

After

好きなことを仕事にすると大変？ 銭湯・サウナライターになってみた本音

2025年の春頃。AIが台頭して「ライターの仕事はなくなる」「記事を書く人間はいらない」という言葉をこれでもかというくらい耳にしました。

ライターを生業にしている自分も、もしかして淘汰される！？では、今後どうすれば...？ そのときに思い浮かんだのが「好きなことを仕事にする」というフレーズです。

私は5年ほど前から、パートナーの趣味に付き合う形で銭湯やサウナに通い始めました。「お風呂はいいな」くらいの気持ちだったのですが、気づいたら訪問済みの施設は100、200とどんどん増えていき、今では約300件になりました。

せっかくここまでたくさんの施設に足を運んだのだから、仕事にできるのでは...？ AIも出てきたことだし、挑戦してみる価値はあるかも。

そう思いたち、去年から銭湯やサウナの取材記事を書き始めました。やってみたら、良かったことしかないです！ 今日はその話をしようと思います。

お風呂に入るときの解像度が格段に上がった

プライベートで銭湯やサウナに行っていた頃は、「温かくて気持ちいいな」程度の解像度しか持ち合わせていませんでした。

でも、記事を書くとなると話は別。「温かくて気持ちいい」なんて、すべての施設に言えることですから！ なぜ気持ちよかったのか、この施設の特徴はなんなのかを言語化する必要があります。

温泉やサウナについてもっと知るために、「温泉ソムリエ」「サウナ・スパ・健康アドバイザー」などの資格をとりました。

たとえば、温泉には8種類の分類があって、pH値が高いとアルカリ性の「美肌の湯」として知られています。逆にpH値が低い硫黄泉は独特の匂いがありますが、皮膚などの殺菌効果が期待できます。

記事を書くようになってからは、プライベートで銭湯に行く時も、「ここはどんな泉質なんだろう」「この施設ならではの魅力はなんだろう」と観察しながら入るようになりました。

たとえば、常連さんたちの活気や、サウナ室に立ち込めるアロマ水のいい香り、こまめに掃除をしてくれるスタッフさんの様子など、現地でしか得られない情報はさまざま。

趣味を仕事にしたことで、今までよりも五感を研ぎ澄ませて楽しめるようになったと感じています。

オーナーさんの話が聞けて、施設がもっと好きになった

取材の醍醐味といえば、人の話を聞けること！

個人で銭湯やサウナに行く分には、オーナーさんとじっくり話す機会はほとんどありません。せいぜい受付での事務的なやり取りだけです。でも取材となると、「この施設のこだわりは？」「苦労したことは？」「最近力を入れていることは？」と、いろんなことを聞けます。

特に印象に残っているのが、[品川区にある「宮城湯」さんの取材](#)。プライベートでも30回ほど通ったことがあるくらい大好きな銭湯です。取材ではオーナーさんのお話を直接聞けて、さらに好きになりました。

オーナーさんは私よりも少し年上の方。お話するうちに、サウナブームにあわせてマットやタオルを袋に入れて配ったり、休憩用の椅子を増やしたりと、新しい取り組みを始めたことがわかりました。また、常連さんのちょっとした困った行動にも丁寧にコミュニケーションをとっていて、本当に真摯に取り組んでいました。

「ああ、やっぱりここが好きだったのは、間違いじゃなかったんだ」と改めて思えて、嬉しかったです。

業界で頑張っている人、こだわりを持っている人の話を聞けるのは、取材ならではの体験だと感じています。

取材では、プライベートでは起こりえないことが実現する

「趣味でサウナを楽しむ個人」から「メディア関係者」になったら、プライベートでは経験できないことも起きました。

たとえば、BS朝日のサウナ番組「サウナを愛でたい」とのコラボイベントに、ライターとして参加したときのこと。

音楽クリエイターでありサウナ愛好家のヒヤダインさんや、「ととのう」という言葉の生みの親である“濡れ頭巾ちゃん”(サウナ好きなら皆知っている有名人です)にお目見えできて感無量でした。

また、サウナブームの火付け役となった漫画家、タナカカツキさんがプロデュースした施設のプレオープンにも参加しました。現地を訪れたら、なんとタナカカツキさんご本人がいらっしやって、プチ興奮したことは忘れられません！

ライターになってからは「個人的にサウナに入っているだけでは、到底できない体験」が圧倒的に増えています。

「好きなことを仕事にすると辛い」は本当？

よく「好きなことを仕事にすると、好きじゃなくなる」と言われます。正直、私もそれを心配していました。

でも実際には、今のところそういう感覚はありません。毎日取材があるわけではなく、月に数えるほどのペースだからかもしれません。

好きなことが「やりたい」から「やらなくちゃいけない」に変わってしまうと、辛くなるのだと思います。

私の経験上、好きなジャンルの取材は、本当に良いことしかありません！仕事でサウナに入ってよさを再確認して、そのうえオーナーさんのお話を聞けて「やっぱり推せる！」と確信できる瞬間、たまらないですよ。今のところは、引き続きこの仕事を続けていきたいなと思っています。