



タレント・女優

出身地 奈良県
生年月日 1992年3月5日
身長 160 cm
最終学歴 日本大学芸術学部
映画学科演技コース

特技 ピアノ
資格 サウナ・スパ健康アドバイザー
サウナ・スパプロフェッショナル
フィンランドサウナアンバサダー



サウナ×コミックエッセイ

**ご自愛
サウナライフ**

好評発売中！！



■ HISTORY ■

毎日サウナに通うほど大のサウナ好きで、日本最大のサウナ検索サイト「サウナイキタイ」ポスターモデルをはじめ、「のんあるサ飯アンバサダー」就任や、Visit Finlandよりフィンランド・サウナ・アンバサダーに任命されるなど、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。

■CM・タイアップ■

イヴ・ロシェの湯 キャンペーンアンバサダー（2025年11月～）

BREATHER「ston s」公式アンバサダー（2024年12月～）

クラシエホームプロダクツ販売「冷シャンプー」（2024年12月～）

「アロウズガーデンデザイン」（ナレーション／2024年～）

アサヒ飲料「WILKINSON」（2024年）

Totonou「サウナと共にある暮らし～清水みさと編～」（WebCM／2023年）

メルカリ（2023年）

森永製菓「アイスボックス」×地球風呂・サウナに入る女性（2022年）

「チ。ー地球の運動についてー」（WebCM／2021年）

Adidas×ULTRABOOST（WebCM／2021年）

スターチャンネル（2020年）

Adobe「#3夏の思い出が、アニメ風にな。」（WebCMナレーション／2017年）

楽天ポイントカード 出光篇（ラジオCMナレーション／2017年）

サッポロビール風味爽快ニシテ（2017年）



■モデル・コラボ■

日本最大サウナ検索サイト『サウナイキタイ』ポスターモデル

tsukuru & Lin.（2025年／リンネル12月号）

sm2rhythm（2024年）

nest Robe（2024年／リンネル12月号）

UNIQLO×Marimekko（2024年／リンネル11月号）

UNIQLO×Marimekko（2024年／リンネル5月号）

清水みさと×OUTDOOR PRODUCTS TABI BAG COLLECTION（2023年／BAYCREW'S STORE）

清水みさと×OUTDOOR PRODUCTS サウナバッグ（2022年／BAYCREW'S STORE）



■ラジオ■

清水みさとの、サウナいこ？（AuDee）

清水みさと・岩田リョウコ ひとまず今日もいい日（Podcast）

■MV■

DISH//「SAUNA SONG」（2020年）

イハラカンタロウ「湯舟」（2020年）

■YouTube■

ANA公式YouTube

【#1.スウェーデン 清水みさとがゆく、北欧ストックホルムのサウナと街】



■TV■

NHK-----

連続テレビ小説「半分、青い。～何とかしたい！～」(130話)

NEXT TRIP～青森サウナとねぶたの青森旅～（BS12）

NTV-----

踊る！さんま御殿（2025年11月25日oa）

DayDay.

ミュージックドラゴン

バカリズムの大人のたしなみズム（BS日テレ）

EX-----

サウナを愛でたい ナレーター（BS朝日）

あざとくて何が悪いの？

土曜ワイド劇場「おとり捜査官 北見志穂17」

TBS-----

世界ふしぎ発見！～フィンランド エストニア篇～＜ミステリーハンター＞

おもひで銭湯探訪（BS-TBS）

旅するサウナ（BS-TBS）

BACKSTAGE

TBS×Paraviスペシャルドラマ 新しい王様（第2・3話）

TX-----

湯遊ワンダーランド（BSテレビ東京）

地球風呂

CX-----

日曜ファミリア・やっぱり犬も好き！お手上げワンちゃんなんて呼ばせない！

その他-----

サスティナ！CAMP（HBC北海道放送）



【#1 スウェーデン】清水みさとが歩く、北欧ストックホルムのサウナと街【ANA公式】



■連載■

オレンジページnet 『清水みさとの本日もトトノイマシタ!』



るぶ&more 『清水みさとのあちこちサウナ旅』



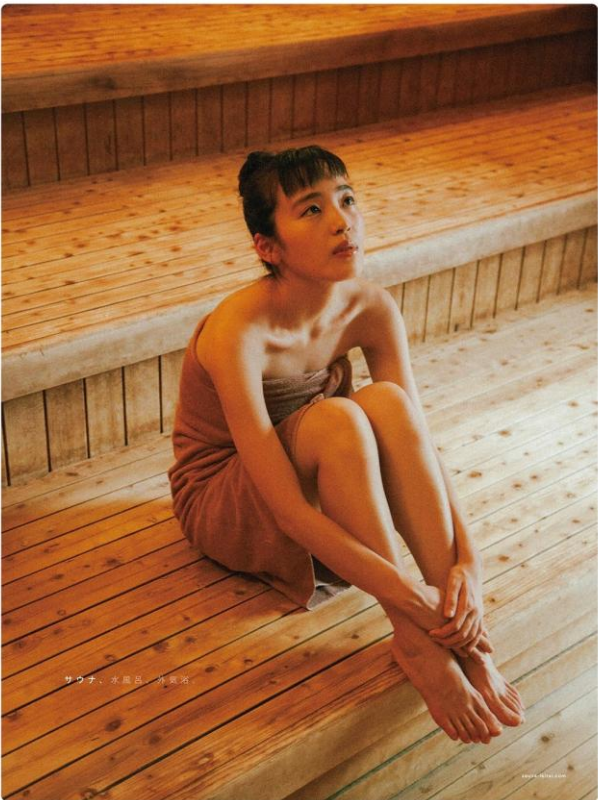
サウナイキタイ 『わたしはごきげん』



岩田リョウコ&清水みさとの『テントサウナで逢いましょう』



■ ポートレート ■



「サウナの人入り」
サウナ約6〜10分、水風呂1〜2分、休憩6〜10分
サイクルを3回ほど繰り返して入ります。

**サウナ
イキタイ**
SAUNA HOTEL



「サウナの人入り」
サウナ約6〜10分、水風呂1〜2分、休憩6〜10分
サイクルを3回ほど繰り返して入ります。

**サウナ
イキタイ**
SAUNA HOTEL



SAUNA HAT

サウナイキタイのサウナハット



サウナ、水風呂、湯上がり

© 2023 SAUNA HAT

【サウナの入り方】

サウナの6〜10分、水風呂1〜2分、休憩6〜10分
サイクルを3回ほど繰り返して入ります。

**サウナ
イキタイ**
SAUNA IKITAI



サウナイキタイ



nest Robe

