

# ＜サウナの持ち物チェックリスト＞

サウナに必要なもの6選	
	現金
	飲み物
	タオル
	ヘアケア・スキンケアグッズ
	ポーチ
	ビニール袋
女性がサウナで必要なもの3選	
	ヘアゴム
	ヘアラシ
	クレンジング
サウナに持っていくと便利なもの6選	
	サウナハット
	サウナマット
	スマートウォッチ
	サウナ用の眼鏡
	予備のコンタクトレンズ
	サウナ用のバッグ