古民家のぬくもりに包まれる、
穏やかなサウナ時間。

A calm sauna retreat inside a traditional house.

ご予約はこちら

Concept

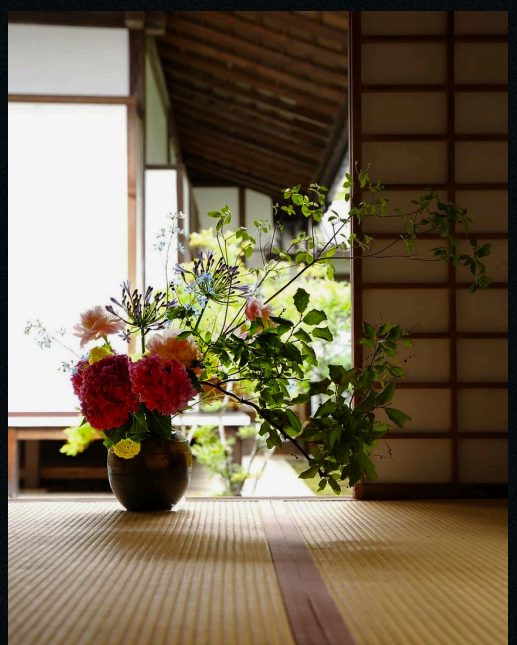
受け継がれた木と、あたらしい熱。

静かに歳月を重ねてきた古民家には、
どこか安心できるあたたかさがあります。
そのやわらかな気配に、
サウナの深い熱をそっと添えることで、
心も体もゆるりとほどけていく時間をつくりました。

薪の香り、しずかな光、落ち着いた木の質感。
昔からあるものと、新しく加わったものが自然に寄り添い、
穏やかな休息へと導いてくれます。

ここは、日々の忙しさを離れ、
ただ"気持ちが整っていく感覚"を味わえる、
小さな古民家サウナです。

杣について ›



サウナ Sauna

深く、静かにととのうために。

静かに歳月を重ねてきた古民家で、
ゆっくりと熱がほどけていくようなサウナ体験を。

薪がはぜるやわらかな音と、木の香りがほんのりと漂う空間は、
心の奥にたまった疲れまで静かに溶かしてくれます。

手を加えすぎない素朴なつくりの中に、
あたらしい熱の心地よさをそっと添えて。
深い静けさの中で、自分の呼吸だけがふわりと戻ってくる
そんなやさしい“ととのい”を味わえるサウナです。

外気に触れて休むたび、体が自然と軽くなっていく感覚を、
どうぞゆっくりとお楽しみください。

サウナについて ›

薪ストーブサウナ　　水風呂　　森の外気浴スペース

薪ストーブでゆっくりと温めるサウナ。木がはぜる音と薪の香りが空間を満たし、遠赤外線に似た穏やかな熱が体の芯から温めます。温度と湿度のバランスは手作業で整えられ、過度な刺激を避けることで深いリラックスへ導きます。木材の風合いが残る室内は明るすぎず、目を閉じれば古民家の時間がふわりと蘇るような落ち着きを感じられます。

お部屋 Room

古民家の趣を残した三つの客室は、それぞれに
違う静けさとぬくもりを持っています。

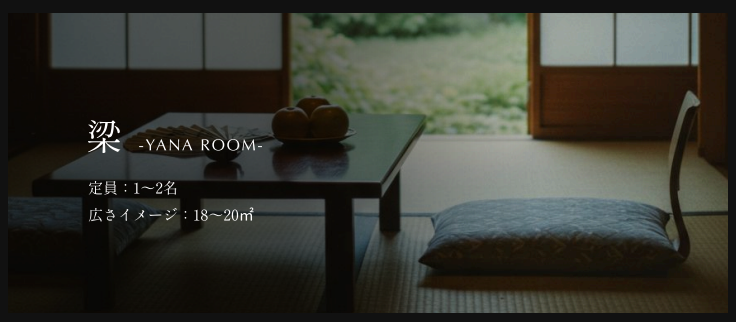
梁が見守る凛とした空間、庭風を感じる縁側の
間、灯りがやわらかく包む静かな部屋——]

どの部屋も、時の流れがゆっくりとほどけて
いくような“古民家の休息”を大切にしました。

お部屋について ›

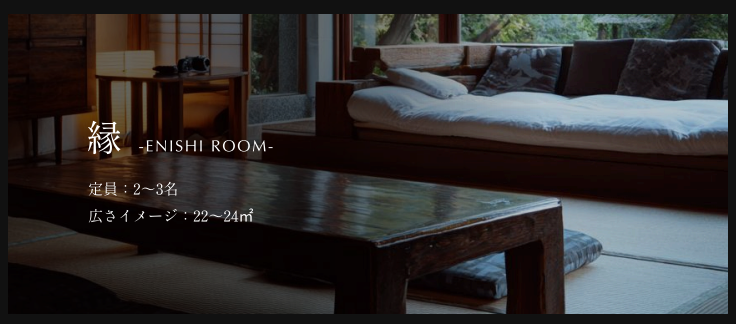
柔 -YAWARAGI ROOM-

定員：1〜2名
広さイメージ：16〜18㎡



梁 -YANA ROOM-

定員：1〜2名
広さイメージ：18〜20㎡



縁 -ENISHI ROOM-

定員：2〜3名
広さイメージ：22〜24㎡

一日の過ごし方 Flow

15:00

チェックイン

古民家の玄関でお迎え。
木の香りと柔らかな光に包まれて、
静かな滞在が始まる。

15:30

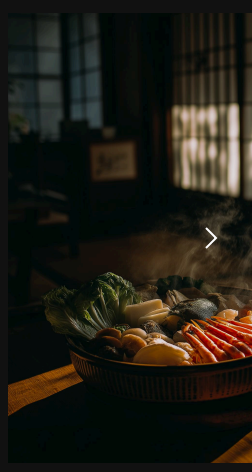
お部屋でひと休み

畳の部屋で荷物を置いてリラックス。
縁側で季節のお茶をひと口。

16:00

サウナ（1セット目）

チェックイン後のひととき。
夕食前のやわらかな熱に身をゆだね、
心を静かに整える最初のサウナ。



18:30

夕食

地元食材を使った一汁三菜の膳。
土鍋ごはんと、やさしい味わいの味噌

アクセス
Access

杣 -Soma-

〒377-1612
群馬県吾妻郡嬬恋村大字1234

電車でお越しの場合／

JR吾妻線「万座・鹿沢口」駅より約5.3km
※万座・鹿沢口駅にて送迎車両にご乗車いただきます。

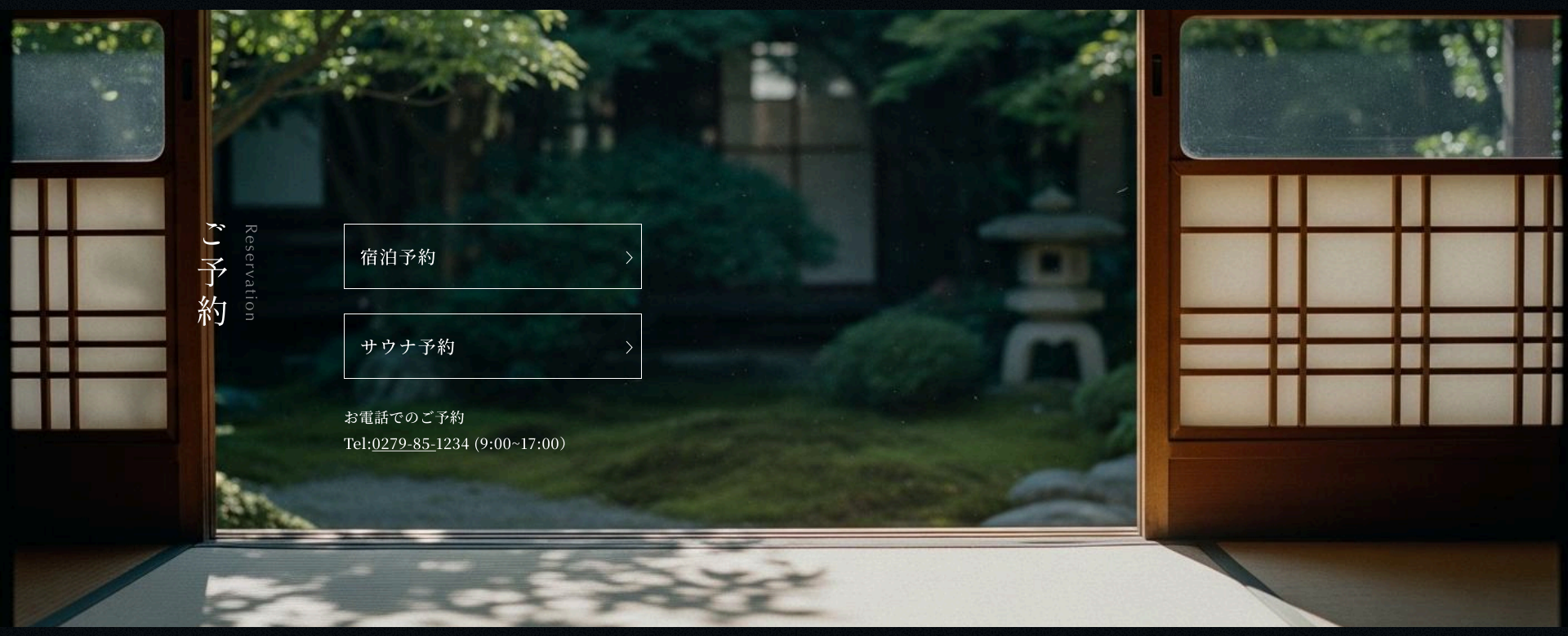
お車でお越しの場合／

関越自動車道「渋川伊香保IC」より約30分。
または、上信越自動車道「碓氷軽井沢IC」より約40分。
敷地内に無料駐車場（15台分）をご用意しておりますので安心してお越しください。

お知らせ
News

2025.9.30	地下水かけ流し水風呂　メンテナンス完了のお知らせ
2025.9.1	紅葉の候　秋季特別プランのご予約受付を開始いたしました。
2025.8.20	地元の旬食材を活かした季節の軽食メニューのご提供開始

一覧を見る ›



ご予約
Reservation

宿泊予約 ›

サウナ予約 ›

お電話でのご予約
Tel:0279-85-1234 (9:00~17:00)

杣
Soma
A calm sauna retreat
inside a traditional house.

杣 -Soma-
〒377-1612
群馬県吾妻郡嬬恋村大字1234
Instagram

©Soma All Right Reserved.