

2026 年 10 月 21 日

サントリー株式会社

「サントリー生ビール」新 TV-CM

サウナ好きの河合優実さんが絶景サウナを満喫

水風呂の沁みわたる爽快感に思わず「はぁ〜〜っ…！」

「あゆみさんの休日」篇 10 月 24 日(土)から全国で順次オンエア開始

撮影中でもすっかりサウナ気分！？インタビューでは

「サウナの思い出やこだわり」「気分が上を向いた出来事」などを語る

サントリー(株)は、「サントリー生ビール」の新 TV-CM として、メッセンジャーの河合優実さんが出演し、神木隆之介さんがナレーションを担当する「あゆみさんの休日」篇(15 秒、30 秒)を 10 月 24 日(土)から全国で順次オンエアします。



■新 TV-CM について

「サントリー生ビール」は、日常に寄り添う定番ビールを目指し、“飲みごたえと飲みやすさ”を両立した商品です。2026 年は「沁(し)みわたるのどごし」の生ビールというコンセプトの下、メッセンジャーの河合優実さんと、斉藤和義さんが歌う「上を向いて歩こう」を採用したコミュニケーションを展開。味わいの特長や商品を通じてお届けしたい価値を、爽快かつ気持ちのよいトーンで象徴的に描いています。

本 TV-CM シリーズにおいて、河合さんが演じるのは青果市場で働く若手社員・今野(こんの)あゆみ役です。今回の「あゆみさんの休日」篇では、爽やかな秋空の下、自然豊かな庭先のプライベートなサウナで汗を流し、心身ともにリフレッシュするあゆみの姿を通じて、心地よい刺激や爽快感が続く「沁みわたるのどごし」が楽しめる「サントリー生ビール」の魅力を表現しました。冷たい水風呂に身を委ねてリラックスする様子、心地よい風を浴びながら「サントリー生ビール」を飲むシーンなど、爽快感たっぷりの新 TV-CM にご注目ください。

■新 TV-CM「あゆみさんの休日」篇(30 秒)ストーリー

庭先のバレルサウナ(たる型の木製サウナ小屋)にて。部屋の奥で蒸気を浴びているあゆみ(河合さん)が、滝のような汗をかきながら「あっつい…」とつぶやきます。

サウナを出た後、露天の水風呂に恐る恐る足を入れた瞬間、思わず「つめたっ！」と足を引っ込めるあゆみ。水風呂に浸(つ)かって、爽快感と心地よい刺激を味わいながら、「何も考えない」「ただ、感じる」というナレーションが重なります。感覚が研ぎ澄まされていくにつれて、自然の鳥のさえずりや木の葉の揺れる音が大きくなり、思わず「はあ〜っ…」とため息をはくあゆみ。気持ちよさそうに天を仰いだその横顔に、「そうして あゆみさんは 生き返る」というナレーションが入ります。

サウナ後、髪をすっかり乾かして一段落した後、庭先のリクライニングチェアに腰掛けて「サントリー生ビール」を飲むあゆみ。「空が青い日の生ビール」「沁みわたるのどごし」「サントリー生ビール」というナレーションと商品カットに続いて、最後は「はあ〜」とおいしそうに息をつくあゆみの姿に、「沁みるぜ」という心の声が重なります。

■撮影エピソード

◇ぜいたくなプライベート空間が楽しめるバレルサウナ初体験

サウナのシーンは、ロケ地の庭先に設置した半円窓付きタイプのバレルサウナ内で撮影しました。サウナハットに T シャツ、ショートパンツ姿でカメラ前のベンチにスタンバイした河合さんは、「撮影前日もサウナへ行きました」と明かすなど、実は大のサウナ好き。ぜいたくなプライベート空間を演出するバレルサウナは初体験ということで、さっそく部屋の中を見渡して、蒸気とともに柔らかな熱が広がるサウナヒーターに興味深そうに眺めるなど、すっかりサウナの世界に浸ってすてきな笑顔をのぞかせていました。本番もあっという間に OK が出て拍手が起こると、河合さんはカメラに向かって両手でサムズアップ。ご機嫌なポーズで、現場は和やかな空気に包まれました。

◇自然豊かな露天の水風呂に浸かって身も心もリラックス

続いて、バレルサウナ近くのウッドデッキ上に設置したヒノキの水風呂へ移動し、恐る恐る足を入れるカットを含む一連のシーンの収録に臨んだ河合さん。水風呂の縁を枕にして気持ちよさそうに天を仰ぐカットでは、本番中に鳥のさえずりや波の音、風が揺らす木の葉のざわめきが聞こえてくるなど、ロケ撮影ならではの自然の音が、河合さんのナチュラルな表情をより一層引き立てていました。また、ここではドローンを使った空撮も実施。水風呂に身を委ねた河合さんが、周囲の自然と一体化していくかのような印象的かつダイナミックな映像を追求しました。

◇風も味方にした「サントリー生ビール」の飲みカット

髪を乾かして着替えた後、リクライニングチェアで「サントリー生ビール」を飲むシーン。朝から続いた撮影の疲れを癒やす待望の飲みカットだけに、ファーストテイクから「サントリー生ビール」の「沁みわたるのどごし」を存分に味わうと、ちょうどいいタイミングで吹いた風が河合さんの前髪をふわっと揺らしました。すると、カットの直後にどこからともなく「パチパチパチパチ」と手をたたく音が。「出ました、拍手！」というスタッフの声に、河合さんは満面の笑みを浮かべていました。さらに、飲み終えた後に「はあ～」とため息をはくラストカットでも、絶妙の表情を披露した河合さん。「このカット、OK です！」という声が響き渡ると、周りにいたスタッフたちと「イエイ！」とハイタッチを交わし、「お疲れさまでした！」とスタッフ全員にねぎらいの言葉と拍手を送りました。

■新 TV-CM 概要

タイトル	: 「あゆみさんの休日」篇(15 秒、30 秒)
出演	: 河合優実
ナレーション	: 神木隆之介
放映開始日	: 2026 年 10 月 24 日(土)より順次放映
放映地域	: 全国
使用楽曲	: 「上を向いて歩こう」(斉藤和義)
CM 本編 URL	: 15 秒 https://www.youtube.com/watch?v=R5gROiDfWC4 30 秒 https://www.youtube.com/watch?v=sdWKOgbcU4U

▼「サントリー生ビール」ホームページ

<https://www.suntory.co.jp/beer/suntorynama/>

■河合優実さんインタビュー

——新 TV-CM 撮影の感想を教えてください。

サウナは好きですが、まさか CM でこういうシチュエーションに出合えると思っていなかったのも、楽しみながら撮影しました。入っている時、なんとなく木のいい匂いがして、海も見えて場所が気持ち良すぎたので、本当に撮影そっちのけでずっと目をつぶって、サウナ気分だけ味わっていました(笑)。

——最近サウナに行った時のことを教えてください。

いろいろなタイプのサウナがあって、普通のロウリュ(室内に充満する蒸気で発汗を促すフィンランド発祥の入浴法)は、サウナストーンに水をかけますよね。でも、以前行ったことのあるサウナは部屋の壁に水をかけると、そこからじんわり蒸気が出てくるみたいな感じで、ものすごく気持ち良かったですよ。壁ロウリュをもう1回体験してみたいなと思いました。

——サウナでのこだわりや、過ごし方を教えてください。

ちゃんと水風呂に入ることがサウナよりも大事だということに、最近改めて気付きました。「これが“ととのう”なんだ」という感覚は、サウナに入っている時や外気浴の時よりも、水風呂に浸かっている時にサアッと訪れるような気がして、ちょっときついですが、しっかり入るようにしています。

——新 TV-CM では水風呂に浸かるシーンがありましたが、水風呂は得意ですか？

得意ではなかったです。でも、“ととのう”の鍵は水風呂にあることを知ってから、ちゃんと入っていますし、気持ち良く感じるようになりました。いろいろ流派があると思いますが、1分以上入るのが私のおすすめです。

——水風呂の好きなところはどこですか？

最初はものすごく冷たいんですけど、頑張って動かないでいると、自分の体温で自分の周りの水だけ温まっていく感覚が気持ち良くて。だから、ずっと動かずに、水の温度の変化を感じるのが好きですね。あと、水風呂に入った時にスーッと冷たい息が通るような感じと、サン生を飲んだ時の「沁みわたるのどごし」の気持ち良さは、ちょっと似ているなとも思います。

——「サントリー生ビール」とサウナの共通点は何か感じましたか？

サウナに入った後に得たい爽快感と、サウナに入りたい時、ビールを飲みたい時の感覚は、自分の中でとても似ているというか、同じものを求めているような気がします。

——「サントリー生ビール」のパッケージの青色のように爽快な青空の下でやりたいことを教えてください。

外でご飯を食べるのが大好きなので、青空の下でピクニックとか、ベランダでご飯を食べたいです。

——CM 楽曲「上を向いて歩こう」にちなみ、最近思わず気分が「上を向いた」出来事を教えてください。

さい。

「春巻き+ビール」です。最近揚げ春巻きを作ったら、それがもう「私は天才なんじゃないか？」と思うほどのおいしさで(笑)。サン生との相性もぴったりでした。これは私が敬愛する料理家の方のレシピで、ささみとセロリと生姜を入れるんですけど、皆さんにも振る舞いたいぐらいものすごくおいしくて、毎回ペロリです。前は米粉の皮で作りましたが、全然違いました。普通の春巻きは中の具に火を通してから包むことが多いと思いますが、そのレシピは生の状態で包んでいいから簡単で、しかもささみとセロリと生姜だから爽やかな味になります。