

活動状況報告書（3月分）

文化芸術コース 荒川 真央

3月は風邪をひき、滲出性中耳炎と花粉症を併発、薬局と耳鼻咽喉科での受診を体験しました。お茶大国・お茶文化の根強いドイツでは実に様々な種類のお茶が販売され、スーパー・ドラッグストアは勿論、Apotheke(アポテーケ=調剤薬局)では風邪や病気に対してまずハーブティーを勧められます“咳”に効くお茶、“熱”に効くお茶、“頭痛”に効くお茶、“胃痛”に効くお茶、等、用途が細かく分けられハーブが調合されているようです。今回喉の痛みが始まった私の風邪にも、Apothekeでは“喉の痛み”に効くお茶を勧められ、同時に飴も勧められ購入しました。ドイツやヨーロッパ諸国のの人々と日本人との体格の違いからか度々「ヨーロッパの薬は日本人には容量が多く効能が強すぎる」と聞いていましたが私が試した飴は“一日3粒まで、必ず6時間空けて服用し三日以上続けて服用しないでください”という注意書きがあり、実際にたった1粒で喉の痛みがかなり和らぎました。勿論日本でもそうですが、ドイツでは薬局で販売されているものは例えただの飴であっても必ず薬剤師の意見を仰ぎ、用法用量を守らなければかなり危険であることを体感しました。

また耳鼻咽喉科へは予め発症日や詳しい症状、服用済みの薬などのレポートを用意し受診、結果、今回は鼻の通りをよくするスプレーとタブレットを処方してもらい、一時間に一度耳抜き、時々鼻うがいをするよう指導されました。日本での滲出性中耳炎における医師の指導法はわかりませんが、多くのドイツ人が「薬に頼らず自己免疫力で治すのが一番」と言うように、医師の役割はなるべく患者の身体に器具などで負荷をかけず自力で治すための指導をするためのものであるように感じました。(因みに初診・緊急の外国人を受け付けることの出来ない病院も多くあるらしく事前の問い合わせが大切なようです)加えてドイツにはスギやヒノキはないものの、2,3月にはシラカバやイネ科の花粉が舞い始めます。シュトゥットガルトはこの時期、明け方の気温は一桁でも日中は25℃前後まで上がったり、と北海道とは違う春を体験していますが、いずれにせよ『健康が一番』。大学のプロフェッサーからは人生で初めて「あなたは練習しすぎです」と言う言葉を頂きました。自分では無理をしたつもりはなく、また練習をし過ぎて咎められることが人生であるとは思っていませんでしたが、プロは“休息”が大事。自分をよく知り、管理すること。三月は“身体面”で日本に帰っても大事にしなくてはならない教訓を得ました。

気づけばドイツでの生活が半年を過ぎ、帰国後の演奏活動について4月からはよりそれが鮮明になるよう考え始めています。M.レーガーの作品を研究することは大前提ですが、レーガーだけに特化せず、自分が120%納得のできる演奏会プログラムを考え準備していければと思っています。



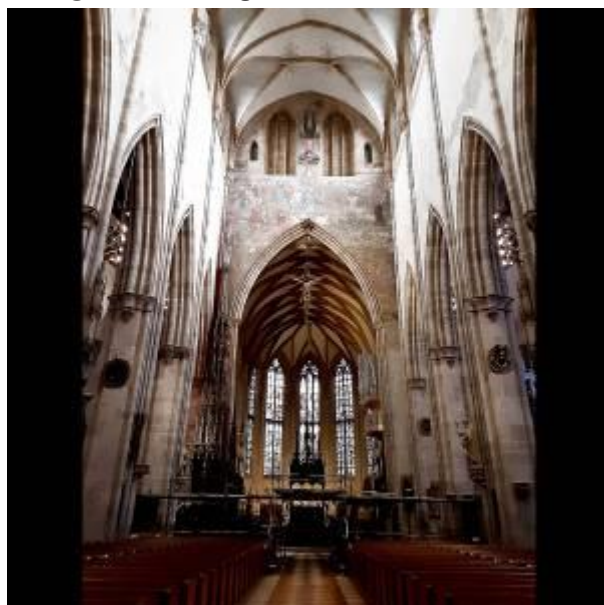
①HMDK Stuttgart 屋上



②HMDK Stuttgart ホール



③Ulmuenster※世界一の高さを誇る教会



④Ulmuenster



⑤Ulmuenster



⑥Ulmuenster



⑥ Ulmmuenster



⑧ Eslinger Burg



⑨ Klavierduo Stenzl, Prof. Hans-Peter Stenzl, Prof. Volker Stenzl



⑩ Klavierduo Stenzl, Prof. Hans-Peter Stenzl, Prof. Volker Stenzl