

サウナとウェルビーイング

# Sauna & Well-being

～日本とフィンランドのサウナをめぐって～

11.18 2022  
Fri  
18:00-19:30

参加無料

- ◆ Zoomでご参加いただくオンラインイベントです。
- ◆ お申込みの方には開催後に録画を限定公開しますので、当日都合がつかない方もお気軽にお申込み下さい。

HARVIA  
Sauna & Spa

HARVIA仙台ショールーム  
からライブ配信！

Photo: kobayashi ayana

世界幸福度ランキング5年連続1位のフィンランド。独自の慣習や理念が浸透し心地の良い暮らしを送ることができる環境は、暮らし方や働き方を見つめ直す機会が増える中でますます注目を集めています。そのフィンランド人の暮らしに欠かせないのが、ユネスコ無形文化遺産にも登録されているサウナ。今回はフィンランド在住のサウナ文化研究家 こばやしあやな氏を講師にお迎えし、サウナとウェルビーイングについてお話いただきます。ぜひこの機会にサウナを通じたフィンランドのライフスタイルの魅力に触れてみませんか？ 皆様のご参加をお待ちしております。

## 第1部 | SAUNAとWell-being

フィンランド人の生活に根付いているサウナの文化や価値、暮らしへの取り入れ方などをお伝えします。

## 第2部 | 日本とフィンランドのサウナをめぐって

垣野義典氏と石井敏氏を交えて、進化を続けるサウナの今とこれからについてクロストークを繰り広げます。

### こんな方におすすめです／

- ✓ フィンランドのライフスタイルやサウナに関心がある方
- ✓ ウェルビーイングな暮らしに関心がある方 等

### 講師・パネリスト



#### こばやし あやな 氏

フィンランド在住コーディネーター／サウナ文化研究家

2011年にフィンランドへ移住。ユヴァスキュラ大学人文学部で芸術教育学を学ぶ。「フィンランド公衆サウナの歴史と意義」というテーマで執筆した修士論文がフィンランド国内で話題となり、2016年に同大学院修士課程を首席で修了。コーディネイト業務を続ける傍ら、サウナ文化のエキスパートとして日フィン両国のメディア出演や講演活動、諸外国の浴場文化のフィールドワークを続けている。



#### 垣野 義典 氏

東京理科大学理工学部建築学科 教授

東京理科大学大学院および東京大学大学院で学んだ後、東京理科大学理工学部建築学科助教を経てフィンランド・アールト大学（旧ヘルシンキ工科大学）客員研究員、豊橋 技術科学大学建築・都市システム学系准教授、オランダ・デルフト工科大学客員研究員等を歴任し、2022年より現職。建築計画を研究テーマとした北欧での海外調査実績あり。

モデレーター：石井 敏 氏

東北工業大学副学長／北欧デザイン研究所長

グラフィック  
レコーダー：石橋 智晴 氏 一般社団法人かたりすと 理事

詳細・お申込みはこちらから！

主 催 / 公益財団法人仙台市産業振興事業団  
仙台フィンランド健康福祉センター事業創成国際館  
東北工業大学北欧デザイン研究所  
後 援 / フィンランド大使館  
協 力 / HARVIA仙台ショールーム



お  
問  
合  
せ

仙台フィンランド健康福祉センター事業創成国際館  
☎ 022-303-2666  
✉ rdunit@sendai.fwbc.jp  
仙台市青葉区水の森3丁目24-1  
[https://sendai.fwbc.jp/service/seminar\\_intl/](https://sendai.fwbc.jp/service/seminar_intl/)

