# **大田区発、究極の「ととのい」を求めて：首都圏サウナ聖地巡礼ガイド**

## **序章：サウナの旅は、東京の交差点・大田区から始まる**

東京都大田区。それは単なる住宅地ではない。都心と空の玄関口・羽田空港、そして隣県・神奈川を結ぶ、人々の往来が絶えない「交差点」である。この地理的な利便性は、大田区を起点とする「サウナの旅」にとって、この上ない出発点となる。

本稿で紹介する「おすすめ」のサウナは、単に温度計の数字が高い施設を羅列したものではない。サウナ室の質、水風呂の清らかさ、心と体を解放する休憩スペース（外気浴）の有無、その施設ならではの個性（温泉や特別なロウリュ）、そして全体的な満足度といった、サウナを愛する者が求める総合的な「体験価値」を基準に厳選した。

この旅は、大田区に根付く地域密着型の銭湯サウナから始まり、隣接する品川区のモダンで革新的な施設群を巡り、最後はサウナ愛好家たちが「聖地」と崇める神奈川県川崎市の伝説的なサウナへと至る。気分や予算、目的に合わせて、あなたにとって完璧なサウナサンクチュアリを見つけるための、究極のガイドが今、幕を開ける。

## **第1章 大田区の神髄：地域に愛される伝説と憩いの場**

大田区内のサウナシーンは、驚くほど多様性に富んでいる。24時間営業の巨大なスパリゾートから、熱さだけを追求した硬派な銭湯まで、その日の気分で選べる選択肢の豊かさが魅力だ。ここでは、その対照的な個性を放つ施設を中心に、大田区が誇るサウナの神髄に迫る。

### **1.1 オールインワンの楽園：『天然温泉 平和島』で過ごす至福の一日**

一日中リラックスしたい、そんな願いを完璧に叶えてくれるのが、リゾートスタイルのスパ施設『天然温泉 平和島』だ 1。24時間営業という利便性に加え、JR大森駅や京急平和島駅から100円のワンコインバスが運行しており、アクセスも極めて容易である 2。羽田空港への送迎バス付きプランも用意されており、旅行者にとっても最高の拠点となる 1。

ここの魅力は、サウナだけに留まらない。高温サウナとストーンサウナの2種類が用意され、特にスタッフによるロウリュウ（アウフグース）は人気を博している 2。ただし、このイベントは事前予約が必要で、週末はすぐに満席になるため早めの申し込みが賢明だ 8。泉質の良い天然温泉に加え、血行促進効果が期待できる高濃度炭酸泉も完備 8。水風呂の後は、涼しいクーリングルームで体を落ち着かせることができるが、本格的な露天風呂（外気浴スペース）がない点は留意したい 11。

この施設の真価は、その圧倒的なアメニティにある。1万冊を超える漫画コーナー、電源完備の広大なリラックスラウンジ、複数のレストラン、そして本格的な岩盤浴エリア 1。口コミでは清潔感と広々とした空間が高く評価されており、初心者から家族連れ、長時間の滞在を望むすべての人々にとって、まさに「楽園」と呼ぶにふさわしい施設だ 10。

### **1.2 蒲田トライアングル：黒湯、庭園、伝統が交差するサウナ激戦区**

京浜東北線と京急線が交わる蒲田は、都内でも屈指のサウナ激戦区として知られている 7。特に、この地を象徴するのが、植物由来の有機物を豊富に含んだ「黒湯」と呼ばれる黒褐色の温泉だ。ここでは、蒲田駅周辺でしのぎを削る、個性豊かな3つの施設を比較する。

#### **黒湯の温泉 ゆ～シティー蒲田：地域に根差すコミュニティの核**

JR蒲田駅から徒歩わずか5分 1。ここは、古き良き「健康センター」の温かみを今に伝える場所だ。最大の魅力は、地下120mから汲み上げる、都内でもトップクラスの濃さを誇る本物の黒湯温泉 18。

サウナは遠赤外線式で85～95℃と、黒湯の保温効果を考慮したややマイルドな設定 18。しかし、水風呂はバイブラ付きで16～18℃としっかり冷たく、サウナとの温冷交代浴には申し分ない 18。そして、銭湯サウナとしては非常に価値が高い、露天の黒湯脇に設置された外気浴用のベンチ。ここで火照った体を冷ませば、極上の「ととのい」が訪れる 18。

この施設のもう一つの顔が、3階の湯上がりスペース「YCKホール」だ 18。舞台付きの広々とした空間では、常連客がカラオケに興じ、飲食店顔負けの「サ飯（サウナ飯）」に舌鼓を打つ。特に、ジューシーな「鶏の唐揚げ」は、レシピを尋ねる客が後を絶たないほどの絶品だという 18。本格的な黒湯とサウナ、そして活気あふれるコミュニティ空間が銭湯価格で楽しめる、驚異的なコストパフォーマンスを誇る施設である 22。

#### **ガーデンサウナ蒲田：24時間眠らない男たちの聖域**

JR蒲田駅東口から徒歩2分という駅前の喧騒の中に、男たちを癒すサンクチュアリ『ガーデンサウナ蒲田』がある 1。ここは、カプセルホテルに併設された男性専用施設であり、24時間いつでも最高のサウナ体験を求めることができる 19。

近年リニューアルされ、現代のサウナ愛好家のニーズに応えるべく進化を遂げた。100℃を超える伝統的な高温ドライサウナに加え、新たに90℃のセルフロウリュ可能なサウナが設置されたのだ 27。さらに特筆すべきは、約16℃と約29℃という温度の異なる2種類の水風呂 32。これにより、上級者が好む「冷冷交代浴」も可能となっている。

外気浴スペースはないものの、観葉植物が配置された「ガーデン」のような内気浴スペースが充実しており、リクライニングチェアや巨大な扇風機が設置され、快適な休憩が約束されている 32。平日夜や週末でも比較的混雑が少なく、「穴場」として知る人ぞ知る存在だ 32。川崎の有名施設『レックスイン川崎』の系列店でもあり、そのクオリティは折り紙付きである 32。

#### **桜館：日替わりで楽しむ、美しき黒湯銭湯**

『桜館』は、美しい黒湯天然温泉を誇る銭湯でありながら、ユニークな運営方法で訪れる者を楽しませてくれる 35。最大の特徴は、「壱の湯」と「弐の湯」という2つの浴室が、月の上旬と下旬で男女入れ替え制になっている点だ 35。

特に「壱の湯」は、ストーンサウナとミストサウナの2種類を備え、さらに開放的な展望風呂まであるプレミアムな空間 35。男性は毎月15日から月末まで、女性は1日から14日までこの「壱の湯」を利用できる。訪れる日によって体験が異なるため、事前にカレンダーを確認することが、この施設を最大限に楽しむための鍵となる。

### **1.3 大森の銭湯魂：本物の熱さと、飾らない魅力**

大森・平和島エリアには、派手さはないが、地元サウナ愛好家から絶大な支持を受ける、本質を追求した銭湯が点在する。その魅力は、何よりも「熱さ」にある。

#### **大森湯：挑戦者を待つ「ヤバ森」の洗礼**

サウナーたちの間で畏敬の念を込めて「ヤバ森」と呼ばれる銭湯、それが『大森湯』だ 1。その名は伊達ではない。ここのサウナは、常に110℃を超える「攻めた激アツ」仕様で、日によっては115℃前後に達することもあるという 19。ストーブの上に置かれたヤカンから立ち上る蒸気が湿度を加え、その熱さは肌を刺すような強烈さだ 19。初心者にはお勧めできないが、究極の熱さを求める者にとっては、まさに巡礼地と言えるだろう。

浴槽は、体を芯から温めるトルマリン風呂が自慢 1。水風呂も完備されている 41。京急大森町駅から徒歩3分という好立地で、銭湯料金にわずか250円を追加するだけでこの強烈な体験ができるコストパフォーマンスは、驚異的としか言いようがない 3。

#### **幸の湯 & 天狗湯：日常に寄り添う、信頼の地元銭湯**

『幸の湯』と『天狗湯』は、地域のサウナ文化を支える、信頼と実績の銭湯だ。

糀谷駅から徒歩5分の『幸の湯』は、朝6時から営業しており、「朝ウナ」に最適 3。100℃を超えるサウナは、浴室から階段を上った中二階にあり、まるで「秘密基地」のような趣が楽しめる 35。

一方、平和島駅から徒歩6分の『天狗湯』は、アロマが香るサウナと、銭湯には珍しい小さな外気浴スペースが魅力だ 1。どちらも、派手さはないが、サウナ好きのツボを心得た、日常使いしたくなる名店である。

## **第2章 境界を越えて：品川サウナ・ルネッサンスを体感する**

大田区から一歩足を延せば、そこはサウナの新たな潮流が生まれる場所、品川区だ。特に大井町や武蔵小山といった主要駅周辺では、施設の個性を競い合う「サウナ・ルネッサンス」とも言うべき現象が起きている。利用者は、この激しい競争の恩恵を存分に受けることができる。

### **2.1 新時代の波：大井町のモダン・マーベルズ**

JR京浜東北線で大森駅から一駅。大井町は、現代サウナの最前線だ。ここでは、対照的な魅力を持つ2つの巨頭が覇を競っている。

#### **品川サウナ：2024年、サウナ界に現れたゲームチェンジャー**

2024年6月にオープンし、利用者の声を反映して8月に即座に改修を行うという驚異的なスピード感で進化を続ける『品川サウナ』 42。ここは、サウナ好きがサウナ好きのために作り上げた、現代サウナの理想郷だ。

大井町駅から徒歩1分という最高の立地を誇り 42、大田区からのアクセスは抜群に良い 47。その魅力は、サウナーの夢をすべて詰め込んだかのような設備にある。

* **2種類のサウナ**：パワフルなアウフグースが繰り広げられる25人収容の大型サウナ「KUU（空）」と、畳敷きの半個室で静かにお茶のセルフロウリュを楽しむ瞑想サウナ「ZEN（禅）」 42。
* **3種類の水風呂**：水深140cmで潜水も可能な18℃の「リトルマーメイド」、身を切るような冷たさの8～9℃の「シングル」、そして心身を解き放つ30℃の「不感リラクゼーション」。これほど多彩な水風呂は都内でも稀有だ 42。
* **完璧な休憩スペース**：プラネタリウムのように星空が映し出される静寂の内気浴スペースと、開放感あふれる屋上外気浴スペース。屋上には露天風呂やジャグジー付きの壺湯も完備され、都会の喧騒を忘れさせてくれる 42。

カプセルホテルも併設し、「泊まれるサウナ屋さん」として、仕事帰りのビジネスパーソンから遠方のサウナファンまで、あらゆるニーズに応える新時代の旗手である 42。

#### **おふろの王様 大井町店：エンターテインメント・スパの王道**

『品川サウナ』が専門性を追求するなら、『おふろの王様 大井町店』は総合力で勝負する。阪急大井町ガーデン内に位置し、こちらも駅からのアクセスは至便だ 57。

この施設の目玉は、プロジェクションマッピングを駆使したダイナミックなロウリュウショーが楽しめる「炎の間」 58。視覚と体感で楽しむこのショーは、まさにエンターテインメントだ。他にも、高濃度炭酸泉を含む多彩な浴槽、漢方塩蒸し風呂、そして充実したメニューを誇るレストランと、一日中楽しめる要素が満載 59。

ただし、その人気ゆえに、特に週末は大変な混雑が予想される 59。静かにサウナと向き合いたい日よりも、友人や家族と賑やかに過ごしたい日に最適な選択肢と言えるだろう。

### **2.2 通が選ぶ至高の湯：『武蔵小山温泉 清水湯』で源泉に浸かる**

東京の銭湯文化の頂点に立つ存在、それが『武蔵小山温泉 清水湯』だ。東急目黒線の武蔵小山駅から徒歩5分 66。大田区からは電車を乗り継ぎ30分ほどの距離だが、その時間をかけてでも訪れる価値がここにはある 67。

この施設の最大の宝は、一つの敷地から湧き出る2種類の奇跡的な天然温泉だ 73。

一つは、都内特有の美肌の湯「黒湯」。そしてもう一つが、地下1500mから湧き出る、ヨードと塩分を豊富に含んだ「黄金の湯」。こちらは療養泉にも認定された、まさに古代の海水ともいえる貴重な源泉で、贅沢にもかけ流しで楽しめる 73。

サウナは90℃前後の遠赤外線式と標準的だが 66、この施設の真骨頂は「黒湯の水風呂」にある 66。ミネラル豊富な温泉水で火照った体を冷やすという、他では味わえない究極の贅沢がここにある。露天スペースには外気浴用の椅子も完備されており 66、銭湯の枠を遥かに超えた満足感を提供してくれる。温泉好きならば、必ず訪れるべき名湯だ。

### **2.3 歴史の温もり：『金春湯』で感じる昭和の粋**

品川区大崎に佇む『金春湯』は、昭和25年創業の歴史を誇る、昔ながらの銭湯だ 78。大崎駅から徒歩8分とアクセスも良好 42。

約90℃のドライサウナと清潔な水風呂を備え、サウナの基本性能はしっかりしている 78。しかし、この施設の魅力はスペックだけではない。広々とした脱衣所、懐かしい瓶牛乳やラムネが並ぶ休憩スペース、そして畳敷きの休憩室 79。そこには、日本の公衆浴場が育んできた温かい文化が息づいている。リニューアルを経て清潔に保たれており、昔ながらの風情と現代の快適さが見事に融合している 81。慌ただしい日常を忘れ、ゆったりとした時間に身を委ねたい時に訪れたい、心安らぐ場所だ。

## **第3章 少し足を延して川崎へ：神奈川が誇るサウナの殿堂**

大田区から京浜東北線や京急線に乗れば、そこはもう神奈川県川崎市。ここには、関東全域からサウナ愛好家が集う「デスティネーション・サウナ」と呼ぶべき、聖地が存在する。それは、単なる入浴施設ではなく、一日をかけて心身を癒すための、計算され尽くしたウェルネス空間だ。

### **3.1 関東のメッカ：『朝日湯源泉ゆいる』の比類なき体験**

サウナ好きの間で「関東最強」との呼び声も高いのが、川崎区にある『朝日湯源泉ゆいる』だ 86。JR川崎駅からバス、または浜川崎駅から徒歩というアクセスは、この施設が「わざわざ目指して行く」特別な場所であることを物語っている 89。

小学生未満は入館不可という、完全に大人向けに振り切ったコンセプト 89。そのこだわりは、施設の隅々にまで徹底されている。

* **専門性の高いサウナ**：男女ともに高温サウナと、アウフグースに特化した中温サウナの2種類を完備 88。サウナストーンには遠赤外線効果に優れた富士の溶岩石を使用している 88。
* **至高のアウフグース**：名だたる熱波師が連日登場し、タオルやうちわで熱波を送るアウフグースが毎時開催される。そのスケジュールはオンラインで公開され、これを目当てに訪れる客も多い 90。
* **伝説の水風呂**：関東最深を誇る、水深150cm（男性用）の潜水可能な水風呂 88。約13℃というキンキンに冷えた井戸水に頭まで浸かる体験は、他では決して味わえない。
* **完璧な外気浴**：半露天の休憩スペースには、ととのい椅子が豊富に用意され、心地よい風を感じながら完璧なクールダウンが可能 93。

琥珀色の良質な天然温泉と強炭酸泉、そして評価の高いレストラン 87。サウナを芸術の域まで高めた、まさにサウナーのための殿堂である。

### **3.2 都市型サウナの極致：『レックスイン川崎』の氷ロウリュと屋上ビュー**

JR川崎駅から徒歩5分という抜群のアクセスを誇る、男性専用カプセルホテル＆サウナ『レックスイン川崎』 86。大田区の蒲田や大森から電車で10分とかからず到着できる、都市型サウナの理想形だ 96。

ここのサウナは、100℃を超える高温高湿の本格派 95。30分ごとのオートロウリュに加え、この施設の代名詞となっているのが「氷ロウリュ」だ 95。サウナストーンの上に巨大な氷塊を乗せ、それがゆっくりと溶けることで発生する、じわじわと、しかし強烈な蒸気は、一度体験すると病みつきになる 95。

水風呂は約15℃とサウナとの相性も抜群 95。そして、緑に囲まれた露天の外気浴スペースには、ととのい椅子と共に37℃の不感湯が設置されており、都会の真ん中であることを忘れさせるほどの解放感が味わえる 95。仕事帰りに立ち寄り、力強いサウナで一日の疲れをリセットするには、最高の選択肢の一つだろう。

### **3.3 大人のための隠れ家：『溝口温泉 喜楽里』の静寂と癒し**

静かな環境で心からリラックスしたい日には、高津区の『溝口温泉 喜楽里』が最適だ。小学生以下の入館を制限することで、「大人のための空間」を徹底して創り出している 87。

武蔵溝ノ口駅からバスを利用する必要があり、アクセスは少し手間がかかるが、その分、日常から切り離された穏やかな時間が流れている 106。

タワー型のドライサウナ（約88℃）と、人気のよもぎ塩スチームサウナの2種類が楽しめる 106。泉質に定評のある天然温泉や高濃度炭酸泉も魅力だ 87。

水風呂がやや小さいという点は一部のサウナーから指摘されているが 106、露天風呂の周りに配置された休憩椅子での外気浴は格別だ 106。また、フリータイム制で手頃な価格で利用できる岩盤浴も非常に人気が高い 109。喧騒を離れ、ただひたすらに癒しを求める日に訪れたい、上質な隠れ家である。

## **第4章 結論：あらゆるシーンに応える、あなたのための一軒**

これまで巡ってきたサウナは、それぞれが唯一無二の個性と魅力を持つ。最後に、あなたの目的や気分に合わせた、究極の推薦リストを提示しよう。

* **最高の「ととのい」を求めるあなたへ**
  + 一押し：朝日湯源泉ゆいる  
    理由：サウナ、水風呂、外気浴。ととのうための三要素が、すべて最高水準で揃っている。特に、潜水可能な関東最深の水風呂は、他では得られない体験を約束する。プロによるアウフグースも頻繁に開催され、サウナ体験を極めたいなら、ここ以上の選択肢はない 86。
  + 次点：品川サウナ  
    理由：都心にありながら、シングルを含む3種類の水風呂、個性の異なる2種類のサウナ、そして充実した屋内外の休憩スペース。現代サウナの理想を具現化した施設であり、アクセスも抜群だ 42。
* **一日中、心ゆくまで癒されたいあなたへ**
  + 一押し：天然温泉 平和島  
    理由：サウナや温泉はもちろん、1万冊以上の漫画、複数のレストラン、岩盤浴、広大な休憩ラウンジと、一日では遊びきれないほどの設備が揃う。時間を忘れて心ゆくまでリラックスしたい日に最適だ 1。
  + 次点：おふろの王様 大井町店  
    理由：プロジェクションマッピングを駆使したロウリュウなど、エンターテインメント性が高い。駅からのアクセスも良く、食事処も充実しているため、気軽に一日楽しめる 57。
* **古き良き日本の風情を味わいたいあなたへ**
  + 一押し：武蔵小山温泉 清水湯  
    理由：「黒湯」と「黄金の湯」という2種類の貴重な天然温泉、そして黒湯を使った水風呂。日本の温泉文化の奥深さを、昔ながらの銭湯で体験できる。これほど贅沢な銭湯は他にない 73。
  + 次点：金春湯  
    理由：昭和の面影を色濃く残す、清潔で趣のある銭湯。畳の休憩室や番台など、日本の原風景に触れながら、心穏やかな時間を過ごせる 79。
* **最高のコストパフォーマンスを求めるあなたへ**
  + 一押し：大森湯  
    理由：銭湯料金にわずかな追加料金で、都内屈指の高温サウナを体験できる。熱さという一点において、これ以上のコストパフォーマンスは存在しない。「ヤバ森」の異名は伊達ではない 1。
  + 次点：黒湯の温泉 ゆ～シティー蒲田  
    理由：本物の黒湯温泉、しっかりとしたサウナ、外気浴スペース、そしてカラオケも楽しめる巨大な休憩ホール。これらすべてが銭湯価格で提供される、驚くべき価値を持つ施設だ 18。
* **とにかく熱いサウナで、短時間で汗を流したいあなたへ**
  + 一押し：大森湯（ヤバ森）  
    理由：議論の余地なく、熱さの王者。110℃を超える灼熱空間は、短時間で強烈な発汗を求めるサウナーの期待を裏切らない 19。
  + 次点：レックスイン川崎  
    理由：100℃超の高湿サウナと、名物の「氷ロウリュ」がもたらす強烈な熱体験。主要駅からのアクセスも良く、仕事帰りのクイックなセッションにも最適だ 95。

### **付録：大田区からアクセスしやすいサウナ施設 比較一覧表**

| 施設名 | エリア | 最寄駅 | 大田区からのアクセス目安 | 料金目安（サウナ込） | サウナ温度・種類 | 水風呂温度 | ロウリュ／アウフグース | 外気浴 | 温泉 | 特徴 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **天然温泉 平和島** | 大田区 | 平和島, 大森 | 大森駅からバス約10分 | 平日 ¥2,400～ | 高温サウナ、ストーンサウナ (～98℃) | 約16.5℃ | スタッフアウフグース有 | △ (クーリングルーム) | ◎ (塩化物泉) | 24時間営業、1万冊の漫画、空港送迎バス 2 |
| **黒湯の温泉 ゆ～シティー蒲田** | 大田区 | 蒲田 | 蒲田駅から徒歩約5分 | ¥800～ | 遠赤外線 (85-95℃) | 約16-18℃ (バイブラ有) | 無 | 〇 (露天ベンチ) | ◎ (黒湯) | 黒湯とサ飯、昭和のコミュニティ空間 18 |
| **ガーデンサウナ蒲田** | 大田区 | 蒲田 | 蒲田駅から徒歩約2分 | 3時間 ¥1,500～ | ドライ (～110℃)、セルフロウリュ (90℃) | 約16℃、約29℃ | セルフ、氷ロウリュ有 | × (内気浴充実) | 無 | 24時間営業、2種のサウナと2種の水風呂 19 |
| **大森湯 (ヤバ森)** | 大田区 | 大森町 | 大森町駅から徒歩約3分 | ¥800 | 遠赤外線 (110℃超) | 約15-20℃ (バイブラ有) | 無 | × (脱衣所休憩) | 〇 (トルマリン風呂) | 都内屈指の激熱サウナで有名 1 |
| **幸の湯** | 大田区 | 糀谷 | 糀谷駅から徒歩約5分 | ¥750 | ドライ (100℃超) | 約27℃ | 無 | 〇 (露天ベンチ) | 無 | 朝6時から営業、秘密基地感のあるサウナ 3 |
| **品川サウナ** | 品川区 | 大井町 | 大森駅から電車で約3分 | 90分 ¥1,800～ | アウフグース (85℃)、セルフロウリュ (85℃) | 8-9℃、約18℃、約30℃ | アウフグース、セルフ有 | ◎ (屋上) | 〇 (露天風呂) | 2024年オープン、3種のサウナと3種の水風呂 42 |
| **おふろの王様 大井町店** | 品川区 | 大井町 | 大森駅から電車で約3分 | 平日 ¥1,500～ | ドライ、塩スチーム | 約15℃ | プロジェクションマッピングロウリュ | 〇 (露天) | 〇 (人工温泉) | エンタメ性の高いスーパー銭湯 57 |
| **武蔵小山温泉 清水湯** | 品川区 | 武蔵小山 | 大森駅から電車で約25分 | ¥970 | 遠赤外線 (約90℃) | 約20℃ (黒湯、バイブラ有) | 無 | 〇 (露天) | ◎ (黒湯、黄金湯) | 2種の源泉と黒湯水風呂が楽しめる名銭湯 66 |
| **朝日湯源泉ゆいる** | 川崎市 | 浜川崎 | 川崎駅からバスまたは電車乗換 | 2時間 平日 ¥2,130～ | 高温ロウリュ (96℃)、アウフグース (78℃) | 約13.6℃ (潜水可) | オート、アウフグース有 | ◎ (専用スペース) | ◎ (源泉) | 関東最強クラスのサウナ＆水風呂 86 |
| **レックスイン川崎** | 川崎市 | 川崎 | 大森駅から電車で約8分 | 3時間 平日 ¥1,400～ | ドライ (100℃) | 約15.3℃ | オート、氷ロウリュ有 | 〇 (露天) | 〇 (露天風呂) | 名物の氷ロウリュと駅近の利便性 86 |
| **溝口温泉 喜楽里** | 川崎市 | 武蔵溝ノ口 | 大森駅から電車・バスで約40分 | 平日 ¥1,030～ | ドライ (88℃)、よもぎ塩 (63℃) | 約19℃ | 無 | 〇 (露天) | ◎ (源泉) | 静かに過ごせる大人のための温泉施設 87 |

#### 引用文献

1. 大森駅周辺のサウナ7選！温泉も楽しめる日帰り施設を中心にご紹介！, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.start-line.co.jp/magazine/ota-info/oomori/4410/>
2. 天然温泉平和島｜東京都大田区の天然温泉、年中無休・24時間営業, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.heiwajima-onsen.jp/>
3. 【2024年最新】大森（大田区）のおすすめサウナ施設10選 | サウナジダイ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-jidai.com/sauna/omori/>
4. アクセス・交通手段 - 天然温泉平和島, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.heiwajima-onsen.jp/access/>
5. アクセス・駐車場 - BIGFUN平和島, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.big-fun.jp/access/>
6. 【混雑状況配信】天然温泉平和島 - 大田区｜ニフティ温泉 - @nifty, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://onsen.nifty.com/oota-onsen/onsen001456/>
7. 身 も 心 も と と の え る 「 サ（ ウ ナ ）道 」 - 京急, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.keikyu.co.jp/visit/magazine/pdf/nagisa618.pdf>
8. 名物ロウリュウは必見！「天然温泉 平和島」の魅力を潜入レポート！ 平和島（東京都）, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.timesclub.jp/sp/tanomachi_ex/tokyo/heiwajima/002.html>
9. 【クーポンあり】サウナ付きの京浜東北・根岸線(神奈川県)周辺の温泉、日帰り温泉 - ニフティ温泉, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://onsen.nifty.com/ft-sauna/kanagawa/line-keihintohokusen_negishisen/>
10. 天然温泉 平和島[大田区]のサ活（サウナ記録・口コミ感想）一覧1ページ目, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2054/posts?page=1>
11. クチコミ : 天然温泉 平和島 - 大田区平和島/日帰り入浴 | Yahoo!マップ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://map.yahoo.co.jp/v3/place/1W4HnAwQg-E/review>
12. 天然温泉 平和島[大田区]のサ活（サウナ記録・口コミ感想）一覧403ページ目, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2054/posts?page=403>
13. 天然温泉平和島／ホームメイト - スーパー銭湯, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.homemate-research-hot-spring.com/dtl/00000000000000201425/>
14. 黒湯の温泉 ゆ～シティー蒲田 | ランニングできる宴会場付きの黒湯温泉 - 銭湯ラン.com, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://xn--zck0a5grb.com/?p=4088>
15. 黒湯の温泉・ゆ～シティー蒲田 -温泉天國- - 温泉パラダイス, 7月 13, 2025にアクセス、 <http://onpara.official.jp/sprepo/op68/op68_26.html>
16. 黒湯の温泉 ゆ～シティー蒲田へのアクセス | 子供とお出かけ情報「いこーよ」, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://iko-yo.net/facilities/45214/map>
17. 黒湯の温泉 ゆ〜シティー蒲田 - 大田区蒲田/銭湯 | Yahoo!マップ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://map.yahoo.co.jp/v3/place/crgU1iWgLAw>
18. 【特集】大田区の銭湯でととのう！サウナのある銭湯の魅力 | Unique Ota, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://unique-ota.city.ota.tokyo.jp/charm/health/pickup-202312-01/>
19. 【蒲田】2025年最新！おすすめサウナ9選を厳選！, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://kimoty.com/contents/sisu/kanto/tokyo/kamata/>
20. クチコミ : 黒湯の温泉 ゆ〜シティー蒲田 - 大田区蒲田/銭湯 | Yahoo!マップ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://map.yahoo.co.jp/v3/place/crgU1iWgLAw/review>
21. 黒湯の温泉 ゆ〜シティー蒲田[大田区]のサ活（サウナ記録・口コミ感想）一覧, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2086/posts>
22. お得にゆったりと黒湯を楽しむならココ！黒湯の温泉 ゆ〜シティー蒲田【大田区】 - One Access, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.one-access.work/entry/youcity-kamata>
23. ゆ～シティー蒲田 - 大田区｜ニフティ温泉 - @nifty, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://onsen.nifty.com/oota-onsen/onsen001459/>
24. 蒲田の銭湯＆天然温泉銭湯12選。東京のお風呂天国・蒲田で至福の湯めぐりを。, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://san-tatsu.jp/collects/9696/>
25. 日帰り入浴 ガーデンサウナ蒲田 - Yahoo!マップ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://map.yahoo.co.jp/v3/place/KGnbf_UhXHQ>
26. ガーデンサウナ蒲田 (カプセルイン蒲田) - 大田区｜ニフティ温泉 - @nifty, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://onsen.nifty.com/oota-onsen/onsen017899/>
27. ガーデンサウナ蒲田がリニューアル！2種類のサウナで味わう新感覚ロウリュ体験 - SPOT(スポット), 7月 13, 2025にアクセス、 <https://travel.spot-app.jp/gotouchi-sauna/report/gardensauna/>
28. ガーデンサウナ・蒲田 - 大田区蒲田 - Yahoo!マップ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://map.yahoo.co.jp/v3/place/23bhk7XzWPM>
29. ガーデンサウナ蒲田 | 【公式】カプセルイン蒲田 - CAPSULE INN KAMATA, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.rexinn.co.jp/kamata/spa>
30. かたたんさんのサ活（ガーデンサウナ蒲田 (カプセルイン蒲田), 大田区）1回目 - サウナイキタイ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunners/420542/posts/7347580?anchor=giftonttu>
31. ガーデンサウナ蒲田 (カプセルイン蒲田)(東京都大田区) - サウナイキタイ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2090>
32. ガーデンサウナ蒲田レビュー｜落ち着く雰囲気と名物氷ロウリュが魅力のサウナ室, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://saturday-saunalover.com/sauna-exploration56/1554/>
33. ガーデンサウナ蒲田 (カプセルイン蒲田)[大田区]のサ活（サウナ記録・口コミ感想）一覧, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2090/posts>
34. ガーデンサウナ蒲田 (カプセルイン蒲田)[大田区]のサ活（サウナ記録・口コミ感想）一覧188ページ目, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2090/posts?page=188>
35. 大田区（東京）の外気浴ができるサウナ（6件）, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://saunatime.jp/tokyo/%E5%A4%A7%E7%94%B0%E5%8C%BA/%E5%A4%96%E6%B0%97%E6%B5%B4%E3%81%8C%E3%81%A7%E3%81%8D%E3%82%8B%E3%82%B5%E3%82%A6%E3%83%8A/>
36. 武蔵新田駅周辺の銭湯2選！サウナがある徒歩圏内の銭湯をご紹介 - 東急電鉄, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.tokyu.co.jp/area/musashi-nitta/article/arti-01JTMCHFR7NSYP1M7ZKBMDFVHD/>
37. 大森湯[大田区]のサ活（サウナ記録・口コミ感想）一覧180ページ目 - サウナイキタイ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/5014/posts?page=180>
38. 大森湯[大田区]のサ活（サウナ記録・口コミ感想）一覧7ページ目, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/5014/posts?page=7>
39. 大森湯 大田区：京浜急行線「大森町」駅下車、徒歩3分 東京銭湯 ..., 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.1010.or.jp/map/item/item-cnt-464>
40. 大森湯｜大森町｜湯活レポート（銭湯編）vol.190, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://yukatsu.hatenablog.com/entry/2022/12/28/%E5%A4%A7%E6%A3%AE%E6%B9%AF%EF%BD%9C%E5%A4%A7%E6%A3%AE%E7%94%BA%EF%BD%9C%E6%B9%AF%E6%B4%BB%E3%83%AC%E3%83%9D%E3%83%BC%E3%83%88%EF%BC%88%E9%8A%AD%E6%B9%AF%E7%B7%A8%EF%BC%89vol.190>
41. 大森湯 クチコミ・アクセス・営業時間｜大森・大井町 - フォートラベル, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://4travel.jp/dm_shisetsu/11365887>
42. 品川区でおすすめのサウナを紹介！癒やしの時間を満喫しよう - しながわ観光協会, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://shinagawa-kanko.or.jp/featured/sauna/>
43. 注目度高・品川サウナがオープン後、即リニューアル！徹底紹介！ - SAUNA BROS.WEB, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://saunabrosweb.jp/pickup_shinagawasauna_1/2024/08/16/>
44. 個性と満足度が際立つ品川サウナ。そのこだわりを徹底リポート！ - SAUNA BROS., 7月 13, 2025にアクセス、 <https://saunabrosweb.jp/pickup_shinagawasauna_1-3/2024/10/29/>
45. 【公式】泊まれるサウナ屋さん 品川サウナ | 大井町駅徒歩1分 ..., 7月 13, 2025にアクセス、 <https://shinagawa-sauna.com/>
46. 【公式】泊まれるサウナ屋さん 品川サウナ | 大井町駅徒歩1分！サウナ・水風呂・屋上外気浴で極上のひとときを。, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.shinagawa-sauna.com/>
47. 大森駅(東京都)近くのサウナ施設 - おすすめ(2025年版)｜ニフティ温泉, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://onsen.nifty.com/ft-sauna/tokyo/st-omori/>
48. 大森（東京）から品川（京浜東北線） - 時刻表 - ジョルダン, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.jorudan.co.jp/time/to/%E5%A4%A7%E6%A3%AE%EF%BC%88%E6%9D%B1%E4%BA%AC%EF%BC%89_%E5%93%81%E5%B7%9D/?r=%E4%BA%AC%E6%B5%9C%E6%9D%B1%E5%8C%97%E7%B7%9A>
49. 大森(東京都)から大井町への乗換案内 - Yahoo!路線情報, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://transit.yahoo.co.jp/search/result/%E5%A4%A7%E6%A3%AE(%E6%9D%B1%E4%BA%AC%E9%83%BD)-%E5%A4%A7%E4%BA%95%E7%94%BA>
50. 「大森(東京)駅」から「大井町駅」電車の運賃・料金 - 駅探, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://ekitan.com/transit/fare/sf-1730/st-1687>
51. 大森（東京都）から大井町までの乗換案内 - NAVITIME, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.navitime.co.jp/transfer/searchlist?orvStationName=%E5%A4%A7%E6%A3%AE%EF%BC%88%E6%9D%B1%E4%BA%AC%E9%83%BD%EF%BC%89&orvStationCode=00005641&dnvStationName=%E5%A4%A7%E4%BA%95%E7%94%BA&dnvStationCode=00005517&defaultCondition=0>
52. 大井町に「品川サウナ」 3種の水風呂と2種のサウナ、宿泊カプセルも - 品川経済新聞, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://shinagawa.keizai.biz/headline/4543/>
53. 泊まれるサウナ屋さん 品川サウナ(東京都品川区) - サウナイキタイ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/80262>
54. サウナ / 風呂 設備詳細 | 【公式】泊まれるサウナ屋さん 品川サウナ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.shinagawa-sauna.com/strong-point/>
55. 【東京おすすめ新店】品川サウナ - YouTube, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.youtube.com/watch?v=a6hR9AGFORU>
56. 【感想】浮世離れなチル体験”品川サウナ”が素晴らしかった！ - totonoiconcierge, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.totonoiconcierge.com/posts/shinagawa-sauna>
57. 品川エリアでサ道を極める「ととのう」サウナ8選！品川在住・品川にお勤めの方は必見！, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://syumi-sauna.com/shinagawa-sauna/>
58. おふろの王様 大井町店【公式】東京都品川区の日帰り温浴施設, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.ousama2603.com/shop/ooimachi/>
59. 【おふろの王様（大井町店）】アクセス・営業時間・料金情報 - じゃらんnet, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.jalan.net/kankou/spt_guide000000188546/>
60. おふろの王様 大井町店へのアクセス | 子供とお出かけ情報「いこーよ」, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://iko-yo.net/facilities/3883/map>
61. JR京浜東北線沿線のスパ - こころから, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.cocolocala.jp/trains/88/spots/spa/spa>
62. 【王様気分を味わえ!】お風呂の王様 大井町店で王様になってきた!!, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://saunadaigaku.com/2021/08/11/ofuro-king-oimachi/>
63. 口コミ一覧 : おふろの王様 大井町店 - 食べログ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://tabelog.com/tokyo/A1315/A131501/13277788/dtlrvwlst/?trailing_slash=true&type=0>
64. おふろの王様 大井町店[品川区]のサウナ飯メニュー一覧, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2031/foods/menus>
65. おふろの王様（大井町店）のクチコミ一覧 - じゃらんnet, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.jalan.net/kankou/spt_guide000000188546/kuchikomi/>
66. 武蔵小山温泉 清水湯(東京都品川区) - サウナイキタイ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2009>
67. 蒲田 から 武蔵小山 2025/07/13(日) 14:11 出発 - 乗換案内 - ジョルダン, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.jorudan.co.jp/norikae/route/%E8%92%B2%E7%94%B0_%E6%AD%A6%E8%94%B5%E5%B0%8F%E5%B1%B1.html>
68. 蒲田から武蔵小山への乗換案内 - Yahoo!路線情報, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://transit.yahoo.co.jp/search/result/%E8%92%B2%E7%94%B0-%E6%AD%A6%E8%94%B5%E5%B0%8F%E5%B1%B1>
69. 蒲田から武蔵小山までの乗換案内 - NAVITIME, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.navitime.co.jp/transfer/searchlist?orvStationName=%E8%92%B2%E7%94%B0&orvStationCode=00001277&dnvStationName=%E6%AD%A6%E8%94%B5%E5%B0%8F%E5%B1%B1&dnvStationCode=00007964&defaultCondition=0>
70. 大森（東京都）から武蔵小山までの乗換案内 - NAVITIME, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.navitime.co.jp/transfer/searchlist?orvStationName=%E5%A4%A7%E6%A3%AE%EF%BC%88%E6%9D%B1%E4%BA%AC%E9%83%BD%EF%BC%89&orvStationCode=00005641&dnvStationName=%E6%AD%A6%E8%94%B5%E5%B0%8F%E5%B1%B1&dnvStationCode=00007964&defaultCondition=0>
71. 大森(東京都)から武蔵小山への乗換案内 - Yahoo!路線情報, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://transit.yahoo.co.jp/search/result/%E5%A4%A7%E6%A3%AE(%E6%9D%B1%E4%BA%AC%E9%83%BD)-%E6%AD%A6%E8%94%B5%E5%B0%8F%E5%B1%B1>
72. 大森（東京）から武蔵小山の乗換案内 - ジョルダン, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.jorudan.co.jp/norikae/route/%E5%A4%A7%E6%A3%AE%EF%BC%88%E6%9D%B1%E4%BA%AC%EF%BC%89_%E6%AD%A6%E8%94%B5%E5%B0%8F%E5%B1%B1.html>
73. 東京の天然温泉と岩盤浴が人気の銭湯｜武蔵小山温泉 清水湯, 7月 13, 2025にアクセス、 <http://www.shimizuyu.com/>
74. 武蔵小山温泉 清水湯 - TRAIN ONSEN, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.denshaonsen.com/jp/3/13100_kubu/shimizuyu.html>
75. 武蔵小山温泉 清水湯[品川区]のサ活（サウナ記録・口コミ感想）一覧, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2009/posts>
76. 武蔵小山温泉 清水湯（東京都品川区） | サウナタイム（サウナ専門口コミメディアサイト）, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://saunatime.jp/saunas/64/>
77. 【武蔵小山温泉 清水湯】都心で味わえる2種の天然温泉と本格サウナ【体験レビュー】, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://kimoty.com/contents/sisu/kanto/tokyo/shimizuyu_musashikoyama/>
78. 【品川周辺エリア】2025年最新のおすすめサウナ9選, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://kimoty.com/contents/sisu/kanto/tokyo/shinagawa/>
79. 金春湯 | 品川区大崎の銭湯。JR大崎駅から徒歩8分。サウナ、コインランドリー有り。シャンプー、ボディソープ常設。, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://kom-pal.com/>
80. 【2024年最新】五反田（品川区）のおすすめサウナ施設10選 - サウナジダイ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-jidai.com/sauna/gotanda/>
81. 金春湯のクチコミ一覧 - じゃらんnet, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.jalan.net/kankou/spt_guide000000187943/kuchikomi/>
82. クチコミ : 金春湯 - 品川区大崎/銭湯 | Yahoo!マップ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://map.yahoo.co.jp/v3/place/Et2gHCDvwUk/review>
83. クチコミ : 金春湯 - 中央区銀座/銭湯 | Yahoo!マップ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://map.yahoo.co.jp/v3/place/Et2gH97frMo/review>
84. 【金春湯】アクセス・営業時間・料金情報 - じゃらんnet, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.jalan.net/kankou/spt_guide000000187943/>
85. 金春湯（銀座）。銀座の中心地にある江戸時代創業の銭湯でタイル絵に癒される, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://soba-machichuka-1010.com/sento/sento-chuo/konparuyu-ginza/>
86. 【プロサウナー監修】川崎駅周辺のオススメサウナランキングベスト５ - vain sina, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://vain-sina.com/2022/08/20/kawasaki-sauna-ranking/>
87. 川崎市のおすすめスーパー銭湯4選!!, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.supersento.com/kanto/kanagawa/1_kawasaki.html>
88. 神奈川県川崎市の朝日湯源泉ゆいる | 天然温泉、サウナ、よもぎ蒸し, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://yuiru.net/>
89. 2025年最新！川崎のおすすめサウナ8選を紹介！, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://kimoty.com/contents/sisu/kanto/kanagawa/kawasaki/>
90. 朝日湯源泉ゆいる(神奈川県川崎市) - サウナイキタイ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/10781>
91. 朝日湯源泉ゆいる lit.link - リットリンク, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://lit.link/yuIru>
92. サウナー必見！2021年リニューアル「朝日湯源泉ゆいる」は、こだわりがすごい最強サウナ！, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://tabippo.net/asahiyu/>
93. 川崎『朝日湯源泉ゆいる』最強全部盛りサウナの、暴走寸前のホスピタリティを知る（サウナレポ）, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://note.com/nemeos/n/nde55f55b8e71>
94. 天然温泉、サウナ、よもぎ蒸し - お食事 | 神奈川県川崎市の朝日湯源泉ゆいる, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://yuiru.net/restaurant/>
95. レックスイン川崎(神奈川県川崎市) - サウナイキタイ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2139>
96. 蒲田から川崎までの乗換案内 - NAVITIME, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.navitime.co.jp/transfer/searchlist?orvStationName=%E8%92%B2%E7%94%B0&orvStationCode=00001277&dnvStationName=%E5%B7%9D%E5%B4%8E&dnvStationCode=00005203&defaultCondition=0>
97. 蒲田から川崎への乗換案内 - Yahoo!路線情報, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://transit.yahoo.co.jp/search/result/%E8%92%B2%E7%94%B0-%E5%B7%9D%E5%B4%8E>
98. 大森(東京都)から川崎への乗換案内 - Yahoo!路線情報, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://transit.yahoo.co.jp/search/result/%E5%A4%A7%E6%A3%AE(%E6%9D%B1%E4%BA%AC%E9%83%BD)-%E5%B7%9D%E5%B4%8E>
99. 大森（東京都）から川崎までの乗換案内 - NAVITIME, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.navitime.co.jp/transfer/searchlist?orvStationName=%E5%A4%A7%E6%A3%AE%EF%BC%88%E6%9D%B1%E4%BA%AC%E9%83%BD%EF%BC%89&orvStationCode=00005641&dnvStationName=%E5%B7%9D%E5%B4%8E&dnvStationCode=00005203&defaultCondition=0>
100. 大森 (駅)による川崎駅から列車、 タクシー、 徒歩への移動 - Rome2Rio, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.rome2rio.com/ja/s/%E5%A4%A7%E6%A3%AE-%E9%A7%85/%E5%B7%9D%E5%B4%8E%E9%A7%85>
101. じわじわ熱くなる感覚がクセになる！名物氷ロウリュ｜レックスイン川崎, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://saturday-saunalover.com/sauna-review21/702/>
102. 【レックスイン川崎】リニューアルしたばかりのサウナで氷ロウリュが最高すぎました‼︎宿泊でお得なレックスイン川崎のご紹介！, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://kimoty.com/contents/sisu/kanto/kanagawa/rexinn_kawasaki/>
103. レックスイン川崎[川崎市]のサ活（サウナ記録・口コミ感想）一覧3ページ目, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2139/posts?page=3>
104. レックスイン川崎でサウナしてきた｜まつげ人間 - note, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://note.com/ino754/n/n666fa57c67cd>
105. レックスイン川崎(神奈川県川崎市) - スパワークス, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://spaworks.jp/facility/125>
106. 溝口温泉 喜楽里(神奈川県川崎市) - サウナイキタイ, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2061>
107. 溝口温泉 喜楽里（神奈川県川崎市） | サウナタイム（サウナ専門口コミメディアサイト）, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://saunatime.jp/saunas/1992/>
108. 溝口温泉 喜楽里[川崎市]のサ活（サウナ記録・口コミ感想）一覧3ページ目, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2061/posts?page=3>
109. 【実はすごいぞ】溝口温泉喜楽里は神奈川県トップクラスの温泉&サウナ｜地元民だけが愛しているわけではないほど質が高い｜きらり - M-システムコンサルティング株式会社, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://m-sysc.co.jp/2024/01/31/%E3%80%90%E5%AE%9F%E3%81%AF%E3%81%99%E3%81%94%E3%81%84%E3%81%9E%E3%80%91%E6%BA%9D%E5%8F%A3%E6%B8%A9%E6%B3%89%E5%96%9C%E6%A5%BD%E9%87%8C%E3%81%AF%E7%A5%9E%E5%A5%88%E5%B7%9D%E7%9C%8C%E3%83%88%E3%83%83/>
110. 【混雑状況配信】横浜青葉温泉 喜楽里 別邸 - 横浜｜ニフティ温泉 - @nifty, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://onsen.nifty.com/yokohama-onsen/onsen018532/>
111. 岩盤浴｜溝口温泉 喜楽里, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://www.yurakirari.com/kirari/mizonokuchi/ganban.html>
112. 溝口温泉 喜楽里 - 川崎 - 岩盤浴特集 - @nifty, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://stonespa.nifty.com/kawasaki-onsen/onsen007460/>
113. 大森駅（JR京浜東北線）のサウナ施設一覧（372件）, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://saunatime.jp/tokyo/JR%E4%BA%AC%E6%B5%9C%E6%9D%B1%E5%8C%97%E7%B7%9A/%E5%A4%A7%E6%A3%AE%E9%A7%85/>
114. 泊まれるサウナ屋さん 品川サウナ[品川区]のサ活（サウナ記録・口コミ感想）一覧249ページ目, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/80262/posts?page=249>
115. おふろの王様 大井町店[品川区]のサ活（サウナ記録・口コミ感想）一覧534ページ目, 7月 13, 2025にアクセス、 <https://sauna-ikitai.com/saunas/2031/posts?page=534>