



サミュエル・アネスリーの 世界見聞録

— Part 4 —



外国から見ると私の母国のイギリスは色々な「もの」の国です。「紅茶」といい、「まずい食べ物」といい、「霧」といい、「紳士」といい、イギリスというとたくさんのイメージが浮かんでくると思います。この前、イギリスの新聞をネットでちらっと読んだら、「イギリスの紳士は絶滅したか」という論説がありました。現代化の進展によりどの国の文化でも変わってくる部分がありますが、母国の紳士の伝統がなくなったら非常に残念だと思いました。その記事をきっかけとして、紳士的な態度や、礼儀正しい振る舞いとは本当は何だろうと自問自答しました。さらに、答えはその国によって違うことに気づきました。

私にとってはどんな行動が丁寧なのか、また私の周りの人々はその行動を果たしているのかと考えてみたらとても面白い勉強になりました。例えば、イギリス出身の男性だからかどうか分かりませんが、ドアは必ず女性のために開けて、先に通らせてあげます。一緒にエレベータに乗ったら、ドアが開くと先に出て行かせてあげます。ただ、日本人同士の男女の場合は、ほとんどの男性はそうしてあげないそうです…。毎日室内で働くからこういう様子をよく見ますが、見るたびにちょっと違和感を感じます。

また、食事の時は食べ物が口の中に入っていれば、話はしないものですし、できる限り余計な音は立てないものですから、私が中国にいたときは皆がすごく無礼だと思いました！でも中国では食べながら舌を打つことは、食べ物が美味しく、作ってくれた人に感謝を表す意味があるそうだから、本当は無礼ではありません。またインドといえば、

左手で握手するのは非常に失礼だそうですが、その故はなかなかこの紙面では書けないので、自分で考えてみてください！どの文化でも固有のマナーがあると思います。

一方で、多文化ばかりではなく、自分の文化にも違和感を感じさせるところがあります。西欧の昔の家族写真は、だんなさんのほうが前景で椅子に座っており、子どもたちと奥さんが彼の周りでたたずんでいます。同じ西欧人である私は、椅子は一つしかないなら女性のほうが座るべきだという気がします。もちろん現代ではその通りに、奥さんのほうが座っています（^_^）日本の家族の写真はどうでしょう？

この何が丁寧な行動なのかというテーマから考えさせられたことは、自分の丁寧なところは思いつきやすいかもしれませんが、他人に思われている自分の失礼なところはわかりにくいということです。私の周りの人々は私にとって無礼な癖がありますが、周りの人々に思われている私の無礼な癖は何だろう？！と違ってちょっと不安ですが、いまだに勇気をだして同僚や友達に聞いていません！

行動の良さと悪さは絶対的な定義はないと思います。ある男の人が一緒にいる女の人を優先してあげないからといって無礼な人だと決めつけるわけではありません。また中国でも食べながら舌を打たないから美味しくないと思っているわけでもありません。周りの人達の行為を「悪い」とか「無礼」と訴える前に、自分の価値観をよく考えたほうがいいのかもありません。自分と違う丁寧さを持つ人と交流し、自分と相手の違いを知ること、自分自身をより深く理解することができるようになるでしょう。



ついでに、涼しい場所に衣服を脱ぎ、**①②③**に注意してください。

熱中症は次の4つに分類され、梅雨明けから秋にかけて、気温・湿度の高い日であればいつでも起こり、毎年死亡事故が報告されています。**①熱失神**（皮膚血管の拡張によって血圧が低下、脳血流が減少し、めまい・失神がみられます）

②熱疲労（大量の発汗によって脱水がおこり、脱力感・めまい・頭痛・吐き気がみられます）

③熱痙攣（暑熱環境下での活動で大量に汗をかき、水だけでは補給しなかつた場合に、血液中の塩分濃度が低下し、足・腕・腹部の筋肉に痙攣がおこります）**④熱射病**（体温の上昇のため脳神経に異常をきたした状態です。頭痛・吐き気などが出現し、重篤な場合は意識障害がみられ、放置すると死に至ることもあります）



熱中症について

聴診器
市民病院だより



これをめぐる寝かせ、スポーツドリンクなどで水分を補給させることが大切です。吐き気では水分補給ができない場合には点滴による水分補給が必要です。**④**非常に危険な状態です。速やかに体温を下げ意識を回復させることが重要であり、病院での早急な治療が必要です。受診まで、全身に水をかけたり、濡れたタオルを当てたり、首・脇・足の付け根に保冷剤をあてがいが冷やすなどの応急処置が効果的でしょう。

熱中症を起こさないために、**①**昼間の外出は避ける。外出する必要がある場合は直射日光を避ける**②**のどが渇く前に水をこまめに飲む。しかし、ビールなどアルコールで補給するのは禁物**③**汗をかいたら塩分を補給する。水に塩を入れたものやスポーツドリンクを飲む**④**保冷剤や冷やしタオルで上昇した体温を冷やす（冷凍庫に保冷剤を常備しておく）**⑤**入浴はぬるめで短時間にします。を心掛けましょう。

これからさらに気温は上昇しますので気温や体調の変化に注意しながら生活してください。

内科医師 藤本直紀