



2026年3月25日

報道関係各位

2026年の毎月26日(風呂の日)はお風呂に行こう！
全国約10万人に「ポカリスエット缶」を提供「ポカリお風呂プロジェクト」が始動

2026年は「026(お風呂)」の語呂にちなみ、“千年に一度のお風呂の年”とされる節目の年です。「2026 お風呂の年プロジェクト」に参画している大塚製薬株式会社(本社:東京都、以下「大塚製薬」)は2026年3月26日(木)より、温浴施設でのポカリスエットの飲用体験提供及びSNSキャンペーン等を通じて、入浴前後の水分・電解質補給を提案する「ポカリお風呂プロジェクト」を開始いたします。またプロジェクト開始に先駆けて、3月25日(水)に『「ポカリお風呂プロジェクト」始動発表会』を実施しました。本プロジェクトは、温浴施設を取り巻く、「ご褒美」や「レジャー」という多様な需要に着目し、温浴体験そのものの価値向上と、「入浴前後の水分・電解質補給」という健康行動の定着を目指す取り組みです。

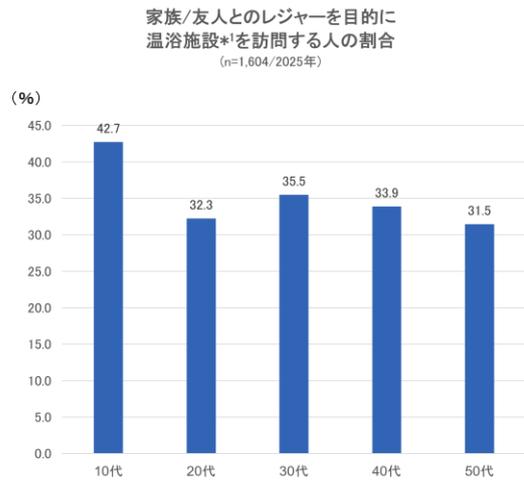
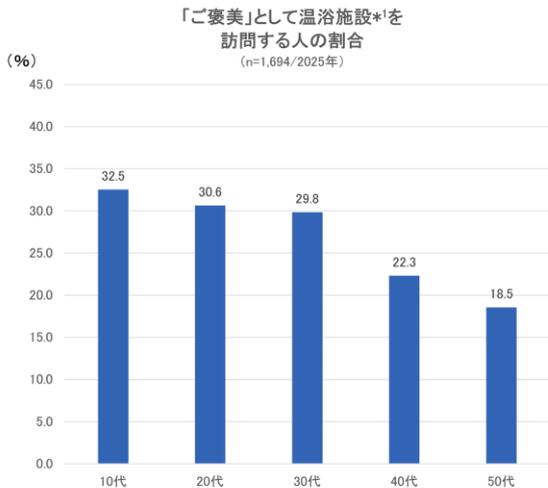


■温浴施設利用の盛り上がりとプロジェクトの背景

日本に古くから根付いている、家庭内での入浴をはじめとした日々のお風呂習慣。お風呂に浸かることは、単なる衛生目的だけではなく、健康管理や心身のリフレッシュなど、独自の文化を広げてきました。特に、温浴施設はその文化を支えてきていましたが、現在、若年層を中心に温浴施設の楽しみ方は「ご褒美」や「レジャー」など多様です。実際に、家族・友人とのレジャー目的での温浴施設の利用は3割を超えています。※1 社会環境の変化が著しい現代において、お風呂で汗をかくという行動は、心身のリフレッシュにつながる重要な習慣として、今後さらに広がっていくと考えられます。

汗をかくこと、そして汗で失われたものを補うこと。この両面において、水分・電解質補給は欠かすことができません。

ポカリスエットは、お風呂を通じて人々の健康維持・増進に貢献したいという考えと、お風呂の素晴らしさや汗をかくことの気持ち良さを、より多くの生活者の皆さまに伝えていきたいという想いを背景に、千年に一度の「お風呂の年」を機会と捉え、本プロジェクトを発足しました。

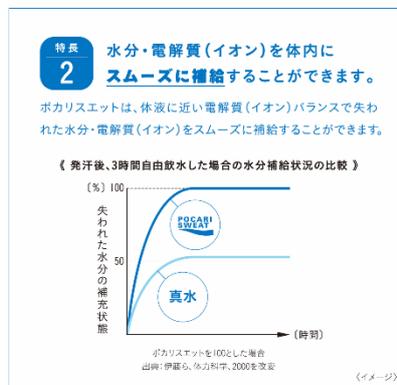
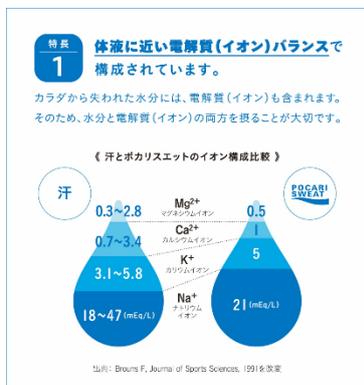


*: 温浴施設（銭湯・健康ランド※サウナは除く）を訪問する理由を教えてください。（いくつでも）に対する回答
*1: サウナを除く、銭湯・健康ランド

■入浴時の水分・電解質補給の必要性

一方で、入浴によって体内の水分は失われ、1回の入浴により失われる水分量は約800mlという報告もあります。※2 汗は真水ではなく、電解質も含まれるため、入浴前後の適切な水分と電解質補給が重要です。

ポカリスエットは「汗の飲料」として開発され、体液に近い電解質バランスにより水分をスムーズに補給できる健康飲料。入浴シーンにおける、水分・電解質補給にも適した飲料です。



<ポカリお風呂プロジェクトの概要>

2026年は、千年に一度の「026(お風呂)の年」。ポカリスエットはこの特別な1年を、毎月26日(風呂の日)を合図に、いつものお風呂時間がちょっと楽しくなる仕掛けで彩っていきます。

温浴施設と協力して実施するポカリスエットの飲用体験づくりと、SNSでも共感や楽しさが広がる取り組みをお届けします。また、施設で出会える清水みさとさんのポスターや、入浴時の水分・電解質補給のポイントを紹介した描きおろし漫画ポスターも掲出。これらを通して、楽しいお風呂時間の水分・電解質補給として「風呂だ！ポカリだ！」が自然に思い浮かぶ体験を提案し、「お風呂の年」を盛り上げてまいります。

■お風呂上りの定番にポカリスエット缶の提供

本プロジェクトでは、“風呂だ！ポカリだ！”をキーワードに、冷えたポカリスエット缶をご提供。缶の冷たさと共に、お風呂上りの体に染み渡るおいしさをご提供します。2026年3月26日(風呂の日)を皮切りに、毎月26日に全国の温浴施設でポカリスエット缶の提供を実施(3月から11月まで)。約10万人への飲用体験の提供を予定しています。

■清水みさとさん起用のスペシャルポスター&タナカカツキさん描きおろし漫画ポスターを温浴施設で展開



本プロジェクトでは、2026年“お風呂の年”をもっと楽しく盛り上げるために、ビジュアルコンテンツを制作しました。全国の温浴施設などに掲出するポスターとして展開します。

- ① サウナだけでなく銭湯めぐりも趣味である、清水みさとさんを起用したポスターは、思わず声に出したくなるキャッチコピー「風呂だ！ポカリだ！」とともに、お風呂上りの気持ちよさをまっすぐに届けるデザインに。ポカリスエットの缶と、ペットボトルの2パターンで、「お風呂にポカリ、最高！」という気分を後押しします。
- ② タナカカツキさんには、本プロジェクトのために描き下ろし漫画ポスターを制作いただきます。内容は、「サウナにも、お風呂にも、ポカリスエット、ポカリスエット イオンウォーターがぴったり」であることを、タナカカツキさんならではの軽快なタッチで、描いています。読んだ人にお風呂シーンにポカリスエットがおすすめである理由を紐解くコンテンツとしてお届けします。

■風呂だ！ポカリだ！フォロー&リポストキャンペーン開催

本プロジェクトの一環として、どなたでもご参加いただけるポカリスエット公式Xアカウントでのフォロー&リポストキャンペーンを年に2回実施予定です。

初回は、3/26 11:00～開始予定。

X(旧Twitter)上で、公式アカウント(@pocarisweat_jp)をフォロー、対象のキャンペーン投稿をリポストいただくだけで、ご参加可能キャンペーンとなっており、抽選でポカリスエット ペットボトル 500ml 1ケース(24本)や温浴施設で使える、入浴ペアチケット が当たります。

詳細は下記のサイトよりご確認ください。

<https://pocarisweat.jp/ofuro2026/>

※2026年3月26日11:00～よりサイト公開予定

※キャンペーンの開始タイミングは、やむを得ない事情により変更にある場合がございます。

■タレント・マンガ家情報

<清水みさととは>

1992年生まれ、奈良県出身のタレント・俳優。

大のサウナ好きで、大学生の時から毎日のようにサウナに通い続けている。

「サウナイキタイ」ポスターモデルはじめ、サウナに関するラジオ・連載・イベント等、多方面で活躍中。2022年には、サバンナ・高橋茂雄さんと「サウナ婚」を発表。



<タナカカツキとは>

1966年大阪生まれ。1985年マンガ家デビュー。「公益社団法人日本サウナ・スパ協会」が公式に任命する、日本でただ一人の“サウナ大使”としても活躍。著書には実写ドラマ版も人気の『サ道』『オッス！トン子ちゃん』、天久聖一との共著『バカドリル』などがある。「コップのフチ子」の企画原案。東京にあるサウナ施設「渋谷SAUNAS」、「高輪SAUNAS」の総合プロデュースも手掛ける。



■ポカリスエットについて <https://pocarisweat.jp/>

ポカリスエットは、「汗の飲料」をコンセプトに開発され、発汗によって失われた水分と電解質(イオン)をスムーズに補給する健康飲料として、現在20以上の国と地域で展開しています。体液に近い電解質のバランスのため、体内にすばやく吸収され、身体を長時間うるおします。そのため、スポーツ、工作中、入浴・就寝の前後など、様々なシーンにおいて渴いたカラダを潤すのに適しています。



※1 大塚製薬株式会社「自宅及び温浴施設での入浴実態調査(2025年)」(インターネット調査)による

※2 只野ら,医学と生物学,2010;154(8):376-386 (41°Cの風呂に15分間入浴後30分間安静時)