

「健康で心豊かに長生きをしましょう。」

令和6年1月29日

#健康管理士 村山 章

Microsoft Bing によりますと「倫理」とは、社会生活で人が守るべき道理や規範のことを言うようです。人が行動する際に参考にする考え方を示していて、善悪や正か不正かを判断する際の普遍的な基準となります。倫理は道徳やモラルとも関連しており、人間の行為や価値観に大きな影響を与えます。その「道徳」とは、人々が善悪をわきまえて正しい行為を選択しながら生きるために、守り従わなければならない規範の総体と定義されています。小・中学校の教科の一つともなっており「生命を大切に作る心や善悪の判断などを学ぶもの」という説明があります。

当社の近くに、緑豊かな中にある埼玉県の健康増進施設「県民健康福祉村」があります。プールやジムで健康を保つ「ときめき元気館」テニスコート、ソフトボール場、ローラースケート場の他に一周 1,850m のジョギング・ウォーキングコースなどがあります。

私も週に2回、早朝にこのコースまで行って走ってきます。コースの幅は5m程なのですが、5～6人が話に夢中になっている姿を見かけます。まだ新型コロナウイルスの流行は続いているから、会話をするのに1m近くは空けないといけません。しかも道幅は5mしかありませんからコースを塞ぐこととなります。

また早朝でペットの散歩をしている人が多くおられますが、飼い主はペットのことしか考えていないので、ときにはペットによって道が塞がれることもあります。走っている人は急に止まれませんので、事故が起きる前に県民健康福祉村の事務所に伝えようかと思いましたが、最近はずいぶん改善されました。ただ、多少邪魔になるのは「お互いさま」と考えることも重要だと思います。私たちの多くは、社会が平和的に存続することを願っています。社会が混乱したり、崩壊したりすることがないようにお互いに協力し合っています。「倫理」や「道徳」を大切にすることは、世界平和につながるのではないのでしょうか。