

## 「西方見聞録」

<デンマーク編>

田中良子

### ★はじめに

戦後70年の考え深い節目の年に同じように敗戦国であるデンマークの視察に参加できたことは非常に勉強になりました。我が国はアメリカの保護の下に経済に重点を置きエコノミックアニマルという言葉を生み出すくらい経済、お金、豊かな生活を信じて勤勉に労働した結果が現在の日本です。方やデンマークは資源のない国。国民という資源を有効に国家という両親に守られながらその人らしく生涯を送っていく様子に衝撃を受けました。まず一番驚いたことは徹底した自己決定を重んじることでした。

私は高齢者ケア南地区センター。アスタースバイ訪問を黒田博文さんと担当する予定でしたが、子どもの様な好奇心と博士の様な洞察力を兼ね備えた黒田さんのお書きになるレポートは、キット数百人が把になって掛かってきてもビクともしない完璧で王道なレポートをお書きになっていらっしゃることに請け合いです。そこで寄り道好きな横道（おうどう・笑）のレポートを東洋人の鍼灸師である田中良子が「西方見聞録」と題して、今回のデンマーク研修に参加して感じたことや西洋人の事などを、自己決定を重んじ自分でテーマをみつけ、つらつら書き始めてみたいと思います。

### ★本当の国際社会とは「身土不二」を知るこ

「しんどいレポート」とは読まず「しんどふじ」と読みます。（笑）

食養の言葉で、その土地でとれたものを、その季節に食べると健康でいられる。という



<常にユーモアたっぷり>

意味なのですが、横道好きな私としてはこれは様々な考え方に捉えられると常常思っています、迷ったら自分に近いものを選択する。

つまり自分自身を知り自分の足元を知らなければ正しい選択ができない。

私は鍼灸師なので治療師を選ぶには自分に近い人。例えば同性、それも自分より少し年配者の治療師のほうが理論でなく体験を積んでいるから良いと考えています。世界に目を向けるとその土地柄で日照時間や湿度、気温など風土が人間を形作り。更に環境が人間性を（国民性）作ると私は考えます。緯度の高い北欧の人々は如何して縦長で、赤道に近い南の人々は丸い体系をしているのでしょうか？その答えは・・・？

### ★「鼻はインダスメソポタミヤである」

統合保育園サンクト・ヨーンズビヤグを訪問し子ども達と園庭で遊んだ。とても人懐こく可愛かった。各部屋を拝見させて頂き一番驚いた事は乳幼児の部屋だった。全ての窓が空き外気の温度と変わりなく私には寒い位だった。デンマークの人は「赤ん坊は寒いとこ

ろで寝かせるとよく眠れる」との事。私などは子どもの時から寝ている時ゾックとすると必ず扁桃腺が腫れたものだ。

### ★新鮮な空気を吸うと赤ちゃんは

#### よく眠れる

このことに大変興味があつた私はフィンランド、ノルウェー、スウェーデンを調べてみると、赤ちゃんのお昼寝法はまったく一緒であつた。各国共通している答えは「新鮮な空気を吸うと赤ちゃんはよく眠れる」これはみんなでやれば怖くない！（笑）という迷信でなく、医学的にも、「新鮮な外気は赤ちゃんの良質な睡眠を促すだけでなく、ウィルスやバクテリアによる感染症を予防する効果がある」そうだ。保育所や自宅の庭にポツンと乳母車が置いてある光景は珍しくないそうで、その間にお母さんは掃除、洗濯、炊事などに時間を使うそうだ。補足だがお隣ドイツでは？というところの習慣はなく、ドイツに嫁いだ私の友人によると5歳くらいまでおしゃぶりをしている子どもを見かけることがある、「なんでだろう？」と言っていたが。これは後で分かった事ですが、幼少期に徹底的に鼻呼吸の大切さを教える為だった様です。

### ★昼寝をするいくつかのルール

1年中、外で昼寝をするには幾つかのルールの様なものがあるらしいので調べてみました。

- ① 気温がマイナス 10℃（ノルウェーではマイナス 20度までOk だそうです）
- ② 風の強い日は避ける。
- ③ 霧や雨の日にはレインカバーをする（そこまで頑張らなくても??? 私は思う）。
- ④ 直射日光を避けベビーカーは日陰に置く。
- ⑤ ベビーベッドのような乳母車。振動に



<外気あたっている子どもたちの寝室>

強い大きな車輪。冬用はすっぽり包む寝袋のようなカバーをつけ、顔だけ出させた重装備。

- ⑥ 寒い日には赤ちゃんに暖かい服を着せる。

ウール製の下着からセーター靴下手袋帽子さらにドレスと呼ばれるダウンジャケットの様な物を着せ、ベビーカーに乗せる際には更に寝袋に入れるそうで、その様はまるでミノムシの様で、目と鼻だけが外気にさらされています。

目はつむっているので機能していませんが鼻は絶えず呼吸をするのでお昼寝中でも働いています。耳も町が作り出す音や小鳥の声を聴いているんですよね！素敵ですね！！



### ★この地で暮らすのに必要な鼻の大きさ

ここからが本題に入ります。お待ちせいたしました。笑。

「体温と外気温」の差が大きい北欧人は身体の器官の中で突出しているのは「鼻」だと勝手に私は思っています。

鼻の穴は外気を一度に大量入れないため小さく細長い、そしてその空気を肺に送り込む為の温度調節の鼻は長く高い。細長い鼻がこの地で暮らすのに必要であり、その鼻の形に見合った細長い顔ができ、その顔に見合ったバランスの身長が必要で北欧人がなぜ世界で背が高いのか？という謎解きができた。

つまり身体が形作られたデザインの基本は鼻である、文明の発祥の地メソポタミア... 身体の発祥の器官は鼻。鼻はインダスメソポタミアであるというお話でした。

### ★地球の分布図の様に興味深く思った記憶

余談であるが、私が以前、船の旅をして驚いた事。北に住む白人は風がビュンビュン吹く屋外で、夕方でもジャグジーで笑いながらお酒を飲み。私達黄色人種はそれを見ながら寒い寒いと言って横目で見ながら部屋に入り、赤道近くの肌の色が濃い人たちは室内から出ないという、それは地球の分布図の様に興味深く思った記憶があります。

### ★二日酔いの話は聞いたことがない

またフランス人の団体が夕食になると2～3時間ワインを大量に飲み食べ笑い、男性は半ズボンをはき、まるで酒を飲む子どもの様に旅を楽しんでいました。毎日その様子を注意深く見ていると彼女らはその時間誰一人トイレに行くために席を外すことはなかった。

後日その話をスウェーデンの外資系の会社に勤務している知人に聞いてみた。

すると彼らは膀胱の大きさも違いアルコ

ールや油を分解する酵素の量も日本人とは違う。だから。との事。

### ★風土で生き抜くための機能

研修中に中能さんが「この国は間接照明です。」と云われた。瞳も日照時間と関係しているように思う。日差しの強い地域では黒い瞳で目を守り、光の少ない地域では瞳の色は薄い。だから室内の照明も直接照明は必要ない。肌の色も紫外線の強い地域は濃く弱い地域は薄い。肉食の人達は腸の長さが短く足が長い。草食系の民族は繊維質が多いので腸が長く足が短い。挙げていたらきりが無い。

人間に限らず生き物はその風土で生き抜くための機能が備わっていると思う。



### ★デンマークという国から学んだこと

ここでいつも私が感じることは相手との違いを知りそれを認め、自分の力量を広げる事。同じ日本人同士でも考えが違うのに、環境が大きく違う国々では身体の機能も表現の方法も違う。

グローバル化した現代にとって身土不二があって、それぞれの足元の個性を「その国のらしさ」、「その人のらしさ」を育てていくことが大切で、「暴力や権力で破壊し続けるその国らしさ」の表現の虚しさからもう私達は卒業したい！！

「話し合いや議論の大切さを根気よく学習する教育」それこそが今の世界に求められていると思う。それには大人が大人でありたい。暴力で表現するのは子どもだ。それを論せる人でありたい。それを今回の研



修でデンマークという国から学んだ。

## ★「自分らしさ その人らしさ」という

### 言葉の呪縛

人は誰でもこの言葉だけは、この表現だけは嫌いだというこだわりがありませんか？

デンマークの研修中「その人らしさ」という言葉をよく耳にしたように思います。私は小学生の頃から人に「あなたらしくない」と言われると無性に腹が立ちました。「らしさ」という表現は相手自身を限定してしまい、さも相手のすべてを知っていて、そのイメージからはみでると「あなたらしくない」と言っている様に子どもながら感じていたからかもしれない。



<自分らしく生きる高齢者>

私の何を知って相手はその言葉を使うのだろう？私は今日の今日までその言葉を他者に対して自分自身に対しても使うことを避けてきた様に思います。

切り捨ての言葉として冷たさを感じていました。しかしこの国デンマークで乳幼児から高齢者、障害を持った人々、精神障害者... 様々な多様な人達の生活を拝見して、その人が不足している何か、不便に感じている何か、その部分を補う何か。「らしさ」とはその人らしくいられる補足の言葉として温かみ感じることができ、62年の言葉の呪縛から解放されました。

## ★世界観が広がり

海外旅行に出かけることは自分の世界観が広がる。観光で出かけてもそう感じるのであるから、その国の人々の誕生から墓場までを垣間見ることができた今回のデンマークの研修は帰国してから私の考えを根底からくつがえした。

帰国してから毎日の様に報道される近親者の殺人事件。90代の老人が70代の息子に殺害された！90数年このご老人は息子に殺される為に生きてきたのではないはずだし、息子も70数年生きてきて父親を殺すために生きてきたはずはない。

終の棲家が刑務所の中。そんな事件が後を絶たない日本の現状。日本の殺人事件の三分の一は近親者によるものと聞く。この加害者は実はこの国の被害者でもあるとも言える。

日本の役人や政治家達は公のお金より個人のお金を大切に思い、デンマーク人は個人のお金より公のお金を、「国全体のより良い生活の為に本気で大切に使う」

この違いは増税を考える形だけの日本人の今後の大き過ぎる課題だ！

最後に、中能さん、夏代さん、参加者の皆様、本当に稔りある研修をありがとうございました。



<子どもたちも自分らしく生きる>