



考 動



人が習慣をつくり、その習慣が人をつくる！

現在、FIFAサッカーワールドカップがロシア国内の各会場で行われています。日本代表チームは予選リーグを2位で通過しました。決勝トーナメント1回戦では、勝利まであと一歩のところまで相手国に逆転を許し、惜しくも敗退してしまいましたが、世界の高い技術が結集されたゲーム展開に一喜一憂し、また、その中で堂々とプレーをしている代表選手の姿に感動し、活躍した一人ひとりを誇らしく思った人も多くいることでしょう。

オリンピックなどの国際大会と同様に、このワールドカップも4年に1度開催される大会とあって、世界中の人々の注目を集めています。その中で、ゲーム後に日本代表チームや日本のサポーターがとった行動が、大きな反響を呼んでいます。

まず、日本代表チーム。決勝トーナメント1回戦で惜敗した日本代表チームですが、ゲーム後に、悔しさや歯がゆさ、残念な気持ちでロッカールームに戻っていったことが想像されます。しかし、そんながっかりした状況であったにもかかわらず、使い終わったロッカールームをすべてきれいに掃除、整理整頓して使う前と同じ状態に戻し、ロシア語で「ありがとう」という言葉をメッセージとして書き残して会場をあとにしたとのこと。このことは、写真とともにニュースやインターネットなどSNS上で話題になり、すばらしい心配りだと世界中の多くの方々に賞賛されました。

そして、日本のサポーター。ワールドカップに限っていえば、日本が初出場した20年前のフランス大会までさかのぼるそうですが、当時の日本のサポーターが、ゲーム終了後に一斉に応援エリアのごみ拾いなどの清掃活動を行い、きれいな状態にしてから帰路についたことが世界中で報じられました。以来、それが習慣や伝統になって今も受け継がれています。この日本のサポーターの取組は、他の国のサポーターにも広がり、今大会では、多くの国のサポーターが会場の清掃を行う姿が見られるようになりました。

イギリスの詩人ジョン・ドライデンという人が「はじめは人が習慣をつくり、それから習慣が人をつくる」という言葉をのこしています。誰もが心豊かに毎日を過ごせるよう、ちょっとした気配りや配慮をもとに維持・改善に向けて行動に移すことは決して難しいことではなく、また、その行動が多くの人々に伝わって、それがあたり前のことになっていく。そのことが土台となって、さらに人々の絆をつぐみ、人としての営みが深まっていくということを感じることができた今回のワールドカップでした。

熱中症の予防につとめましょう！

関西は、まだ梅雨明け宣言がされていないようです。この時期は、熱中症にならないよう十分に注意しましょう。熱中症は、高温多湿な環境に私たちのからだに適応できない時に起こります。その主な症状には、めまいや顔のほてり、筋肉痛や筋肉のけいれん、からだのだるさや吐き気、体温上昇、ふらついてまっすぐ歩けないなどがあります。もし、このような症状が感じられたら、無理をせず、すぐに涼しい場所に移動しましょう。そして、衣服をゆるめ、からだを冷やして体温をさげましょう。また、塩分や水分を補給しましょう。

自分は大丈夫と思わずに、熱中症の予防につとめ、その対処法を理解しておきましょう。

「備えよ常に！」