調整します。また、好みの温度や流量を設定しておけば、吐水は洗面器約1杯分で自動ストップ。出し過ぎの無駄を省き、便利に使える機能（らくピタ水栓<sup>※16</sup>）など、いずれも、日本人らしい“気遣い”から生まれた機能です。

ワンタッチで洗面器  
約1杯分で自動ストップ  
（らくピタ水栓<sup>※16</sup>）

熱さを感じさせずに  
程よく追っただき  
（マイルド追っただき<sup>※15</sup>）

日本人らしい  
気配り機能

入浴中も自動的に適温をキープ  
（ごきげんオート<sup>※14</sup>）



# 入浴も、洗浄も 素肌へ最大限のケアを。

キレイになることは、お風呂の最大の目的のひとつです。お風呂において、かつては衛生的という意味であった“キレイになる”が、現代では“美”の意味合いを含み、単に清潔になるだけでなく、美しくなることを求められるようになりました。入浴しながら、洗浄しながら、肌や髪をよりキレイにすることはできないだろうか？日進月歩の研究が続けられています。

肌へのやさしさと、汚れ落ちの両立。  
洗うスキンケア（SPT：肌洗浄化技術※17）

角層の働きを損なわず、  
汚れや皮脂はしっかりと落とす



一步先行く  
洗うスキンケア

洗浄と聞いてまず浮かぶのは、やはり石けんではないでしょうか。長い歴史を持つ石けんですが、現在ではスキンケア化粧品にも使われる上質な植物原料を使用。その原料を何度も精製することで、軽く泡立てるだけでクリームのように濃密な泡立ちが可能になりました。また、昨今では、汚れ落ちのよさと肌へのやさしさの両立にこだわった新しい洗浄技術「SPT：肌洗浄化技術」により、洗いながらにしてスキンケアができる洗浄料が誕生しました。まさに一步上を行く“洗浄”です。

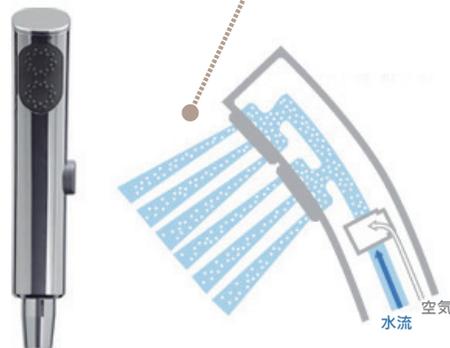


何度も精製、余計なものは徹底的に取り除くことで、クリームみたいな泡※18を生み出す



キメ細やかで  
濃密な泡

泡のシャワーで皮脂汚れをやさしく落とす  
（エステケアシャワー※20）

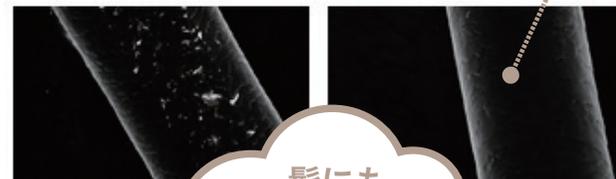


水そのものの性質を活かしたケアにも注目です。軟水と硬水という言葉をご存知でしょうか。硬度の高い水、つまり硬水で石けんを使うと、石けんカスが多く発生。石けんカスが肌に残ると新たな皮脂膜の生成を遅らせます。硬度の低い水、つまり軟水の場合は石けんカスがつきにくく、肌は新たな皮脂膜をスムーズに生成。つっぱらず、うるおいのある肌を保ちます（軟水器）。

髪石けんカスがつきにくく、しっとり。  
指通りもなめらかに（軟水器※19）

●水道水 + 石けん

●軟水 + 石けん



髪にも  
素肌にもやさしく

シャワーにもキレイをプラスする工夫があります。シャワーの水に空気を含ませて「マイクロバブル」を発生。微細な気泡が皮脂汚れを吸着し、洗い流します（エステケアシャワー）。“美人機能”の名にふさわしいシャワーです。

# リラックスする、楽しむ、お風呂空間の創造。

「お風呂をもっと楽しめる空間にできないか？」そんなこだわりから、これまでもさまざまなアイデアを形にしてきました。技術の向上によって、よりクオリティの高いAV機器の設置が可能になり、より美しくより繊細な照明が生まれました。時にはエンターテイメントの場に、時には<sup>めいそう</sup>瞑想の場に。お風呂空間にさらなる付加価値を。ワンランク上のお風呂空間の提案です。

気分や目的で照明色をシームレスに切替える  
(フラットライン LED 照明<調色> ※21)



大型テレビやデジタルサウンドでプライベートリビングのようなくつろぎ空間に (アクアシアター ※22)



五感入浴を楽しむ

気分やシチュエーションに合わせてあかりを変えられることができる、調光タイプの照明が増えています。ムードの演出はもちろん、クレンジングやシェービングをしやすくするために明るさもしっかり保つなど、実用面への配慮も忘れていません。スムーズでシームレスなひかりの変化には、電気メーカーの高い技術が隠されています (フラットライン LED 照明<調色>)。映像や音楽といったエンターテイメントは、今やお風呂でも欠かせないものになりました。埋め込み式のテレビは一層大型化し、テレビやスマートフォンにつながるフルデジタルサウンドシステムの設置も可能になりました。“単に観る、聴く” から、“本格的に観る、聴く” “空間へ、時代は移りつつあります (アクアシアター)。

季節で、好みで浴室を彩る、さまざまなカラーのグッズで演出 (Afternoon Tea ※23 Cocoonist ※24)



色やカタチで飾って楽しむ



空間全体の演出



バスルームから洗面室、内装まで空間の美しさを際立たせ、五感による居心地のよさを追求 (Ofloora ※25)

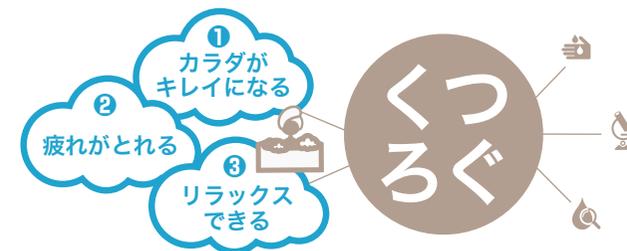
脱衣所や洗面室にまで及ぶデザインの統一も、付加価値のひとつと言えます。例えば、脱衣所の収納棚とおそろいの木目を浴室のドアに持ってくるなど、トータルコーディネートすることで空間の一体感を生み出します (Ofloora)。



自分好みのバスグッズを揃えるのは、お風呂空間を楽しむ一番身近な方法です。女性に人気の高いバスグッズは、花柄やピンクものが多く、最近は香りにこだわる人が多いこともわかっています。綿密なマーケティングとパイヤーの審美眼によって選ばれた品々は、日々のバスライフを楽しく演出しています (Afternoon Tea, Cocoonist)。



# 良質な睡眠へ誘う 浴後のリラックスタイムを創造



風呂文化研究会では、浴後も入浴の一環であり、一日の終着点である睡眠のことも考えています。人間の体は体温がガクッと下がると眠くなる性質をもっています。つまり、お風呂で体を温めることで、浴後に心地よい眠気を感じることができるのです。入浴のくつろぎは良質な睡眠に続き、さらには心身の健康につながります。より良い浴後をお過ごしいただくためのヒントをご紹介します。



## 入浴剤で良質な睡眠への 環境づくり

入浴剤は良質な眠りを得ることも考えて開発されています。一般的に、人は体温の変化（＝体温が下がると）があると、眠気をもよおすといわれています。入浴剤で温浴効果が高めることでからだが温まり、同時に血管を拡張します。その結果、浴後スムーズに体温が下がることで、心地よい眠りへと導かれます。また香りによるリラックス効果も睡眠へ誘います。

## 肌触り、軽さ、薄さ、吸水性など 進化をつづけるタオル素材 ※26



ワッフル



マシュマロガーゼ



極薄バイル



マシュマロタッチ

## 浴後の ここちよさ

タオルは浴後の肌に最初に触れるのもの。自分好みのタオルを見つけることで、浴後の快適性がぐっと増します。タオルは素材や織り、加工によって、柔らかさや肌触りが大きく変わります。季節によって使い分けるのもよいでしょう。

また、タオルで水分を拭いた後、すぐにパジャマを着ていませんか？実は、保湿・保温の観点から考えると、浴後はしばらくの間バスローブを羽織るのがおすすめです。浴後の肌は非常に乾燥しやすく、何もしないとどんどん水分が失われます。バスローブはフタの役目となって水分の蒸発を防ぐうえ、二次発汗の水分を活かして保湿につなげます。

## からだを拭くタオルから まとうタオルへ



バスローブは重いものとお感じの方も多いかも知れません。しかし、日本のタオルメーカーからは“薄さと軽さ”にこだわったバスローブが多数出ています。濡れたままバスローブを羽織る欧米の人と違って、浴後にタオルを使う習慣のある私たちには薄くて軽いバスローブがぴったりなのです。



## バスローブ による浴後の癒し

ニッポンのお風呂は、見えない細部に至るまで  
こだわりと高度な技術と知見が集積した  
創造的な空間です。

疲れがとれる、リラックスできる、カラダがキレイになる。

三つの要素をさらに五つのシチュエーションに分けて、メンバーの“こだわり”をまとめてみました。  
いかがでしたでしょうか？

日本のお風呂がもはやお湯を溜めるだけの場所ではなく、高度な技術と知見が集結した創造的な空間であることを  
おわかりいただけただけなのではないでしょうか。

ここまでのこだわりを持ってお風呂を作っているのは、世界を見てもおそらく日本だけです。

毎日お風呂に入るという習慣はもちろん、今回ご紹介した全てを含む風呂空間そのものが、  
日本独自の文化なのではないか。ディスカッションを重ねていくうちに、そんな考えがもたげてきました。

わたしたち風呂文化研究会は、  
これからもニッポンのお風呂について考えてつづけてまいります。

風呂文化研究会 一同

# 注釈一覧

## ※1 「エアイン技術」(TOTO)

水に効果的に空気を含ませることで水の一粒子一粒を大粒化し、浴び心地と節水を両立させる技術

## ※2 「ジャイロストリーム」(TOTO)

2種類の吐水ノズルの回転によって水流の刺激を広範囲に作用させる技術

## ※3 「アクアフィール」(LIXIL)

首から肩にかけてやさしいお湯をまとうような新感覚の肩湯

## ※4 「アクアタワー」(LIXIL)

エコフルシャワーの技術を応用した吐水を持つ打たせ湯

## ※5 「クレイドル浴槽」(TOTO)

ゆりかごに包まれるような新感覚の浴槽

## ※6 「フルワイド浴槽」(LIXIL)

円弧を特長としたフランジラインに沿うようにベンチを設けた浴槽

## ※7 「リクライニング浴槽」(LIXIL)

寝湯に近い姿勢で浮遊感と脱力感を楽しめる浴槽

## ※8 「ハイバック浴槽」(LIXIL)

特長的な曲面で構成され、包み込まれるような安心感を育む浴槽

## ※9 「酸素美泡湯」(パナソニック)

入浴剤などを使わず、お湯に酸素を含んだミクロの泡を加える機能

## ※10 「マイクロバブル浴」(ノーリツ)

20マイクロメートルという微細な気泡がお湯とともに噴出する機能

## ※11 「きぎ湯」(バスクリン)

ブリケット剤型に温泉由来の有効成分を凝縮配合した炭酸ガス系入浴剤

## ※12 「きぎ湯 FINE HEAT」(バスクリン)

約3倍※の炭酸ガス量、有効成分「ジンジャー末」を増量配合した炭酸ガス系入浴剤

※きぎ湯 食塩炭酸湯比

## ※13 「バスクリン COOL」(バスクリン)

夏特有の体・肌・気分の不快感を緩和する爽快温浴入浴剤

## ※14 「さきげんオート」(ノーリツ)

人が浴槽に入ったら自動的に温め直してくれる機能

## ※15 「マイルド追いだき」(ノーリツ)

追いだきの出力を弱めてマイルドにする機能

## ※16 「らくピタ水栓」(パナソニック)

ワンタッチで簡単操作できる省エネに配慮した電子水栓

## ※17 「肌清浄化技術 SPT」(花王)

花王が独自に開発した、新しい洗浄技術。洗浄成分が肌(角層)に浸透しにくいので、肌ほとんど負担をかけずに汚れを落とすことができる

## ※18 「クリームみたいな石けん」(花王)

120年の歴史を持つ、植物原料を使用した「キメ」「のび」「もち」に違いが実感できる泡を生み出す石けん

## ※19 「軟水器」(ノーリツ)

水道水に含まれる水の硬度を限りなくゼロに近づける機器

## ※20 「エステケアシャワー」(パナソニック)

シャワーの水に空気を含ませて「マイクロバブル」を発生させるシャワーヘッド

## ※21 「フラットライン LED 照明(調光)」(パナソニック)

天井にフラットにおさまるライン状のLED照明

## ※22 「アクアシアター」(LIXIL)

臨場感のある映像と天井から降りそそぐサウンドが楽しめる32型ワイドのお風呂テレビ

## ※23 「Afternoon Tea」(サザビーリーグ)

「spice of a day」をコンセプトとしたライフスタイルブランド

## ※24 「Cocoonist」(サザビーリーグ)

「Relax & Happiness」をコンセプトとしたライフスタイルブランド

## ※25 「Oflo」(パナソニック)

「美しくなる」をコンセプトとしたシステムバス

## ※26 「進化をつづけるタオル素材」(内野)

「素材」や「用途」という境界線を取り払い、カラダやココロがよるこぶもの、触感に響くものを「タオル」と定義付け、美しく、健康で、心地よいタオルのあるライフスタイルを提案

# 風呂文化研究会

代表：東京ガス株式会社

会員：内野株式会社

大阪ガス株式会社

花王株式会社

株式会社サザビーリーグ

TOTO 株式会社

株式会社ノーリツ

株式会社バスクリン

パナソニック株式会社

株式会社 LIXIL

風呂文化研究会 WEB サイト

<http://www.toshiken.com/bath/>

2015年3月発行

本資料「風呂文化研究会が考えるニッポンのお風呂」の文章、写真、イラストなどの著作権は風呂文化研究会または、その情報提供者に帰属します。無断転載、再配信等は一切お断りします。