

PRESS RELEASE

報道関係各位

2026年3月5日

ニフティライフスタイル株式会社

<https://niftylifestyle.co.jp/>

「ニフティ温泉 サウナランキング 2026」結果発表！
～全国1位は“日本最大級の高低差”を誇るタワーサウナが話題のあの施設！～

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/>



ニフティライフスタイル株式会社（本社：東京都中野区、代表取締役社長：成田 隆志）が運営する「ニフティ温泉」は、掲載された全国6,695件（2026年1月31日時点）のサウナ室を有する温泉・温浴施設からユーザーの投票で選ばれた「ニフティ温泉 サウナランキング 2026」を発表いたしました。

■ニフティ温泉 サウナランキングとは

おふろ好きが集まる「ニフティ温泉」のユーザーの投票に基づき、年に一度発表しているサウナに特化したランキングです。

本ランキングでは、サウナ・水風呂の温度設定や動線などの設備のスペックの他、外気浴

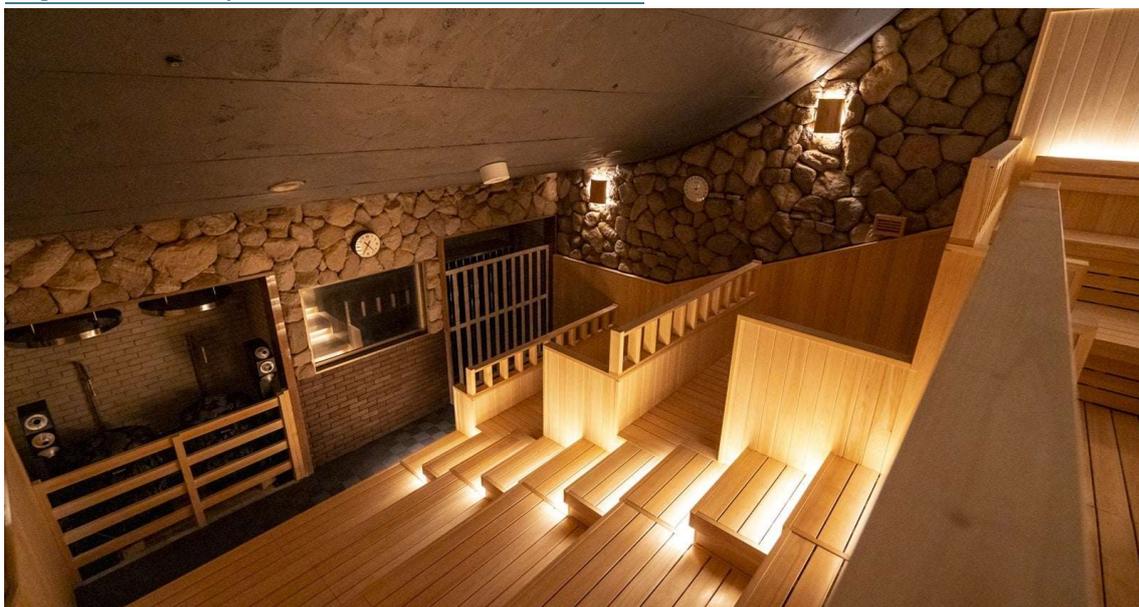
エリアの環境、さらには入浴後のリラックススペースの充実度まで、実際に施設を訪れた利用者による多角的な視点での評価が反映されています。

サウナ愛好家の方はもちろん、これからサウナを楽しみたい方にとっても、自分に合った施設選びのひと助けとなるような情報提供を目的としています。

■ランキング結果【全国】

1位：SPA&ごはん ゆるうむ / 茨城県水戸市

<https://onsen.nifty.com/mito-onsen/onsen018294/>



高低差日本最大級のタワーサウナ

メインとなるタワーサウナは男性8段、女湯7段という高低差。個性豊かな4種のサウナに加え、3つの水風呂を完備。広々とした外気浴スペースで心も体も深くととのう、極上のサウナ体験が味わえます。

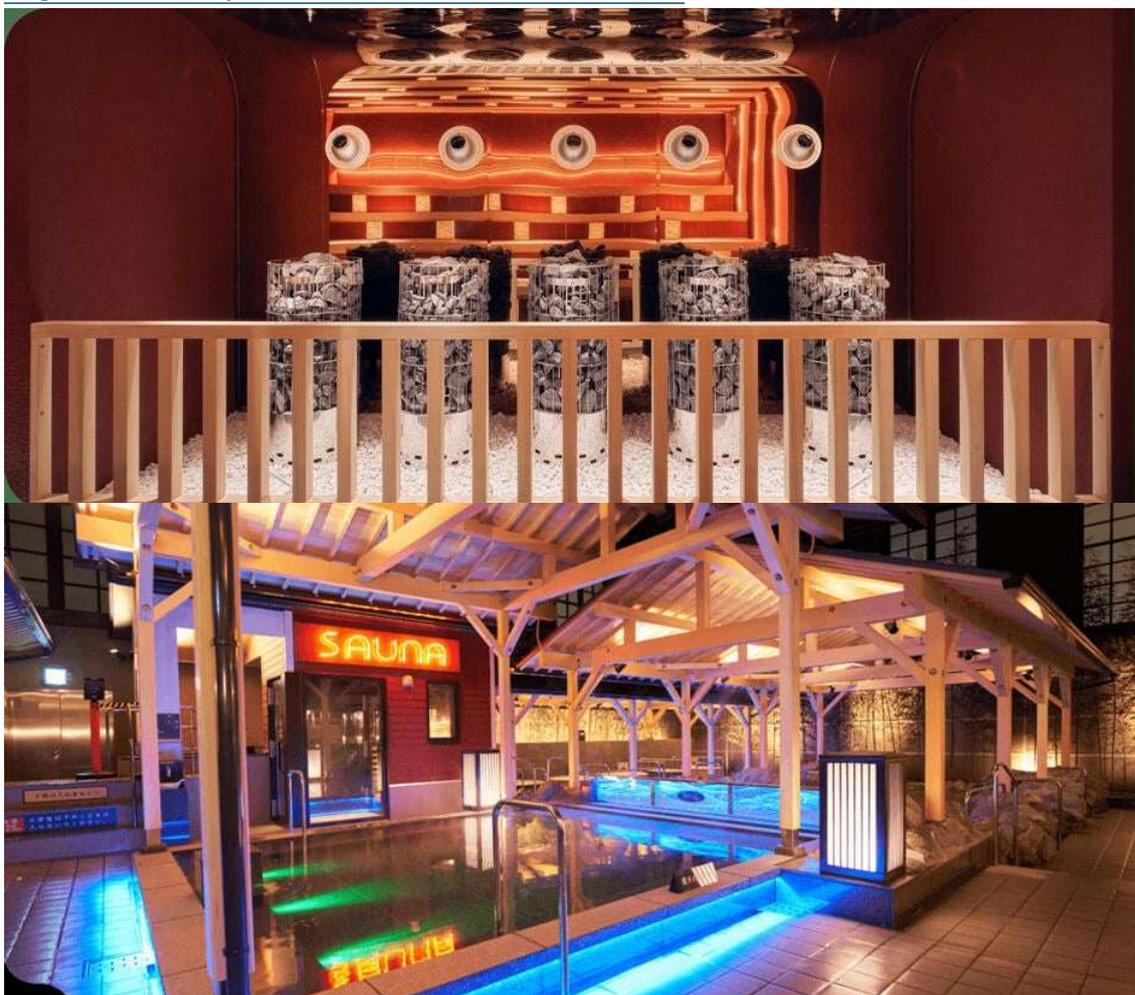
「SPA&ごはん ゆるうむ」利用者の口コミ

- タワーサウナでのロウリュイベントや館長のシンキングボウルなどイベントが豊富で本当に大好きな施設です
- サウナと水風呂、整い施設が充実していてサウナ好きにはたまらない施設です。サウナ好きでなくても、ハンモックで漫画を読んだりして、十分楽しめます。

他の口コミは[こちら](#)

2位：スパメッツァおおたか 竜泉寺の湯 / 千葉県流山市

<https://onsen.nifty.com/kashiwa-onsen/onsen017050/>



個性際立つサウナや水風呂に厚い支持

5台のストーブによる強烈熱波「ドラゴンロウリュ」や立ったまま入れる深水風呂、ゆとりある外気浴スペースなど、快適でハイクラスなサウナ浴が体験できます。

「スパメッツァおおたか 竜泉寺の湯」利用者の口コミ

- お風呂とサウナに関しては『あつ湯』もあり、ドラゴンサウナや水風呂もシングルもあったりとかなり高評価。

- 月に一度の在宅ワークの日は9時前までに入って、早割を利用してコワーキングスペースとして利用しています。だいたい8時間ほど滞在していますがコスパ最強です！
その他口コミは[こちら](#)

3位：林檎の湯屋おぶ~/ 長野県松本市

<https://onsen.nifty.com/matsumoto-onsen/onsen006148/>



極上のナノ水と、多彩なサウナ

男女それぞれのニーズに合わせたサウナが用意され、女性エリアには美肌が期待できる「うるおいサウナ」も完備。アルプスの伏流水が注がれた「備長炭水風呂」も魅力。

「林檎の湯屋おぶ〜」利用者の口コミ

- おぶ〜は何度も来ていますが、やっぱりアウフグースイベントの日が一番楽しい！
- 青い彗星さんの回は毎回満員なのも納得のクオリティ。タオルの風が柔らかくて長く入っていられるので、しっかり汗をかけます。イベント後の外気浴スペースはまさに天国。
- ゆっくり出来て、ゆったりとした時間が過ごせます。岩盤浴が最高です。その他にロウリュサウナ、セルフロウリュサウナ、うるおいサウナ、よもぎ蒸しなど、サウナ系が充実してますよ。うるおいサウナには、塩と泥パックもありました。他のスーパー銭湯では体験できない満足度でした。

その他口コミは[こちら](#)

▼4位以下のランキング詳細はこちら

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/>

▼エリア別のランキング詳細はこちら

北海道・東北エリア Top5

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/hokkaido-tohoku/>

関東エリア Top5

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/kanto/>

北陸・甲信越エリア Top5

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/hokuriku-koshinetsu/>

東海エリア Top5

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/tokai/>

関西エリア Top5

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/kansai/>

中国・四国エリア Top5

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/chugoku-shikoku/>

九州・沖縄エリア Top5

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/kyushu-okinawa/>

■ ランキング結果【部門別】

ニューオープン部門

1位：YUBUNE SAUNA PARK ～はにゅうの湯～/ 埼玉県羽生市

<https://onsen.nifty.com/okegawa-onsen/onsen024652/>



爆風と音楽が楽しめる最新エンタメサウナ

男女共用の屋外サウナと銭湯の融合を目指したニュータイプの温浴施設。リーズナブルな料金で遊び心いっぱいのサウナを中心とした充実の温浴タイムが過ごせます。

「YUBUNE SAUNA PARK ～はにゅうの湯～」利用者の口コミ

- 内風呂&露天は男女別で、この日はチョコレートや漢方の代わり湯をやっててよかったです。オートロウリュウのミュージックサウナもあり楽しく満喫しました

▼2位以下のランキング詳細はこちら

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/department/newopen-sauna.html>

初心者におすすめの施設部門

1位：竜泉寺の湯 草加谷塚店/ 埼玉県草加市

<https://onsen.nifty.com/souka-onsen/onsen012366/>



強烈バズーカと外気浴で最高にととのう

初心者も安心のタワー型サウナ。下段なら熱すぎず自分好みの温度で楽しめます。女性には息苦しさを感じにくい「アロマソルトサウナ」もおすすめ。名物の炭酸泉と合わせ、無理なく心身を解きほぐせます。

「竜泉寺の湯 草加谷塚店」利用者の口コミ

- 岩盤浴、温泉、サウナ、総合的に満足できる施設です。
- 特に外にあるサウナの後の水風呂は頭まで潜れるのでサイコーに気持ちいいです。

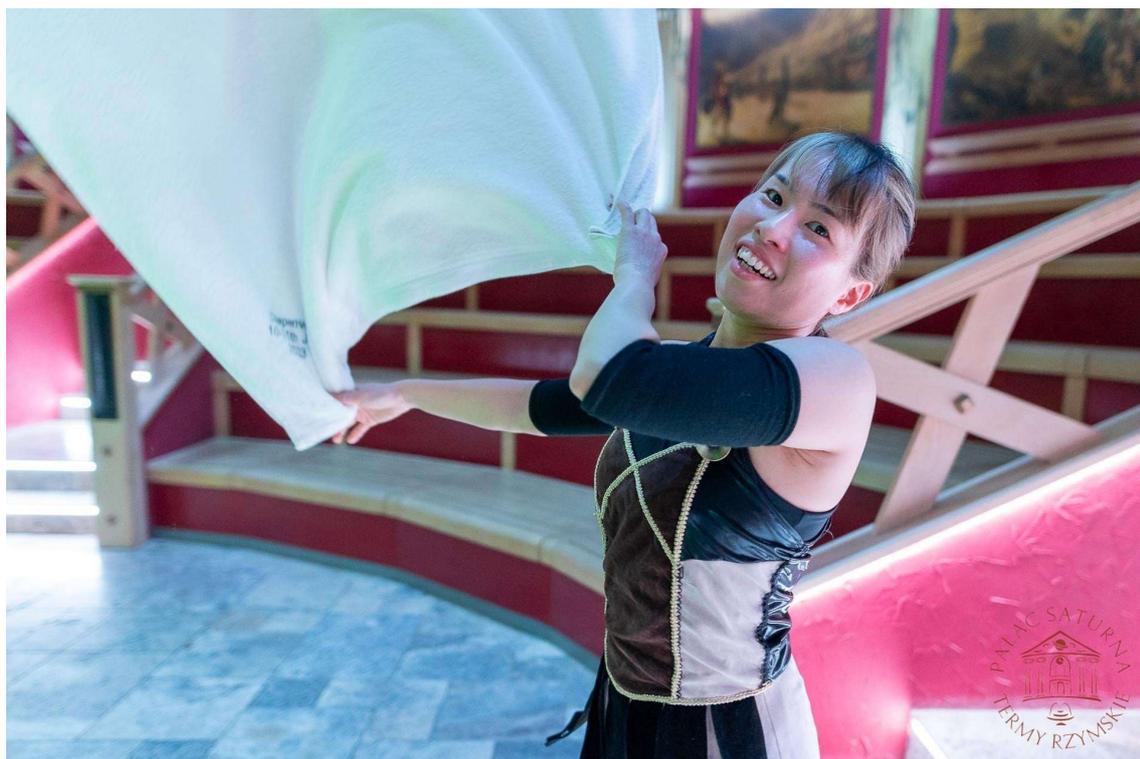
▼2位以下のランキング詳細はこちら

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/department/beginner-sauna.html>

特別調査：人気の熱波師部門

近年のサウナブームは、施設スペックのみならず、熱波師による「アフグース（サウナ室での熱波サービス）」の体験価値を重視する傾向が強まっています。本調査では、独自のスタイルや卓越した技術でファンを魅了する熱波師をユーザー投票をもとにランキング化しました。

1位：五塔 熱子（ごとう ねつこ）さん



特徴

2011年、神奈川県にて熱波師としての活動をはじめ、2017年本場ドイツにてアフグースを体験し、その風と空間創りに感銘を受け、全国の温浴施設にてアフグースを伝道するサウナマスター。サウナで元気に！アフグースで笑顔に！を体現し、参加された皆様の心が晴れやかになれるような優しく大きな風と香りを届けてくれます。時には涙する方も。日頃のお疲れを全て昇華させられる世界屈指の風で癒しの空間を創造するスペシャリストです。

2位：鮭山 未菜美（しゃげやまみなみ）さん



特徴

世界を沸かせた技と笑顔で、最高の多幸感を呼ぶ熱波師。

日本人唯一の4年連続世界大会出場、入賞の快挙を成し遂げた、予約困難な超人気熱波師。抜群の運動量から繰り出す華麗な風と、場を一瞬で明るくする圧倒的な存在感で、至福の熱狂体験を創り出します。

3位：箸休めサトシ（はしやすめさとし）さん



特徴

笑いとお湯を操る、演劇型サウナのパイオニア

現役芸人の話術と演技力を武器に、物語仕立ての「シアターアウフグース」を日本に浸透させた第一人者。世界大会出場の実績を誇る、笑いとお湯の融合のスペシャリストです。

▼4位～10位の人気お湯師ランキング詳細はこちら

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/department/aufgusser.html>

▼他部門の詳細はこちら

サ飯がおいしい施設部門

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/department/meal-sauna.html>

本格サウナが楽しめる施設部門

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/department/authentic-sauna.html>

サウナランキング 2026 公開記念！X フォロー&リポストキャンペーン開催予定

ニフティ温泉サウナランキング 2026 の公開を記念して、X にてフォロー&リポストキャンペーンを開催予定です。

#サウナランキング2026開催記念 Xフォロー&リポストキャンペーン

全3回開催! 抽選で合計150名様に

選べるe-GIFT

PayPay amazon

500円分をプレゼント!

ニフティ温泉

開催期間	第1弾	第2弾	第3弾
	2026年3月5日～2026年3月11日まで	2026年3月12日～2026年3月18日まで	2026年3月19日～2026年3月25日まで

※PayPayマネーライト・Amazonギフトカードから選択できます。 ※当選連絡は各キャンペーン終了後、XのDMでご連絡します。

キャンペーン概要

キャンペーン期間中にニフティ温泉のX公式アカウント([@niftyonsen](#))をフォローし、対象のキャンペーン投稿をリポストした方の中から抽選で合計150名様に選べるe-GIFT500円分をプレゼントいたします。

キャンペーン期間

第1弾：2026年3月5日(木)～3月11日(水)23:59まで

第2弾：2026年3月12日(木)～3月18日(水)23:59まで

第3弾：2026年3月19日(木)～3月25日(水)23:59まで

※各キャンペーンの開始は、Xのキャンペーン投稿時間となります。

※第1弾は夕方頃、第2弾・第3弾は11時頃の投稿を予定しております。

賞品・当選人数

賞品：選べるe-GIFT500円分

選べるe-GIFTより「PayPayマネーライト」「Amazonギフトカード」をお選びいただけます。選べるe-GIFTについてはこちらをご確認ください

当選人数：合計150名様(第1弾～第3弾の各キャンペーンごと、抽選で50名様)

キャンペーンページ

<https://onsen.nifty.com/rank/sauna/campaign/>

応募方法



調査概要

■ ランキング名

ニフティ温泉 サウナランキング 2026

■ 調査方法

インターネットによる調査

① 全国人気サウナランキング/エリア別人気サウナランキング

「ニフティ温泉」掲載施設のうち、サウナ設備のある施設 6,695 件（2026 年 1 月 31 日時点）の中からユーザー投票（投票パーツ「サウナがいい」）の投票数をもとに集計（総投票数：32,785 票）

調査期間：2025 年 2 月 1 日～2026 年 1 月 31 日

② ニューオープン部門

「ニフティ温泉」掲載施設うち、ニューオープン施設 143 件（※2025 年 1 月 1 日～12 月 31 日にオープンした施設が対象）の中からアクセス数をもとに集計

調査期間：2026 年 1 月 1 日～2026 年 1 月 31 日

③ 部門別（ニューオープン部門/初心者におすすめの施設部門/サ飯がおいしい施設部門/本格サウナが楽しめる部門/熱波師部門）

「ニフティ温泉」会員のアンケート投票（投票数 1,035 件）をもとに集計

調査期間：2026 年 1 月 30 日～2026 年 2 月 8 日

■「ニフティ温泉」について

●お風呂好きが集まる温泉、スパの総合情報メディア（※）

<https://onsen.nifty.com/>

全国約 22,000 件（2026 年 2 月 28 日時点）の温浴施設をまとめて検索できる温泉・スパ情報の専門サイト。日帰り温泉、スーパー銭湯から温泉宿まで全国幅広く温浴情報を掲載しています。

毎年 12 月には「ニフティ温泉 年間ランキング（<https://onsen.nifty.com/rank/year/>）」を
発表しており、2019 年からは 10 万人を超える温泉ファンが投票を行っております。

※温浴施設を月 1 回以上利用するユーザー：75%

ニフティ温泉お客様アンケート結果による（2025 年 3 月調査 有効回答数：2,819 件）

●お得で便利な「ニフティ温泉アプリ」がリニューアル！

<https://onsen.nifty.com/app/>

地図検索やこだわり検索条件を大幅強化し「探しやすさ」を追求。アプリ限定クーポンも登場し、よりお得で便利なアプリになりました！

※製品名、サービス名などは一般に各社の商標または登録商標です。

※内容は発表日現在のものです。予告なしに変更されることがあります。

■本件に関する報道関係者からのお問い合わせ先

ニフティライフスタイル株式会社 担当：川名・市川

<https://forms.gle/ppWdeE9EmP7SBdBf9>

TEL：03-6807-4538