

2026
3/7(土)

サウナの日

SUZUKA
KODAYU
SAUNA
DAY

会場: 鈴鹿医療科学大学
白子キャンパス6号館
桜の森公園自由広場

日本にサウナを伝えたのは大黒屋光太夫でした

トークセッション

10:30-12:00 **入場無料**

1792年 サウナ来航

-光太夫の知られざる物語-

沼田晃一さん

(フィンランド政府観光局 日本代表)

代田美里(文化財課学芸員) ほか

会場: 鈴鹿医療科学大学6号館



©日本モルック協会

SAUNA & TEA



セレモニー

12:00

サウナ点火式

モルック始棒式

バイクサンタグリーティング

(お子様にお菓子のプレゼント)

会場: 鈴鹿医療科学大学6号館前

Culture & Sports

無料体験会 12:00~15:00

サウナ×紅茶の新コラボ体験

サウナ後は光太夫ゆかりの紅茶を

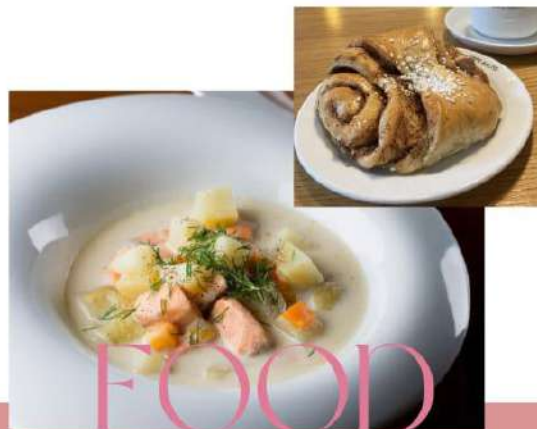
*フィンランド発祥スポーツ「モルック」体験

*インカさんのサーモンスープ販売

*ノーラさんのシナモンロール販売

*フィンランドマルシェなど もりたくさん

体験とマルシェ



FOOD

主催: 鈴鹿市 フィンランド政府観光局 大黒屋光太夫顕彰会

共催: 学校法人 鈴鹿医療科学大学

協力: SOTOBURO / NPO法人日本テントサウナ協会/東海フィンランド協会/三重県立神戸高等学校

放送部/SUZUKAサンタツーリング実行委員会/光太夫ネットワーク/StellaTeaTime

株式会社tabiic/特定労働者協同組合 コモンウェーブ

後援: 一般社団法人 日本モルック協会

助成: 公益財団法人 岡田文化財団 (大黒屋光太夫記念館開館20周年記念特別展)

協賛: 株式会社日本旅行/花王株式会社/木らく乃家

鈴鹿市文化スポーツ部文化財課

Email: bunkazai@city.suzuka.lg.jp

Tel: 059-382-9031

トークセッションのみ要申し込み



千年に一度のサウナの日

SUZUKA KODAYU SAUNA DAY

鈴鹿 光太夫 サウナ デー！



大黒屋光太夫が日本にサウナを伝えました

2026年は「026＝お風呂の年」にあたり、3月7日は“千年に一度”の特別な「サウナの日」です。この記念すべき日に、鈴鹿が生んだ大黒屋光太夫にちなんだ新たなイベント「鈴鹿光太夫サウナデー」が誕生します。

千年に一度のサウナの日に、湯気と茶香に包まれながら、光太夫とラクスマンの物語を現代に甦らせます。

PICK UP!



インカさんのサーモンスープ

フィンランド大使館職員インカさんのレシピによるレモンペッパーが効いたサーモンスープを販売



ノーラさんのシナモンロール

ノーラさんの実家のレシピのシナモンロールを販売



バイクサンタがやってくる

サンタクロースたちがバイクに乗ってパレード！お子様にお菓子をプレゼントします。



モルック体験

フィンランド発祥のモルックを体験しよう。ミニゲームも開催します。

大黒屋光太夫

ネットワーク
大黒屋光太夫に関連したお菓子などを販売

木のサンタ作り

若松公民館で木製サンタ作りのWSを開催



フィンランドマルシェ

出店予定：【FOREST CORRIDOR】○商品（予定）：・マリメッコ 食器と小物・イッタラ 食器・ファッツェル・lovi・ムーミンのお菓子【WIND AND SEA】○商品：イッタラバードをはじめとするフィンランドのビンテージ【おやまの雑貨店】○商品（予定）：marimekko食器【石窯パン工房 パン・デ・ココ】○商品：ノーラの実家で作るシナモンロール【ステラティイタイム】【エシュロンティーハウス】○商品：サウナ後に心に染み入る「紅茶」

トークセッション！



沼田晃一さん

フィンランド政府
観光局 日本代表

北海道・函館市出身。2002年にカナダ観光局日本支局初代マーケティングマネージャーを務めた後、オーストラリアのカンタスグループにて日本初のLCC事業の立ち上げに携わる。2018年よりフィンランド政府観光局（VISIT FINLAND）日本支局の代表を務め、現在フィンランド大使館商務部の上席商務官も兼任。

サウナ・紅茶体験



光太夫が日本に伝えたサウナと紅茶をコラボ。新たなサウナの楽しみを感じてください。
＊サウナは服を着たまま体験していただけます

日時

3/7 土

鈴鹿医療科学大学
& 桜の森公園自由広場



SNSでも
発信しています！



@daikokuya.koudayu

*雨天の場合は、屋外のプログラムは内容が変更になる場合があります。