



訪問ガイド 2026

シェーチェーニ・スパ

ブダペスト・から 39€

<https://szechenyibath.visit-tickets.com/ja/>・優先入場チケット & 料金

歴史 & エクスペリエンス

起源 & 歴史

1913年の新バロック様式の記念碑

GOOGLE **4.2** ★★★★★ 67 626 レビュー

TIQETS **4.28** ★★★★★ 28 769 レビュー

セーチェニー・スパの歴史は**1909**年に始まり、ブダペスト市が温泉施設の近代化を決定したことに遡ります。このプロジェクトは、建築家ジョーシュ・チジェルに委ねられ、彼は当時としては異例の規模を持つ建物を設計した。建設は数年にわたって進められ、複合施設は正式に1913年に開館した。このネオ・ルネサンス様式の記念碑は、単なる水浴場にとどまらず、建築的な豪華さと身体ケアを融合させたウェルネス空間を市民や訪問者に提供しようとする欧州の首都の野心を体現している。このサイトは、19世紀のハンガリーにおいて重要な歴史的な人物であったイシュトヴァーン・シェーチェニーの名を冠しています。政治活動家であり先見の明を持つ経済学者であるシェーチェニーは、観光と温泉療養を公衆衛生および経済発展の推進力として熱心に提唱した。その遺産は今日なお、国民の象徴となったこのインフラを通じて生き続けている。ブダペストは、その名を付けることで、鉱泉水が人々の日常生活を変革しうることが熱水療（スパ）産業が世界的な規模に拡大するずっと以前から理解していたこの人物への敬意を表そうとした。数十年にわたり、この温泉施設は都市の真の社会的な肺として機能してきた。2000年代まで、この施設は

主に地元のハンガリー人によって利用されており、彼らは都市の喧騒から離れて日常の憩いの場としてここを利用していました。住民たちはここで泳いだり、サウナでリラックスしたり、あるいは温かいプールサイドでただおしゃべりをしたりしていた。この共同浴槽の文化はハンガリーの伝統に根ざしており、その場所のアイデンティティを形作ってきた。それは単なるスパ以上の存在であり、開放的な地域のクラブのような場所で、世代を超えた人々が親しみやすくリラックスした雰囲気の中で交流している。今日、このサイトは新たな課題に直面しています：オーバーツーリズム。年間150万人以上の来訪者を数えるこの温泉施設は、ブダペストの必見スポットとなりつつあるが、常連客が求める静寂さが損なわれることもある。しかし、混雑にもかかわらず、この建物はもともとの趣をそのまま保っている。荘厳な建築が40℃の浴槽と共存し、20世紀初頭の優雅さと現代の活力との間で独自のコントラストを生み出しています。そこは、各アーチに歴史が息づき、訪れる人々を水の中だけでなく、時間の奥深くへと誘う場所です。

体験

シェーチェーニ温泉の門をくぐった瞬間、雰囲気が劇的に変わります。空気はより穏やかになり、源泉の鉱物的な香りと混ざったわずかな塩素の匂いが漂っている。壮大な建築があなたを出迎えます。装飾された柱や描かれた天井は、建設当時の格式を物語っています。自然光が大きなガラス屋根を通して差し込み、内側の池を照らし、ほとんど聖なるような雰囲気を醸し出している。たとえ泳ぐ人々の笑い声や水しぶきで賑わっている場所であっても、すぐに静けさを感じさせる。外側の水槽へと進むにつれ、体験は感覚的なものとなる。ミネラルを豊富に含んだ水が、比類のない優しさで体を包み込みます。晴れた日も、冬の霧のなかでも、40度の温かい水は深いリラクゼーションをもたらします。外の寒さはすぐに忘れ、筋肉の弛緩と心の安らぎに集中する。それは完全な休息の瞬間であり、街の喧騒が静まり、特別な環境の中で他者とともに分かち合う、個人的なウェルネスの儀式に代わる。

訪問の準備

実用的な情報

住所

第14区・地下鉄: Széchenyi fürdő (M1線、直接出口) または
Hősök tere (M1線、徒歩5分)。

営業時間

平日は7時-20時、週末は8時-20時まで開館しています。天
候により冬季には屋外プールが閉鎖される場合があります。

料金

39€から。チケットにロッカーまたはキャビンが含まれて
いるか確認してください。デフォルトでは提供されませ
ん。

滞在時間

18のプールとリラクゼーションスペースを十分に楽しむに
は、最低2〜3時間を確保してください。温かいプールとぬ
るいプールの切り替えには半日程度が理想的です。

写真撮影

共用エリアではフラッシュなしでの個人写真撮影が可能で
す。狭い通路の通行を妨げないよう、大型機器の使用は避
けてください。

対象者

14歳以上の成人および青少年に最適です。2025年8月以
降、14歳未満の方は、24時間前に承認された医療上の例外
を除き、入場できません。

アクセス方法

アクセス & 交通手段



地下鉄

: Széchenyi fürdő — 2 min à pied

ブダペスト・フェレンツ・リスト国際空港 (44 min)・Széchenyi fürdő (6 min)



バス

: Széchenyi fürdő — 2 min à pied

ブダペスト・フェレンツ・リスト国際空港 (71 min)・Széchenyi fürdő (9 min)



車

ブダペスト・フェレンツ・リスト国際空港 (55 min)・Széchenyi fürdő (4 min)



自転車

ブダペスト・フェレンツ・リスト国際空港 (74 min)・Széchenyi fürdő (3 min)

LOCALISATION

Où se trouve シェーチェーニ・スパ？



📍 ブダペスト

🌐 47°31.119' N, 19°4.943' E

組織

屋内・屋外の空間を探索する

屋内プール（メインフロア）

ここは施設の心臓部であり、天候の影響を受けない15の屋内プールを備えています。水温は変化しており、泳ぎに適したやや冷たい水と、リラクゼーションのための温かいプールの間で切り替えることができます。モザイクやヴォールト天井を特徴とする室内建築は、暖かく親密な雰囲気を醸し出しています。寒さや雨を避けたい方にとって、ここは理想的な場所です。

屋外テラス（開放型プール）

この場所の最も象徴的な部分は、天候にさらされた3つの大型屋外プールで構成されています。ここでは、特に涼しい日に蒸気が荘厳に立ち上る中、40°Cの温泉水の魔法を存分に楽しめます。ヴァロシュリゲトとブダペストの空を望むパノラマビューは、人気のフォトスポットとなっています。周囲に配置された石造りのベンチでは、くつろぎながらプールを楽しむことができます。

リラックススペースとスパ

水遊びを超えて、この複合施設はサウナ、スチームルーム、プライベートキャビンなど、究極のリラクゼーションに特化したエリアを提供しています。これらの空間はメインプールよりも静かで、マッサージやタラソセラピーなどのプレミアムサービスも受けられます。公共プールの喧騒から離れ、静寂の中で心身を回復させるひとときを過ごすのに最適な場所です。

アクセシビリティ



車椅子アクセス

主要プールやリラクゼーションエリアへのアクセスが容易です。購入前に詳細をご確認ください。



ファミリー向け

14歳以上の青少年に推奨されます。2025年8月以降、14歳未満の方は厳格な医療上の例外が必要です。



オーディオガイド

フランス語, 英語, ハンガリー語

必見スポット

選択

18のプールで外せないスポット

01

南テラス

大外浴場

これは温泉の象徴的な風景で、40℃に温められたターコイズブルーの水が特徴です。この広大なプールは、多くの来訪者が互いに邪魔にならずに同時に泳いだり浮いたりできることを可能にしています。特にテーマ付きの夜には、祝祭的で親しみやすい雰囲気が漂っています。この場所の集合的エネルギーを感じるための最適なスポットです。

💡 このプールは、温度差によって生じる蒸気が視覚的に劇的な効果をもたらすため、特に冬場に観光客が写真を撮るために最初に選ぶ場所として人気があります。

02

中央ホール

歴史的な屋内プール

これら屋根付きのプールは、1913年の建築的純粋性を保ち、見事な新バロック様式の細部を備えています。ここでは水の流れがやや穏やかで、より瞑想的な水泳に適しています。床のモザイクと天井のフレスコ画は特に注目に値します。歴史とウェルネスが調和して共存する空間です。

💡 多くの地元の人々は、これらのエリアに直接供給される深層水源の特定の鉱物組成のおかげで、屋内プールの水の質感がより滑らかだと主張しています。

03

スパエリア

伝統的なサウナ

水泳セッションの後、ハンガリー式サウナは体を浄化するための強烈な代替手段を提供します。乾燥した熱は、ミネラルの効能をよりよく吸収できるように肌を整えます。これはブダペストの浴場文化において不可欠な儀式です。隣接する更衣室では、プールに戻る前に快適に着替えられます。

💡 地元の温泉伝統に由来する慣習として、最高の熱を楽しむために上段のベンチに座るのが一般的です。

04

ウェルネスゾーン

水圧ジェット式温浴プール

このマッサージジェットを備えたプールは、長時間の歩行後の筋肉の緊張をほぐすのに最適です。ジェットの強さは個人のニーズに応じて調整できます。背中や脚などの特定の部位にピンポイントでアプローチできる優れた方法です。多くの訪問者が身体的な効果を最大限に高めるために、ここで長い時間を過ごしています。

💡 理学療法士は、疲れた旅行者に対してこのタイプの治療をしばしば推奨します。それは、温水と圧力の組み合わせが蓄積した毒素を排出するのに役立つからです。

05

東テラス

ヴァロシュリゲトの眺め

屋外テラスの一部からは、公園内の樹齢百年を超える木々を一望でき、まるで大都市の中心地にいることを忘れるほど異国情緒あふれる風景が広がります。緑豊かな景観は視覚的な涼しさをもたらす一方で、温かい水とのコントラストを生み出しています。静寂を求める方にとって、ここは特別な場所です。

💡 秋には、公園の木々の葉の色が池の水に映り込み、見事な自然の絵画を描き出し、アマチュア写真家たちに大変人気があります。

06

飲食エリア

シェーチェニ・バー

浴槽の近くに位置するこのバーでは、水補給や軽食を楽しみながら、水遊びエリアを離れることなく過ごせます。地ビールから爽やかなカクテルまで、メニューは多様です。アクティビティのそばに留まりながら他の訪問者と交流するのに最適な場所であり、雰囲気は通常リラックスしており親しみやすいものです。

💡 夏の夜には、このバーが非公式な出会いの場となり、旅行のアドバイスや街に関するエピソードが交わされます。

07

衛生ゾーン

鉱泉シャワー

プールに入る前に、肌を清潔にし血流を促進するために鉱泉シャワーの利用が推奨されます。これらのシャワーの水は、プールの水と同じ治癒効果を持っています。これは重要な衛生上のステップであり、入浴への体の準備にも貢献します。訪問の儀礼的な側面を強化します。

💡 一部の訪問者は、その後続くプールの暖かさと心地よく対比される、これらのシャワーの最初の爽快感を特に好んでいます。

08

首页

更衣室と储物柜

尽管功能齐全，更衣室是体验中的关键要素，提供了一个安全存放物品的空间。务必确认您的门票是否包含储物柜或更衣间的访问权限。这些空间的有序管理有助于实现从城市到温泉世界的过渡。妥善管理个人物品，让您能全身心投入放松之中。

💡 如果您的门票不包含带锁的储物柜，建议额外携带一把挂锁，以便在沐浴期间妥善保管贵重物品。

アドバイス

ウェルネスセッションを適切に準備する

タイミング

年間150万人という記録的な混雑を避けるため、閑散時間帯を狙いましょう。開園直後の早朝や午後遅め（18時～19時頃）は、正午のピークタイムとは異なり、より落ち着いた雰囲気です。真のリラックスを楽しめます。

コース

最初は屋内の浴槽で水温に体を慣らし、その後屋外の浴槽へ移動して景色を楽しんでください。循環効果を最大限に高めるために、高温エリアと冷水シャワーを定期的に交互に利用してください。非常に高温の水の中で長時間同じ姿勢でいることは避けてください。

休憩

1時間の水泳の後には、シェーチェニ・ガーデン・レストランまたは隣接バーで休憩してください。水や天然ジュースを十分に摂取し、サウナや水泳セッションを再開する前に軽いスナックでエネルギーを補給しましょう。

オーディオガイド

フランス語、英語、ハンガリー語でオーディオガイドが利用可能です。建物の歴史や水質の特性を理解するのに役立ちますが、温泉療法の基礎にすでに精通している場合は必須ではありません。より没入感のある体験のために、各プールの自由な探索を優先してください。

チケット

チケットの内容を注意深く確認してください。39ユーロの標準料金には、タオルやロッカーは含まれていません。持ち物を保護する必要がある場合は、ロッカーまたはキャビンを含むプランを予約するか、現地でのロッカーレンタルを手配してください。

写真

共用エリアではフラッシュなしで個人撮影が可能です。屋外池から立ち上る蒸気を撮影する最適な時間は、斜光が視覚効果を際立たせる早朝または夜遅くです。通路を妨げないように、大型の機材は避けてください。

子ども

2025年8月より、14歳未満は原則として入場不可ですが、24時間前に医師の証明書による医療上の例外が承認された場合は除きます。14歳以上の青少年と一緒の場合は、大歓迎です。小さなお子さま連れの方は、訪問計画をそれに応じて立ててください。

快適さ

クラシックな水着（ブルキニは許可されています）と、濡れた床を歩く際に必須のサンダルをお持ちください。キャップは一部の屋内プールでのみ必要です。すべてのチケットにタオルが標準で付属しないため、ご自身のタオルをご用意ください。

よくある質問

よくある質問

| 事前に予約する必要がありますか？

はい、特に夏や週末は強く推奨されます。年間訪問者数は150万人を超える可能性があります。オンラインで予約して、時間帯を確保し、行列を避けましょう。

| キャンセルはいつまで可能ですか？

条件は販売者と選択した日付によって異なります。確認前に必ずチケット固有のキャンセルポリシーを確認してください。一部の柔軟なチケットは、24時間前までの無料キャンセルが可能です。

| 現在プロモーションはありますか？

標準チケットには定期的に季節限定オファーがあります。ロッカーやキャビンを含むプランのプロモーションにご注目ください。事前購入は窓口価格より節約できることが多いです。

| チケットにロッカーやキャビンは含まれていますか？

いいえ、標準チケットにはタオルもロッカーも付属しません。購入する具体的な商品にロッカーまたは専用キャビンが含まれているか確認してください。記載がない場合、現地でのレンタルを手配してください。

| 見学にはどのくらい時間がかかりますか？

18のプールを探索するには少なくとも2時間を計画してください。多くの訪問者は、熱いプールと冷たいプールの切り替えのために半日過ごします。最適な時間は個人のリラクゼーションペースによって異なります。

ご存知ですか？

エピソード & トリビア

ミネラルの力を持つ水

温泉の水は、カルシウム、マグネシウム、重炭酸塩、ナトリウム、硫酸塩を豊富に含む天然水源から得られます。医療用鉱泉水として分類されていませんが、このミネラル組成は肌のなめらかさや筋肉のリラクセスに寄与します。科学者たちは何世紀にもわたり、これらの微量元素が人体に及ぼす有益な効果を研究してきました。

イシュトヴァーン・シェーチェーニの遺産

サイトの名を冠するイシュトヴァーン・シェーチェーニは、現代ハンガリーの父と見なされています。彼は観光のパイオニアであり、公衆衛生の改善のために温泉インフラの開発を促進しました。彼の先駆的なビジョンは、今日私たちが知るハンガリーウェルネス産業の基盤を築きました。

新バロック様式

Győző Cziglerによって設計されたこの建物は、新バロック様式の建築における傑作です。装飾を施したファサード、ドーム、そして彫刻の細部は、オーストリア＝ハンガリー帝国時代の華やかさを物語っています。この建築様式の保存は、入浴体験に強い文化的な次元を加え、スパを屋外的美術館へと変貌させています。

ハンガリーの社会的儀式

ハンガリーでは、温泉に行くことは単なる娯楽活動ではなく、文化に根ざした社会的儀式です。人々はそこで再会し、話し合い、親密な瞬間を共有するために訪れます。この共同体としての側面により、シェーチェーニ・スパは完全に生活の場となり、温かい水を中心に人間関係が築かれています。

博物館周辺

ブダペストで最も大きな都市公園であるヴァロシュリゲトの中心に位置するこの温泉施設は、緑豊かな環境を提供しており、入浴前後に散策を楽しむのに最適な場所です。すぐ隣にある美術館では、徒歩数分の距離に位置する高名なコレクションを鑑賞しながら、文化とリラックスを両立させることができます。体力を回復するために、レストラン「マゼル・トヴ」は親しみやすい雰囲気と、運動後の軽食に最適な料理を提供しています。もしさらに発見を深めたい場合は、ブダ城からはドナウ川を見渡す息をのむようなパノラマビューが楽しめます。また、ブダペスト大シナゴークは、この都市のユダヤ人歴史を理解するために外せないスポットです。これらの場所は、温泉地を核として、文化的・自然の要素が調和した一貫した回遊ルート（サーキット）を形成しています。

シェーチェーニ温泉を訪れることは、単なる入浴以上のものです。それはブダペストの魂に浸る体験です。豪華な建築と、心地よく温かい鉱泉水のぬくもりが織りなす空間で、あなたは稀有な軽やかな感覚を手にして帰ることでしょう。冬の寒さを逃れるためであれ、静寂のひとときを延長するためであれ、この場所は忘れがたい体験を提供します。時間の緩やかな流れに身を任せ、池から立ち上る蒸気とともに、あなたの悩みを消え去らせてください。ここが、町があなたを気遣う場所です。