

サウナ履歴書

フリガナ	アカガシラ ヲウジ
氏名	赤頭 隆見
1989年 6月26日生 (33歳) / サウナ歴(4年)	

【ととのったときの自画像】

私が初めてととのったあの日

(サウナとの出会い/最初にととのった施設/入り方/初ととのいの感覚など) ※文字でも/絵でも自由に記入ください

ツアー中にライヴスタッフが「ストレス発散のためさあさあさあ」といってサウナを教えたもよう。次の日移動日だったのでついでにさあさあも教えました。

歳	月	わたしのサウナ史 (サウナにまつわる印象的だった出来事/施設をお書きください)
29	10	ツアー中 新潟のサウナの施設にはじめて行きました
29	12	バニラズのギターのリッチマンとラワーアに行き、水風呂のなまこを体験して良くなって教えたもよう

最もととのったシチュエーション/施設

ラワーアの水風呂は入りやすく、寝るまでアイスもあり、最もととのりました!

サウナでの発見/サウナで得た気づき

鍵が掛かると熱い! こなりのきふ、心技を発見しました

自身の活動のお知らせをどうぞ!

2月22日にととのうミニアルバムが出来ます!!

ワグシにとって「ととのい」とは?

アナサーテイタンジョン