

# 店頭から「こんにちは」

第7回

## 海外旅行の際は要注意！ 度が過ぎた きれい好き日本人の落とし穴



宮川薬局(宮城県仙台市)代表  
薬学博士・薬剤師  
プロフィール / 1976(昭和51)年、東北薬科大学卒業。78(同53)年、同大学大学院修士課程修了。'87(同62)年、薬学博士学位。  
地域に根ざしたおクスリ屋さんとして、多くのファンが。

みやがわとしじ  
宮川季士先生

都市型ホテルの蛇口には、**「飲用可」**という表示が。  
「水道水だもの、のめるのは当然」と、見ていましたが...

### ウガイでお腹を...

私が住んでいる仙台市の水道水は、夏でも冷たく、とてもおいしい。だから、ペットボトルの水が市場に出回り始めたころに、「何でわざわざお金を出して水を買うのだろう」と不思議がったのは、私だけではないと思います。

海外旅行へ行ったことがある方は、よく分かると思いますが、「水道の水はのまないでください」とガイド本に書いてあります。



タイ旅行時の宮川季士(左)・恵美(中央)両先生

そこで、生水をのまなければいいのだと錯

覚し、屋台の水の入ったジュースをのんでお腹を壊したとか、レストランで生野菜を食べたら具合が悪くなったなどの例が。もっとスゴイのは、歯磨きをするのに、ペットボトルのミネラルウォーターでウガイをしながらつたばかりに、ひどい目に遭ったという話を、実際よく聞きます。

高価なペットボトルの水を使つて水を作る業者は、まずいのではないでしょう。野菜を洗うのにペットボトルの水で洗うなんて馬鹿げたことをするレストランも、ないでしょう。では、外国の水道はそんなにいい加減な基準で許可されているのでしょうか？ 現地のガイドの話では、屋台のイカ焼きを食べた日本人は全員食あたりを

したが、他の外国人はあまりそういうことがないそうです。

### 大丈夫!? 日本人

こういう話を総合して考えてみると、どうやら日本人のからだがおかしいのではないかと、疑ってしまいます。

事実、手が何かでかぶれて、おクスリを求めてくる方が最近多い。

よく普段の生活を聴いてみると、髪の毛がイヤだと、朝シャンを毎日している。また、バスに乗ったら汚いのでつり革にはつかまらないのとか。ドアのノブも汚染されているから、もし触ったら徹底的に石けんで手を洗う。

つまり、「きれい好き」のあまり、洗剤や石けん、シャンプーでかぶれている人が意外に多く、本人はそれには気づいて

いないのです。

それに追い打ちをかけるように抗菌グッズも、やたらと目につきますね。私たちのまわりから、悪さをしそうな細菌類をなくしてしまおうという、誤った常識がまん延しています。

だから、渡り鳥が日本にやってきて糞をして、それに含まれていた細菌やウイルスが、温室育ちになってしまった日本人のからだの中で大暴れするので

海外に赴任することになった日本人は、最初の1週間はヒドイ思いをするが、自分の腸内環境を現地の環境に合わせるために、現地の人たちと同じようなものを食べて、慣らしていくと聞きました。ちょっと乱暴な方法のように思いますが、間違いいはないでしょう。

世界各地に出かけるようになった日本人、今のままでいいのか、考え直すときが来ているようですね。