

詳細費用算出



初期費用

用具	単価(円)	個数/駅	駅	総額(円)
バレルサウナ	300,000	4	4	4,800,000
サウナストーブ(電気)	300,000	4	4	4,800,000
ベンチ	50,000	8	4	1,600,000
椅子	10,000	8	4	320,000
ベッド	10,000	2	4	320,000
ヒノキぶろ	341,000	2	4	2,728,000
濾過	600,000	4	4	4,800,000
冷却	200,000	2	4	1,600,000
シャワー	5,000	4	4	80,000
東屋	500,000	2	4	4,000,000
ロッカー	102,000	2	4	816,000
ipad	100,000	1	4	400,000
着替えテント	5,000	4	4	80,000
雑費	300,000	1	4	1,200,000
管理用物品	50,000	1	4	200,000
フェンス	500,000	1	4	2,000,000

合計 29,744,00 円 - 補助金 19,829,333 円 = 必要初期費用 9,914,667 円

サウナ運用費

・電気代

6人用バレルサウナ1サイクル(1.5時間)の電気代: 260円
(参考: 有限会社光陽産業)

4サイクル: 1,040円

1駅(バレルサウナ4基)あたり: 4,160円

全駅(4駅)の1日費用: 16,640円

・人件費: 1500円/h

稼働時間 24時間(6時間×4駅)

全駅の1日当たりの人件費: 36,000円

・水道代

1駅あたりの1か月使用量: 80m³

1駅あたりの1か月(10日)費用: 14713円

1駅あたりの1日費用: 1471.3円

全駅(4駅)の1日費用: 5885.2円

・広告代: 1,000,000円

1年(120日間)でかかる運用費

電気代 水道代 人件費 広告費 合計
年間運用費用: ¥1,996,800 + ¥706,224 + ¥4,320,000 + ¥1,000,000 = ¥8,023,024

見込み利用者数

サウナ利用者(観光) サウナ利用者(地元) サウナ設置駅数 駅サウナ利用者数
1日当たりの駅サウナ利用人数: (15人/日/1駅 + 30人/日/1駅) × 4駅 = 180人/日

サウナ料金(5年間で初期費用回収)

補助金込み初期費用 運用費 見込み人数/日 運用日数
最低金額: (¥9,914,667 + ¥8,023,024 × 5年間) ÷ (180人 × 120日 × 5年) = 463円 ⇒ サウナ利用料金: 600円/1人

駅サウナの年間売上

フリー切符料金 サウナ利用観光客数 年間運用日数 サウナ設置駅数
年間切符売上: ¥2,390 × 15人/日 × 120日 × 4駅 = 17,208,000円/年

サウナ利用料金 年間サウナ利用者数 サウナ運用日数
年間サウナ売上: ¥600 × 180人/年 × 120日/年 = 12,960,000円/年

駅サウナ年間売上: 17,208,000円/年 + 12,960,000円/年 = 30,168,000円/年

サウナと鉄道が合わさることで生まれる効果



・サウナの利用方法

- ①シャワーで全身をよく洗う
- ②サウナに入る。8～12分が最適。無理はしない
- ③サウナを出て、シャワーや水風呂で気持ちよく体を冷やす
- ④汗が引くくらいまで外でのんびりとする。→ととのう
- ⑤②～④を繰り返す。3～4回が目安。
- ⑥汗を洗い流し、良く拭いたうえで、のんびりと30分ほど過ごす。

・サウナ×しなの鉄道の効果

- ①サウナの前は運動をしておくことで、ととのうときにより一層気持ちよさを感じることができます。
→駅までの移動や、沿線沿いの観光が軽い運動となり、サウナにぴったりです。
- ②サウナ後は心身ともにすっきりします。
→その後はすっきりした心身で大自然たっぷりの長野県をより一層楽しむことができます。
- ③サウナ後はご飯が食べたくなります。そして、より一層おいしく感じます..! (※)
→沿線沿いの飲食店へ足を運びやすくなり、経済効果が沿線に波及していきます。

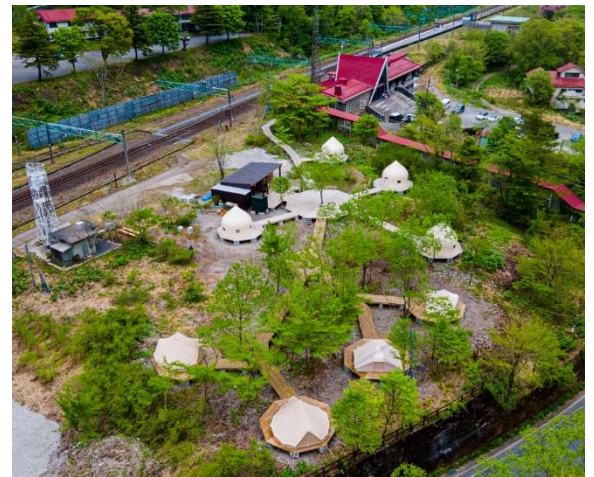
※科学的に根拠が示されている。

(参考：<https://kindaipicks.com/article/002831>)

事例紹介

DOAIVILLAGE

- ・場所：土合駅（群馬県利根郡みなかみ町湯檜曾）
- ・名称：DOAI VILLAGE
- ・設備：シャワー、トイレ、サウナ、簡易キッチン
- ・料金（1泊2日スタンダードプラン）
大人 21,000円～ 小学生 11,000円～
- ・お部屋一覧
 - インスタントハウス【ベッド】：定員2名、15㎡、セミダブルベッド×2
 - インスタントハウス【敷布団+寝袋】：定員5名、15㎡、5布団
 - 全部屋貸切：定員35名、シングルベッド×1
- ・その他：地下ホームを活用したクラフトビールの熟成



出典：<https://doaivillage.com/>

「駅徒歩0分グランピング」

日本一のモグラ駅として知られる上越線土合駅の駅舎内外を活用し、宿泊施設や飲食施設、野外サウナ施設を展開されている。電車を眺めながらの宿泊という非日常感を体験することができるゲストルームや、かつて実際に利用されていた駅務室を改装した駅舎内喫茶「mogura」など、旅行者や登山者の方だけでなく、地元の方も気軽に立ち寄り、地域交流が盛んになる場を生み出し、地域の活性化を目指すとともに、無人駅の新たな価値を提供する。

沿線の魅力



・長野市（長野駅～篠ノ井駅）

観光地：善光寺・戸隠・川中島古戦場・松代町

県庁所在地である長野市は、善光寺平を中心に発展してきた門前町であり、「平成の大合併」により多くの町村と1つとなった都市である。そばが名物の秘境である戸隠や、紡がれてきた歴史を感じられる川中島古戦場や松代など、様々な観光名所が点在している。長野びんずる祭りや長野えびす講煙火大会など、有名なイベントも行われている。

・千曲市（屋代高校前駅～戸倉駅）

観光地：森將軍塚古墳・あんずの里・キティパーク・姨捨の棚田・戸倉上山田温泉・稲荷山宿

千曲市は、「更級日記」や松尾芭蕉に詠まれた「更級の里」の舞台であり、古代から文化人の憧れとなる場所だった。1600年前に作成された前方後円墳である森將軍塚古墳や、江戸時代末期の商家の街並みが残る稲荷山宿など、歴史を感じられるスポットが多く、しかも歴史や自然の魅力が中心市街地から30分以内に凝縮されている点も大きな魅力といえる。

・坂城町（坂城駅、テクノさかき駅）

観光地：バラ公園・鉄の展示館

坂城町は、機械・金属加工業を中心に発展してきた工業の町。バラ公園や、人間国宝の宮入行平刀匠の功績が見られる鉄の展示館などの魅力がある。特産のねずみ大根を利用した郷土料理である「おしぼりうどん」は絶品！

・上田市（西上田駅～大屋駅）

観光地：上田城・海野町商店街・柳町（北国街道上田宿）・信濃国分寺

上田市は、真田氏の居城であった上田城を中心に発展してきた都市。柳町など風情ある城下町の街並みが数多く残されている。長野県最古の温泉地である別所温泉もあり、別所温泉の中には安楽寺などの国宝や重要文化財も多く残っている。

・東御市（田中駅、滋野駅）

観光地：海野宿・湯の丸高原・池の平湿原

海野宿などの歴史的な場所がありつつ、湯ノ丸高原や池の平湿原などの自然も豊かな場所もあります。また、地元のワイナリーや果樹園では新鮮な果物やワインを楽しめます。

・小諸市（小諸駅、平原駅）

観光地：懐古園・動物園・小諸高原美術館

町の象徴である懐古園は、桜や紅葉の名所として知られ、城跡からの絶景は訪れる人々を魅了をする。また、中山道が通っているため町内には歴史を感じることできる寺社や旧街道が点在しており、散策することで過去と現在が調和した風景を楽しむことができる。

・御代田町（御代田駅）

観光地：浅間縄文ミュージアム・龍神の杜公園・真楽寺

美しい浅間山の眺めを楽しめるほか、歴史ある神社や博物館、温泉で癒されることができます。地元の農産物も新鮮で、訪れる人々を魅了します。自然と歴史が調和した、落ち着いた雰囲気が特徴です。

・軽井沢町（信濃追分駅～軽井沢駅）

観光地：ショッピングプラザ・旧軽井沢・白糸の滝・雲場池・ハルニレテラス

軽井沢町は、長野県にある美しい避暑地で、日本を代表とする別荘地です。豊かな自然が広がっており、四季折々の風景が楽しめます。春には桜が咲き乱れ、秋には紅葉が見事です。さらに、軽井沢プリンスショッピングプラザでは、ショッピングやグルメを楽しむことができ、家族連れにも大人気です。スポーツ愛好者には、ゴルフやスキー、ハイキングなど、アクティビティも充実しています。都会の喧騒から離れて、自然と文化を堪能できる町が軽井沢町です。

想定される質問とそれに対する回答（Q&A形式）



Q,沿線人口の定義を教えてください。

沿線人口の定義は、「しなの鉄道線の駅がある周辺市・町の人口の合計」です。

Q,サウナ駅従業員の役割などを教えてください。

サウナ駅一つに対して従業員を一人配置します。仕事は、準備、受付と予約対応、案内、巡回と管理、清掃・片付けです。時給 1500 円、6 時間で計算しています。従業員の労働時間は、10:00~13:00、14:00~17:00 で、営業時間以外の時間は、準備や片付け、清掃をします。

サウナで体調を悪くされる方等がいらっしゃる可能性があるため、常時人が必要と判断しました。地元の雇用を創出できると期待しています。

Q,サウナの営業時間について教えてください。

駅サウナの営業時間は午前の部 10:15~12:45、午後の部 14:00~16:30 を標準とします。（駅ごと運用を変えてもよい。昼の時間は従業員の休憩・交代の時間です。一度利用できないサウナ利用者はサ飯を食べる時間になるので問題ないと考えています。

Q,集客に向けて行う広報について教えてください

今回、客層としてはサウナーや健康好き、サウナ好き、新し物好きなどを想定しています。人数としては地元が多くなりますが、観光層の単価が高いため、観光層も呼び込みたいです。とはいえ見込み層が広いので、どこの層にあたるのか実証で模索しながら当たりをつかんでいく形になります。最初はしなの鉄道利用者に伝えるため駅内や電車内の掲示、ニュースや新聞の記事で取り上げてもらうこと、SNS での情報拡散から始める予定です。そもそもサウナ電車自体に話題性があるので、噂やコミュニティ内での拡散が広報に大きく寄与すると考えます。

Q,サウナ駅受付・利用券について教えてください。

乗車券は、駅の券売機で購入していただきます。サウナ券については、サウナ受付で購入となります。事前予約をしている場合は、ここで予約フォーム情報を確認します。

駅の外に駅ホームにあるサウナの場合、その駅が含まれる区間の切符であれば、600円で一日券を購入できます。定期券についても同様です。地元の方が電車利用なしでサウナを利用される場合、駅入場券（190円）で入場し、受付に提示して410円でその駅限定のサウナ利用券を購入できます。

無人駅に人が配置されるので、セキュリティや安全性は向上すると考えられます。

Q,衛生面や安全管理面はどう考えているか？

サウナスパ協会の資料（URL を後述、9 ページ）あるように、集毛器や浴槽、浴室や着替え場所については毎日の清掃が必要です。その他の清掃は一週間に一度や一か月に一度行います。その他サウナ運営で必要な衛生基準等が記載されていますのでご確認ください。

サウナスパ協会,https://www.sauna.or.jp/pdf_files/2019_kanrikijyun.pdf

モデルコース①ファミリーわくわくコース



旧軽井沢散策(軽井沢駅) 【10:00~12:00】

軽井沢駅から
レンタサイクル



平原駅(サウナ) 【12:20~13:20】

田中駅(昼食) 【13:40~15:00】

小諸懐古園、動物園(小諸駅) 【15:10~16:30】

軽井沢駅到着 【17:00】



モデルコース③歴史探訪コース



長野駅出発 【10:00】

今井駅から
レンタサイクル

川中島古戦場 【10:30~11:30】

屋代駅から
レンタサイクル

屋代駅(昼食) 【12:00~13:00】

森將軍塚古墳 【13:10~14:10】



千曲駅(サウナ) 【14:20~15:20】

上田城(上田駅) 【16:00~17:00】

上田駅到着 【17:15】



モデルコース②サウナの鉄人コース



軽井沢駅出発 【10:00】

平原駅(サウナ) 【10:20~11:20】

大屋駅(サウナ) 【11:40~12:40】

信濃国分寺駅(昼食) 【12:45~14:00】

坂城駅(サウナ) 【14:15~15:15】

千曲駅(サウナ) 【15:25~16:25】

軽井沢駅到着 【16:45】



モデルコース④大自然堪能コース



上田駅出発 【10:00】

戸倉駅から
レンタサイクル

戸倉キティパーク 【10:20~11:00】

坂城駅(サウナ) 【11:10~12:10】

田中駅(昼食) 【12:40~14:00】

小諸城址 【14:10~15:30】

白糸の滝(軽井沢駅) 【16:00~17:00】

軽井沢駅到着 【17:30】

