

日本の習慣

動画リンク: <https://youtu.be/V8ElsuQBh-E>

■自己紹介

私は、松本あかねといいます。福岡で生まれ育ちました。福岡は、日本の南にある、九州という大きな島にあります。韓国や中国に近い場所です。あたたかい気候で、自然やおいしい食べ物も多く、とても住みやすい町です。私は今、32歳です。子どものころから、人と話すことが好きでした。

大学では日本語教育を学びました。そして、卒業してからは、日本語学校で外国人の学生に日本語を教えています。いろいろな国の人と話す中で、"文化の違い"に気づくことが多くなりました。

たとえば、日本では当たり前なことでも、外国ではそうでないことがあります。反対に、外国の人がふつうだと思っていることが、日本人にはめずらしく感じられることもあります。

私は、日本と外国の違いを見るのがとても好きです。"どうして日本ではこうするのか" "この習慣にはどんな意味があるのか"と考えることで、新しい発見があります。

また、昔の日本と今の日本を比べると、変わった点がたくさんあります。昔の人が大切にしていた習慣の中には、現在ではあまり見られなくなったものもあります。生活の様式や考え方も、少しずつ変化してきました。今の日本は、昔に比べて、より自由に過ごせる社会になってきていると感じます。

でも、その中にある気持ちは、今も変わっていないと感じます。習慣を通して、人と人との関係や思いやりの気持ちを知ることができます。

これから、いくつかの日本の習慣についてお話しします。昔と今の違い、そして外国との違いを見ながら、日本の文化をいっしょに考えていけたらうれしいです。

■靴を脱ぐ文化の理由

日本では、家の中に入るときに、靴を脱ぐのが普通です。これは、長い間続いている習慣です。たいていの家では、玄関に靴を脱ぐ場所があります。脱いだ靴は、そろえて置くのがマナーです。

なぜ、靴を脱ぐのでしょうか。それは、日本の家の造りや生活の仕方に関係があります。日本の家の中では、床に座ったり、布団を敷くため、床がとても大切な場所になります。外で歩いた靴でそのまま入ると、床が汚れてしまいます。

また、日本の家では、畳や絨毯を使うことが多いです。畳は水や土に弱いため、靴を脱ぐことで、長くきれいに使うことができます。

一方、外国では、靴を履いたまま家に入る国もあります。例えば、ヨーロッパやアメリカでは、家の中でも靴を履いて過ごす人が多いです。これは、床に直接座ったり寝たりすることが少なく、椅子に座って食事や仕事をする生活が一般的だからです。

日本でも、外国の人が多く利用するホテルやアパートでは、靴を脱がなくてもよい場所があります。しかし、日本人の家を訪ねるときは、靴を脱ぐことが一般的なので、注意すると良いでしょう。

特に大切なのは、玄関に入ったとき、何も言わずに上がるのではなく、"おじゃまします"と仰うことです。これだけで、とても良い印象になります。

"おじゃまします"は、"これから中に入って、あなたの時間や空間を少しだけ使わせていただきます"という意味のあいさつです。日本では、人の家に入るときに相手への気づかいを伝える、とても丁寧な言葉として使われています。

靴を脱ぐことは、日本人にとって"家を大切にすることを表す習慣"です。この文化を知っていると、日本人とより気持ちよく付き合うことができますようになります。

■ひとりでいることは寂しい？

日本では、ひとりで食事をしたり、カフェに行ったりする人が多くいます。ひとりで映画を見たり、カラオケに行ったり、旅行に行く人もいます。これは、決して寂しいからではありません。自分の時間を大切にしたいと考える人が多いからです。

日本では、"周りの人に気をつかう"ことが大切にされてきました。そのため、ときには、ひとりのほうが気がつかずに過ごせると感じる人もいます。

また、仕事や学校が忙しく、みんなで予定を合わせるのが難しいこともあります。だから、ひとりで出かけることは、普通のことになっています。

一方で、外国では"ひとりでいると寂しそう"と思われることもあります。私の外国人の友人は、日本に来たばかりのころ、"レストランでひとりで食べるのは悲しいことではないの？"と聞いてきました。

私は、そのとき"日本では、ひとりの時間を楽しむ文化があるよ"と伝えました。その友人は、しばらくしてから、"ひとりで本を読みながらカフェで過ごす時間が好きになった"と話してくれました。

もちろん、誰かと一緒にいる時間も大切です。でも、ひとりでいる時間も、考えごとをしたり、自分を見つめ直す良い機会になります。

大切なのは、ひとりかどうかではなく、"どう過ごしたいか"を自分で選ぶことです。日本では、ひとりで行動しても気にしない人が多いので、安心して自分のペースで過ごすことができます。

このように、"ひとり=寂しい"と思わずに、ひとりの時間も楽しむことができるのが、日本の生活スタイルのひとつです。

■ 日本語にある思いやりのことば

日本人は "すみません" と言うことが多いです。あいさつのように、さまざまな場面で使われます。たとえば、道を尋ねるとき、電車の中で人とぶつかったとき、レストランで注文を間違えたときなどです。

外国人の友人に、"どうしてそんなに"すみません"と言うの?"と聞かれたことがあります。そのとき、私は少し考えました。"ごめんなさい"ではなく、"ありがとう"と言うほうが自然に感じる場面もあるからです。

たとえば、待ち合わせに遅れてしまったとき、日本人は "すみません、遅れました" と言う人が多いです。しかし、外国では、"待ってくれてありがとう" というように、感謝の言葉を先に言う人が多いそうです。

これは、どちらが正しいということではありません。言葉の使い方には、その国の文化が表れています。日本では "相手に迷惑をかけないようにする" ことが大切にされてきました。そのため、"すみません" と言うことで、"気をつけていますよ" という気持ちを表しています。

言葉は文化と深くつながっています。"すみません" は、相手に対して丁寧な気持ちを伝える日本語です。しかし、外国の人にとっては、少し不思議に感じることもあります。

言い方は違っても、大切なのは "相手を思う気持ち" です。"すみません" も "ありがとう" も、どちらも思いやりの表れです。

日本の "すみません" という言葉を知ること、日本人の考え方や人との関係の作り方が、少しずつわかってくるかもしれません。

■ 静かにすること

日本の電車やバスの中は、とても静かです。話し声や音楽がほとんど聞こえません。外国から来た人は、この様子に驚くことが多いです。

私の外国人の友人は、日本に来てすぐ、"電車の中がこんなに静かだとは思わなかった"と話していました。その人の国では、友だちと楽しく話しながら電車に乗るのが普通だそうです。

では、なぜ日本では静かにするのでしょうか。理由の一つは、"周りの人に迷惑をかけるようにする"という考え方があるからです。電車の中には、疲れている人や、眠っている人もいます。そうした人たちの邪魔をしないように、できるだけ静かに過ごすようにしているのです。

また、日本では、"人前で目立たないようにすることが良い"とされている人も多いです。たくさん話すことよりも、空気を読むことや、相手に気をつけることが大切にされています。

もちろん、これは日本だけの考え方ではありません。国によって、"どんな場所で、どう過ごすべきか"のルールやマナーは異なります。にぎやかな場所が良いと思う人もいれば、静かな場所が好きな人もいます。

しかし、日本の公共交通では、"静かにすること"が周りへのやさしさになります。だから、日本に来たばかりの人は、そのことを知っておくと安心です。

例えば、電話はしない、音楽はイヤホンで小さな音にする、友だちと話するときも小さな音にするなど、少し気をつけるだけで、周りの人も気持ちよく過ごせます。

静かにすることは、我慢することではありません。日本では、それが"思いやり"や"やさしさ"を表す行動になっているのです。

■日本の食事に関する習慣

日本では、食事の前に "いただきます" と言い、食べ終わったあとに "ごちそうさまでした" と言います。これは、食べ物を作ってくれた人、食材を育ててくれた人、すべてに感謝する気持ちを表す言葉です。

外国では、同じような言葉がない国もあります。そのため、"どうして食べる前にあいさつをするの?" と聞かれることがあります。そのとき、私は "命をいただくことに対するお礼です" と説明します。

日本では、食べ物に対しても丁寧な気持ちを持つことが大切にされています。だから、食べながらテレビを見たり、大きな音を立てて食べることは、よくないと考える人が多いです。

しかし、ラーメンやそばを食べるときは、音を立てます。ラーメンやそばを食べるときに音を立てるのは、日本では昔からの習慣です。これは、熱いものを冷ましながら食べたり、香りを楽しんだり、"おいしい" という気持ちを伝える意味もあります。ただし、すべての日本食で音を立てるのが良いというわけではありません。基本的には音を立てないのがマナーです。

お寿司を食べるときにも、日本ならではの習慣があります。たとえば、醤油をつけすぎない、魚のほうを下にして口に入れるなど、細かいマナーがたくさんあります。

お寿司は、箸を使っても、手で食べても大丈夫です。手で食べる場合は、清潔な手で食べるようにしましょう。

こうした習慣は、"相手や料理を大切にすること" が表れています。日本では、"残さずきれいに食べる" も、作った人へのお礼だと考えられています。

外国では、もっと自由なスタイルで食べることもあります。それはそれでとても楽しいことです。しかし、日本の食べ物の習慣を知ることによって、より深く文化を理解することができます。

食事は、人との関係を大切に、感謝の気持ちを表す時間でもあります。日本の "いただきます" と "ごちそうさま" には、そのような思いが込められています。

■お祭りや行事

日本には、たくさんの行事や祭りがあります。たとえば、1月の正月、3月のひな祭り、5月のこどもの日、7月の七夕など、毎月のように何かの行事があります。

昔の日本では、こうした行事は、家族や近所の人と過ごす大切な時間でした。正月には親せきが集まり、おせち料理を食べたり、お年玉をもらったりします。ひな祭りでは、女の子の健康を願って人形を飾ります。

行事には、それぞれに意味があります。たとえば、七夕は、天の川をはさんで離れている男女が、年に一度だけ会えるという伝説から生まれた行事です。この日には、紙に願い事を書いて、竹に吊るします。

しかし、今の日本では、昔のように行事を大切にしない人も増えていきます。特に都会では、仕事や学校が忙しく、家族でゆっくり過ごす時間が減ってきました。

その代わりに、行事が"イベント"として楽しめることが多くなっています。ショッピングモールで正月の飾りを見たり、子どもたちがハロウィンの仮装をしたりするのも、今の日本では普通の光景です。

もちろん、こうした変化には良いところもあります。行事を堅いルールにせず、自由なスタイルで楽しむ人が増えたことで、多くの人気が参加できるようになりました。

でも、行事の本当の意味を知ると、もっと深く楽しむことができます。"なぜこの日があるのか" "昔の人はどんな気持ちだったのか"と考えると、日本の文化がもっと面白く感じられます。

行事は、季節を感じたり、人とのつながりを確かめたりする大切なきっかけです。昔と今で形は変わっても、その中にある"人を思う気持ち"は変わらず、今も大切にされています。

■ 変わることに、変わらないこと

日本の生活や考え方は、時代とともに少しずつ変わってきました。昔の日本では、"みんなと同じようにすること"が良いと考えられていました。周りに合わせることも、大人としてのマナーとされていたのです。

たとえば、会社では、黒いスーツを着るのが当たり前。髪の色も黒のまま。学校では、みんなが同じ制服を着て、決まった時間に行動していました。人と違うことは、良くないとされることもありました。

しかし、今の日本は少しずつ変わってきています。服装や髪型も自由になり、"自分らしさ"を大切にすることが増えてきました。会社でもカジュアルな服で働く人がいたり、リモートワークをする人がいたりします。

これは、外国の文化と出会ったことも大きなきっかけです。さまざまな考え方や生き方を知ったことで、日本の中にも新しい価値観が生まれました。

たとえば、昔は、子どもは大人の言うことにただ従うことが大切だとされていました。でも今は、子どもが"どう思っているか" "なにを感じているか"を話せることも大事だとされています。

また、昔の日本では、"父・母・子どもがそろった家族"や"男性が働き、女性が家を守る"という家族のかたちがいっぱい一般的だと考えられていました。

しかし今は、結婚せずに一人で生きる人、夫婦でも子どもを持たない人、夫婦が共に働くスタイル、同性カップルや養子を迎える家族、など、さまざまな家族のかたちが少しずつ認められ、受け入れられるようになってきました。

一方で、変わらないものもあります。それは、"人を思いやる気持ち"です。どんなに時代が変わっても、日本では、相手の立場を考え、丁寧に行動することが大切にされています。

道に迷っている人がいれば声をかけたり、プレゼントにのし紙を付けたり、エレベーターで"開く"ボタンを押して他の人を待たせたり、小さなことでも"相手のために"と考える行動が日本には多くあります。

変わることは、怖いことではありません。変わることで、新しい気づきや、やさしさが生まれることもあります。そして、変わらず大切にされている思いやりが、日本の文化を支えているのです。

■日本の習慣から学べること

私は、日本の習慣について外国の人と話すたびに、新しい気づきがあります。はじめは、"日本ではこうするのが当たり前"とっていたことも、他の国では違うことが多いと知りました。

たとえば、靴を脱ぐこと、静かに過ごすこと、一人の時間を楽しむこと。これらは、日本では普通のことですが、外国の友人には不思議に見えることもあります。

でも、だからこそ大切なのは、"違い"を面白いと思える心です。"違うから間違っている"と考えるのではなく、"違うからこそ学べることがある"と考えることが大切です。日本の習慣を知ること、言葉だけでなく、人の考え方や気持ちも見えてきます。たとえば、"いただきます"や"すみません"などの言葉には、目に見えない気づきが含まれています。

また、日本の行事やマナーには、人とのつながりを大切にする気持ちが込められています。昔から続いてきた習慣には、それぞれに意味があり、ただのルールではないことがわかりました。

私自身も、外国の人と話す中で、"自分の文化を見直す"きっかけになりました。そして、日本の良さも、課題も、少しずつ見えるようになりました。

これからの時代は、さまざまな国の人と一緒に生きていく時代です。だからこそ、お互いの習慣を知り、違いを認め合うことが大切だと思います。

日本の習慣を学ぶことは、日本語の勉強だけではありません。人との関係をより良くするヒントや、自分を振り返るきっかけにもなります。

これからも、いろいろな文化に触れながら、日本のことももっと深く知っていきたいと思います。



Japanese-listening-SUSHI

