

国名	タイ王国 (Kingdom of Thailand)	
主要な言語	タイ語(公用語)	
人口学的データ	総人口(人)	69,944,258人
	15歳未満人口割合 (%)	16.2%
	65歳未満人口割合 (%)	88.1%
	平均寿命(歳)	77.7
	5歳未満児死亡率(出生千対)	7.8
	妊産婦死亡率(出生10万対)	37.0
	中等教育就学率 (%)	82%
主要な死因 ¹⁾	1位 虚血性心疾患 2位 脳梗塞 3位 下気道感染症 4位 慢性腎臓病 5位 肝臓がん 6位 肺がん 7位 アルツハイマー病 8位 肝硬変 9位 糖尿病 10位 交通事故	
主要な民族	1. タイ人(シャム族) タイの中央部の2500万人を含め、5300~5650万人、イサーン族(タイ・ラオ族、タイ・イサーン族、イサーンラオ族) 1850~2000万人、ユアン族(タイ・ユアン族、ランナー族) 600~700万人、南タイ族(タイ・パクタイ族) 550万人 2. 華人(主に潮州人) 600~900万人(同化していない華人140万人を含む) 3. マレー人 200~400万人 4. クメール人(カンボジア人) 120万人以上 *タイ人が91.5%を占める。	
主要な宗教	仏教(93.58%)、イスラム教(4.94%)、キリスト教(1.2%)	
日本在留外国人構成比	4.14%	
文化社会的特徴		
1. 特徴的な価値観・行動・生活習慣	<p>タイで生活する上での10の価値²⁾</p> <p>1. 家族優先 タイ社会は、家族の役割を非常に重視しており、多くの西欧諸国よりも拡大家族が大きな意味をもつ。大家族は通常一緒に住み、子育て、家計や日々の家事を助け合って行っている。例えば、両親が働いている間子供の世話をすることは祖父母にとって珍しいことではない。共同生活はすべての家族がケアされているということを保証し、充実感を促進する強い絆で結ばれている。誰も孤立して暮らすことはなく、いつでも手助けをする多くの人々がいる。</p> <p>2. 足を知る ますます消費者主義になりつつある世界の中で、タイ社会は基本に立ち返り、基本的なニーズを考え、誰もが生きていくために必要なものすべてをもつことができるようにしている。国内、特に農村部では、人々がより持続可能なライフスタイルで暮らすことを目的とした、いくつかのプロジェクトが行われている。タイの故国王はタイの人々のためにQOLを高めるための「持続可能な経済の哲学」を導入した。</p> <p>3. 冷静でいること タイでは、人前で極端な感情を表出することは嫌われている。そのため、タイ人は自制心が強く、落ち着いた性格であるようにみえるということが知られている。タイ人は人前で怒りをあらわにすることはほとんどなく、一般的に対立しない。怒鳴ったり、罵ったり、攻撃的にふるまうよりも、「jai yen yen: (頭を冷やして)」と言ったり、問題を冷静に議論したりするタイ人について聞くことが多いだろう。</p> <p>4. 笑顔を絶やさない タイ人の笑顔は世界的に有名で、「微笑みの国」として知られている。笑顔が必ず幸福を示すわけではないが、タイ人は不機嫌な顔や不愛想なアプローチよりも、平静を装って歓迎する表情を見せるほうがより有益であることを知っている。</p> <p>5. 心配しない 「Mai bpen rai」はタイ人が良く使用する言葉である。直訳すると「心配ない」という意味だが、様々な状況下で使用される。自制心を維持することに関連して、タイ人は何かに感情的になってもおそらく状況を変えられないだろうことに対し、不必要にエネルギーを消費して自分自身を苦しめても仕方がないと思っている。</p> <p>6. 楽しみの導入 タイ人は笑って生活を楽しむことが好きで、生活の多くの要素に「sanookサヌック:楽しい」という感覚が浸透している。これは、タイ人が何事にもこだわらないという印象を与えるかもしれないが、決してそうではない。彼らは、小さなことを気にせず、人生の小さな喜びをどんな時でも楽しむことを知っている。教室での楽しみやゲームから仕事の後のカラオケまで毎日小さな楽しみをもつことがタイ人の生活の重要な部分を占めている。</p> <p>7. 自己と他者への敬意 タイでは日常の交流において尊敬することが大きな役割を果たしている。タイ人は互いの中で「waiワイ:合掌」や「ducking(おじぎ)」をすること、言葉使いや服装の基準など、様々な方法で敬意を表す。自己への敬意は、他者への敬意と同様に重要である。誰もが互いに敬意を払うことで、少なくとも外見上は、より寛容で、理解があり、礼儀正しくして平和な社会が創られる。また、感謝することも大切で、一般的に人々は両親、教師、法執行関係者、医療従事者に最大限の敬意を払う。</p> <p>8. 寛容さとホスピタリティ タイ人は、特に友好的で親しみやすく、ホスピタリティがあることで知られている。優しさや寛容さを示すことはしばしば徳を積み、より良いカルマを得ることに繋がっている。止まってヒッチハイカーを拾ったり、朝早く起きて僧侶に布施をしたり、観光客に対し、言葉の問題や交通手段のアドバイスで時間をとって尽力したりすることは、タイでみられる寛容さのほんの一例である。もちろん、他の国と同じように、タイにも詐欺や観光客を利用しようという人々がいるが、一般的に、タイ社会は世界中の多くの場所よりもはるかに親切である。</p> <p>9. 文化的な誇り タイ人は自分たちの国、歴史、遺産、文化をとっても誇りに思っており、文化的要素を保護および保全し、国の歴史について人々に伝えるために多大な努力がなされている。世界のどこにでもあのような一般的な国になろうとするのではなく、タイ人は伝統的な芸術、服装、音楽、建築などを保存することに重点を置いた多額の投資をしている。</p> <p>10. 靴を脱いでください 頭は、体の中で精神的な高い位置を占めており、足は低く汚いものとみなされているため、タイ人は家や礼拝所、一部の店やレストランに入る前に靴を脱ぐのは不思議なことではない。どのような宗教的信条を持っているにせよ、室内に入る前に靴を脱ぐことはよいことである。結局のところ、外からの汚れやほこりが家の中に入ってくることを望む人がいるだろうか？</p>	

2. 重要な意思決定にあたって留意すること	
3. 食文化	<p>タイの郷土料理にはその地域の文化や知恵の独自性が反映されている。米は地域によって普通の米であったりもち米であったりだが、基本的な主食である。ほとんどの料理は栄養的にバランスがとれており、様々な種類や量を提供している。地元のタイ料理はその地域の文化や自然条件、近隣諸国との文化交流により様々な種類や味があり、その地域のタイ人の口に合うようにアレンジされている。</p> <p>タイ料理は、北部、東北部、中部、南部の4つの地域に分類される。</p> <p>北部の料理は、タイ・ヤイ族、ホー華人、タイ・ルー族、ビルマ族など長年この地域に住んでいる様々な少数民族の影響を受けている。ほとんどの料理はもち米と一緒に食べられる。味はニュートラルで、強い特徴はないが、ほのかな塩味、スパイシーな辛味、ピリッとした辛味、そして甘みがある。ココナッツクリームや砂糖は使用しない。料理はよく煮込まれ、新鮮な野菜は柔らかくなるまで茹でられる。揚げ物は食用油で揚げられ、味付けに使用される最もよく使われる調味料は田ガニの調味料(田ガニをつぶした汁を発酵させてから煮詰めたナンパーという調味料)である。</p> <p>ランナー地方のスパイシーカレーはインドやミャンマーのもののように、ココナッツミルクを使用せずに作られている。ココナッツミルクを加えたものは、「kaeng kathi ケーン(ゲーン)・カティ(ココナッツミルクスープ)」と呼ばれ、中央部のカレーとは異なる。ココナッツミルクをいれないものは、「kaeng phet ケーン(ゲーン)・ペツ(スパイシーな辛味スープ)」と呼ばれている。</p> <p>材料は、主に地元で採れるもので、季節によってさまざまなものがある。人気のある肉は豚肉で、手に入りやすく安価だからであり、他にも牛肉、鶏肉、カモ肉などがある。魚介類は海から離れているため値段が高く、一般的ではない。</p> <p>東北部の料理は東北部の遺産といえる特徴を有し、社会の多くが他の世界とともに変化し、人々がタイの他の地域に仕事を求めて移住しているにもかかわらず、伝統的なスタイルを忠実に守っている。</p> <p>乾燥した不毛な地理的条件は、食べ物に必要な基本的な材料を豊富に見つけることができない点で人々の食生活に影響を与えている。彼らの料理の材料は、森や川、家の近くの茂みの中にいる魚や数種類の昆虫、野菜や植物のようなものである。料理にいくつかのタイプがある。半生の牛ひき肉にハーブを加えたスパイシーで酸味のある料理、魚の発酵した調味料でスパイスを効かせた米粉、米粉なしの辛酸っぱい生の牛ひき肉、辛く酸っぱいミディアムレアの焼肉、辛く酸っぱく料理されたエシャロットのディップ、そして、辛く酸っぱい米粉の入った野菜スープなどがある。</p> <p>調味料とその消費文化は、ラオス、ベトナム、カンボジアといった近隣諸国の影響を受けている。また、長期間使用できるように、食品を保存する方法が工夫されている。</p> <p>「Pla ra プラーラー(魚の発酵食品)」は、東北部の台所では重要な調味料で、人々の消費習慣の違いを示している。東北部の食事には必ずと言っていいほどプラーラーが含まれている。</p> <p>東北部の食事は通常、もち米と一緒に食べ、辛くて熱く、塩味があり、水分量が少ないのが特徴である。多くの食事は、食器ではなく手で食べる。</p> <p>中部(平原)で生まれた料理は、バラエティに富んだおいしい味付けで有名であり、王族や一般庶民の伝統的な消費スタイルに加え、アユタヤ時代にSiam(シヤム)に初めてもたらされた中国やインド、西洋、日本などの外国料理も取り入れられた。いくつかの料理はアレンジされ、現在では日常の食事に含まれている。また、どの料理も美しく食欲をそそるように提供されており、これは、王室の影響のためである。王室のシェフは、きちんとした手作業で、厳選した材料や調味料を調達し、特別な調理法をもっているという有名であるため、できあがったものは、味付けのバランスがよく、美しく盛り付けられている。野菜を料理に使ったソースにつけたりするとき、美しく切り分けて飾る。</p> <p>中部(平原)の料理の味は、酸味、甘味、塩味、辛味が組み合わさっているため、独特である。中部に住む多くの人々は、ほのかな甘みのあるバランスのとれた味を好む。最も重要なのは、味を高めるために、料理を作った後にバームシュガーを加えて「糖分カット」をすることである。外国人の間でよく知られているタイ料理は、ほとんどが中部の料理である。他の地域の料理よりも消費者の味覚に合うように変更されている。</p> <p>しかし、中部の食事でもまた、王室を訪れる外国人と定期的に接触があったため、文化交流の中心であった王室の厨房の影響を受けている。宮殿における王族の女性たちは、侍女を厳しく教育している。そのため、多くの上流階級の家では、娘を連れていき、料理やその他の家事を習わせ、結婚や家庭生活への準備をさせていた。宮殿の家政学の知識はその後、広まっていった。</p> <p>1932年に絶対君主制から立憲君主制に移行した後、ラマ7世の時代には、新旧の王室の侍女たちは宮殿を離れた。何人かの侍女が家族を養うためにお金を稼ごうと宮殿で習ったことをアレンジして応用した。</p> <p>王室メニューの外国料理の中には、タイ人の口に合うようにアレンジされたものもある。料理人たちは独創的で他の地域の料理を改良したりもしている。最近では、王室のために作られた料理は一般庶民の料理と大きな差はなく、実際いくつかの料理は、様々な店舗で一般の人々への販売用につくられている。</p> <p>南部の料理は隣国マレーシアから影響を受けて独特の味付けをしている。南部のいくつかの都市はインド、中国、ジャワ(インドネシア)からの商人が訪れる中心的な貿易港であったため、南インドやほかの国々の影響を受けた料理の中にはスパイスやハーブなどが使われている。</p> <p>一般的に南部の料理は、特に南部の4つの主要な県において、タイ料理と南インド料理の影響が混在している。新しい料理には創作されたものもあれば、南部の人々の味覚に合うように変更されたものもあり、南部の遺産として価値のあるものとみなされている。</p> <p>世代を超えて受け継がれてきた一部の伝統的な南部料理は、他国の料理の影響を受けておらず、地元で見つけることができる原材料を使って料理される。料理の工程はシンプルで主な調味料は地元で作られたエビのペースト、タマリンドソースやバームシュガーである。オリジナルレシピでは、ココナッツミルクやスパイスは使用されていない。</p>
4. 衛生に関する価値観・行動	<p>タイはミレニアム開発目標の衛生設備と飲料水の両方の目標を達成した。人口の約93%が改善された衛生設備に、約96%が改良された飲料水にアクセスできるようになった。政府は現在、まだ行き届いていない人々にも到達させ、高い普及率が維持・継続されることを確保することに重点をおいている。これは、国、地域、地方レベルの様々な政府・非政府機関を通して行われている。すべてのレベルにおいて、水、衛生サービスの提供を支援する法律や政策、計画がある。しかし地方政府や自治体は、1953年に制定された自治体法や1999年に制定された地方分権法に基づき、安全な飲料水や基本的な衛生サービスを供給することにおいて最も重要な機関である。サービス向上のための計画と目標は様々な領域で設定されており、学校、研究所、農村部が最優先されている。</p> <p>タイは、保健省で飲料水の水質監視システムが確立されており、農村部と都市部の両方で定期的に水のサンプル検査が行われている。また、飲料水の質に対する国家基準がある。衛生には十分な資金が供給されている一方で、飲料水と衛生に対しては資源配分の点で課題がある。</p> <p>国は飲料水のための人材戦略をつくり、現在、衛生のための人材戦略を策定している。しかし、これらの戦略の実行段階では、資金の制約、スキルをもった卒業生の不足、募集の実施に関し困難に直面している。</p>
5. 受療および病人のケアに関する価値観・行動	<p>タイの人々の医療に対する価値観は世界の多くの人々とほとんど同じである。多くの人々は専門の医療従事者から標準的な治療やケアを受けたいと考えている。しかし、彼らの中には、標準的な治療より伝統的なタイの医療のほうが優れていると強い態度をとる人もいる。なぜなら、伝統的なタイ治療は自然からくるものだからである。そのため、今回は伝統医学に焦点を当てる。</p> <p>歴史を振り返るとタイの人々は西暦1238年以前からヘルスケアのためにハーブ薬を使用している(Chokevivat 2005)。タイの主要な宗教である仏教の原則は、苦しみをなくすことであり、これは薬をつかうことの価値とよく一致している(Hughes 1995)。タイの伝統的な医療は仏教の原理、文化的な薬の使用、そして伝統的な哲学をまとめたものである(Chokevivat 2005)。</p> <p>仏教はタイの伝統医療に大きな影響を与えており、医学的分析のために多くの原理が用いられている。昔タイの宮廷で王室医師によって使われていた書物では、病気は、身体の症状を記述した「krasais; クラサイ」によって分類されていた(Bamber 1987)。数字の象徴も仏教がもたらしたものである。クラサイには「風」「火」「血」など108種類あり、108という数字は仏教に由来している。Bamber(1987)は、108という数字はむしろ、多くの異なったクラサイがあることを示唆するメタファーのようなものだと指摘している。王家の書物には、26のクラサイが8と18のクラサイを含むカテゴリーに分けて記述されている。8という数字は、例えば「八正道」のように、仏教でよく表れる。アーユルヴェーダ医学では病気を8部門に分類しているが、これも仏教に取り入れられている(Bamber 1987)。</p>

5. 受療および病人のケアに関する価値観・行動

4つのからだの要素(エレメント)(四大素)
タイ伝統医学理論は「1000年来の古代の知恵」と称されている(Salguero 2003)。タイ伝統医学理論の基本は人体が4つの基本要素から構成されているというものである。それぞれの要素は物理的なものではなく、その物質の質を意味している(Somchintana 1986)。これらの要素は「土」「風」「火」「水」で構成される身体(tard(=element:要素)である(Chokevivat 2005)。
健康を維持するために四大素は完璧にバランスと調和を保っていなければならない。これらの要素のバランスが崩れると、身体を修復する能力が弱まり、人は病気に陥りに陥りやすくなる(Somchintana 1986)。偏った食生活、偏った生活習慣、不適切な精神状態、天候の変化、汚染、劣悪な生活環境や職場環境などバランスを相殺する可能性のある多くの要因があり、これらを取り除くことや緩和することによって、自然に治癒が起こってくるようになる(Salguero 2003)。
人にはそれぞれ個人的な要素があり、通常、誕生月によって決まっているが、これは育てられ方によって変わる可能性がある(Somchintana 1986)。この個人的な要素は、通常その人の一生を通して健康を決定する(Somchintana 1986)。
タイ伝統医学によると、季節、年齢、地理、時間、行動なども人の健康に影響を与える(Chokevivat 2005)。病気は超自然的な力(祖先の魂、悪霊、無作法への霊からの罰)、自然の力(タードの不均衡、寒熱の不均衡、身体バランスの不均衡)、宇宙の力(太陽、月、星の影響)、そして、微生物や寄生虫に相当するキミジャティが原因となる(Chokevivat 2005)。
また、古代のタイ人は、要素は一日の時間の中に存在すると信じていた。タイ人は、24時間の間に水、火、風からなる二つの要素のサイクルを移動すると考えている(Salguero 2003)6)。これらのサイクルに従うことで、より健康で幸せな気分になれると信じている(Salguero 2003)。

土の要素
土の要素は、一般に11月、12月、1月の冬生まれの人に多くみられる。土の要素に支配を受けた人は、骨や関節が大きく丈夫である。筋肉質で力強く、通常、黒っぽい顔色をしている。土の要素の人は、皮膚、骨、筋肉がとても健康である。土の要素は、皮膚、筋肉、腱、骨やそのほかの実質臓器など「固形」臓器に影響を与える。よって、土の病気は、腫瘍、痔、皮膚疾患、骨や関節の疾患と考えられている(Somchintana 1986)。

水の要素
水の要素は一般的に8月、9月、10月の秋生まれの人を支配している。このような人は、通常、体格が良く、健康的な顔色をしていて、極端な温度にも耐えることができる。水の要素は、体の「液体」の部分をコントロールする。水の要素に支配されている人は、丈夫な血液と目を持っている。水の病気は、血液疾患、眼科疾患、排尿の問題や感染症を含んでいる(Somchintana 1986)。
水の時間は朝と夜の6時から10時までの時間と考えられている。水の要素の病気を和らげるには、水の時間が最適である。この時間帯に酸味や苦味のある食べ物や飲み物を摂取することにより、これらの病気を緩和することができる(Salguero 2003)。

風の要素
5月、6月、7月の夏生まれの人は、風の要素に支配されている。風の要素のタイプの人々は通常、背が高く、痩せていて関節が緩く肌が荒れやすい。睡眠に問題があったり、飽きやすかったり、やや臆病者かもしれない。風の要素は「動く」身体機能をコントロールしている。これには、呼吸器系、消化器系が含まれている。したがって、風の要素の人々は腸と呼吸器系の健康状態が強い。呼吸器疾患、腸の疾患、便秘や体の内部の疾患は風の病気と考えられている(Somchintana 1986)。
風の時間は午前と午後の2時から6時までの時間とされている。この時間帯に、風の病気を和らげるために熱いものや辛い食べ物や飲み物を摂取するとよい。(Salguero 2003)。

火の要素
火の要素の人は2月、3月、4月の春生まれである。火の要素に支配された人は、通常、痩せていて空腹である。せつからで暑さに弱い。火の要素は「熱」に関連する身体の一部をコントロールしている。これは、循環、温度調節、代謝を含んでいる。火の要素の人々は循環系が丈夫で新陳代謝がよい。火の要素の病気には心臓病や発熱がある(Somchintana 1986)。
火の時間は昼間と夜中の10時から2時までの時間である。火の要素の病気にかかっているならば、この時間帯に冷たい味の食べ物や飲み物を摂取するとよい(Salguero 2003)。

健康と治療
タイ伝統医学はシステムの不均衡を克服することによって健康を回復しようとする。タイ伝統医学の施術者は四大素について十分な訓練を受けており、不均衡な状態を治療することに長けている。タイ人はこれらの不均衡な状態を克服することによって健康と調和が身体に戻ると信じている。生涯にわたって、身体はバランスとアンバランスの段階を通じていく。子供と高齢者が病気にかかりやすいのは、バランスが取れていないからである(Salguero 2003)。子供では、四要素が完全には成熟していない。高齢者では、要素が弱くなっている。徐々に四要素は弱くなっていき、最終的には四要素が尽き、個体は死ぬことになる(Salguero 2003)6)。四要素は身体全体の基礎であり、生命の基盤であると考えられている。
診察が行われる際に、タイ伝統医学の施術者は、再度均衡をもたらすために必要なその人の支配的なタード(要素)を決定するために、患者の生まれた日、時間、月、年を知る必要がある(Chokevivat 2005)。その後、診察が行われ、患者を治療するための診断が下される。占星学的な診察もあわせて行う施術者もいる(Chokevivat 2005)。

西洋医学の影響
1980年代に西洋医学が普及したことで、タイ伝統医学の不信感が高まった。伝統的な治療法への疑念が広がることで、タイ伝統医学が提供する代替療法の実践は非科学的で危険なものとして不法とされた(Disayavanish 1998)。この間にもこの治療は受け継がれていたが、多くの伝統的な治療者は逮捕されることを恐れて公然と治療を行わなかった。ここにはタイ人にとって仏教の信仰の重要な一部分とみなされていたタイ全土の寺院や村で仏教の僧侶が行うヒーリングも含まれていた。(WHO 2001)3)。
西洋医学が普及するにつれ、多くの病気を治療するための重要で有益な手段とみなされるようになった。しかし、月日が経つにつれ、タイの人々は、西洋医学のいくつかの側面に疑問を抱き始めた。人々は、西洋医学が病気に焦点を当てており、タイ伝統医学の重要な側面である、良好な健康状態(ウェルネス)への重視が欠けていることに不満を持っていた。加えて、タイ医学ではマッサージやハーブ療法を通して慢性疾患や障害の痛みを緩和することができるが、西洋医学の慢性疾患の治療にはしばしば副作用が出現することがあり、短期的な疾患のように治癒することはまれであった(Disayavanish 1998)。西洋医学は徐々に魔法のような魅力を失い、タイ伝統医学を再評価する動きが始まった。
1990年代後半、タイ伝統医学を合法化しようとする動きは最終的に政府に受け入れられ、1999年に「タイ伝統的医療の知恵の保護・促進法(B.E.2542)」が成立した。この法律はタイ伝統医学の実践を保護するとともに、その知識を保存するために実践の公式記録が始まった(Bhumibhol 1999)。さらに、この動きはタイ伝統医学のイメージと理解にも影響を与えた。伝統医療の効果をよりしっかりと理解するために、伝統的な治療法、特にマッサージやハーブ療法の具体的な効果について科学的な研究が行われている(WHO 2001)3)。
最終的な結論として、現在のタイ伝統医学には、わずかな西洋医学の要素が吹き込まれている。
タイ政府による伝統医療への注力の推進は、と伝統医療をユニークなものにし、広く普及させるとともに、伝統医療の人気は高くなり続けている。タイ伝統医学復興財団やアーユルヴェーダ医科大学のような組織により、タイ伝統医学は急速にタイの多くの地域で再導入されており、将来が期待されている(Disayavanish 1998)。

<p>6. 妊娠・出産に関する価値観・行動</p>	<p>妊娠に関連した多くの伝統的な信念がある。しかし、ほとんどの場合、現代的な健康法がタイ全土で行われている。伝統的な文化的習慣は、今でもタイの家族の行動にある程度影響を与えているかもしれないし、妊娠や出産に対する見方を提供する。タイ中部の考え方によると、妊娠は、性行為の際にkhwan(クワン魂)が子宮に飛びこんできたときに起こる。女性の生理が止まり、酸味のある食べ物が増えなくなったら、妊娠していると考えられる。</p> <p>女性が妊娠したことを知ったら、まず、パートナーに伝え、続いて母親と義理の母親に伝えなくてはならない。不妊症は、いずれかの要素のバランスが崩れているとみなされている。しかし、特定のツボが問題を解決するために使われるかもしれない。</p> <p>タイの言い伝えでは、出産前後の妊婦の家にKrasue(クラスーまたはガスー;กระสือ)として知られている幽霊が出没すると言われている。村の伝説によると、クラスーは、妊婦の家のまわりをさまよひ、かん高い叫び声をあげて、恐怖心を植え付けると言われている。クラスーは細長い鼻のような舌を使って、子宮の中の胎児や胎盤に到達する。この幽霊は、他にも色々といひいことをするが、中でも上記のことは、主に農村部の女性が妊娠中にかかる多くの病気の原因になっていると信じられている。</p> <p>妊娠中の食事 タイ医学では妊娠は「熱い」状態であると考えられているため、しょうが茶、ココナッツミルク、若いココナッツの果肉、塩辛い食べ物、タマリンド、魚、ニンニク、玉ねぎ、温かい液体のものなど、身体を温めるものが好まれる。ぬめりのあるつる植物の緑の野菜である、つるむらさき(pak plang: パック・プラン)を摂取すると、児の身体が滑りやすくなり安産になると言われている。Ya tom(ヤトム)という薬草をお茶にしたものを妊婦が1日に3回、3日間連続して飲めば、児が丈夫になり安産になると言われている。</p> <p>しかし、出産や胎児に望ましくない問題を引き起こす可能性があるため、妊婦はkhong salaeng(コンサラエン: アレルギー性食品)を避けなければならない。コンサラエンには、スパイスで辛い食べ物(児が毛のない状態で生まれてくる可能性がある)、コーヒーや紅茶(児の知能が低下する)、貝(出産後の会陰の乾燥を防ぐ)、タイのナス(出産後に肛門が痛くなる可能性がある)などがある。また、バナナを丸ごと食べるとお産が妨げられる可能性があるため、バナナは半分だけ食べるようにする。</p> <p>妊娠中の行動 伝統的な信念によると、重いものを持ち上げる、農作業などの激しい運動や車の運転をすることも流産や死産につながる可能性があると考えられているが、農村部の貧しい人々にとっては避けられない場合もあるかもしれない。定期的な活動は、腹部を「緩め」(tong klon: トングロン)、児が下向きに頭を回転させるのを助け、安産を促進する。一方で動かなくなったり休んでばかりいると、出産が困難になる。妊婦は葬儀に参列することは禁止されているが、腹部にブローチ(安全ピン)を付ければ胎児へ悪影響を及ぼさない。また、胎児の死亡につながるかもしれないので、児の衣類を買ったり作ったりするなど、事前の準備をするべきでない。</p> <p>その他の妊娠に関連した信念には、階段に座ってはいけない(出産の妨げになる)、土に何も埋めてはいけない(難産になる)、マジカルシャワーをする(安産と精神的な落ち着きを促進する)などがある。マジカルシャワーは、モル・モン(魔術治療師、あるいは僧侶)によって、「nam mon: ナムモン」と呼ばれる神聖な言葉で祝福されるもので、通常、妊娠8~9か月目に屋外のスペースで行われる。正常な妊娠の最後の週には、「安楽さが高まるよう子宮を持ち上げてもらう(yok thong: ヨクトーン)のために女性のマッサージ師のところへ行くことを選ぶかもしれない)。</p> <p>陣痛と出産 場所 1960年代には、村の女性の99%が家で出産していた。今日では、その数は非常に少なくなっており、ほとんどのタイの女性は、通常妊婦健診に行く病院や診療所で出産する。</p> <p>伝統的には、タイ人の女性は、自宅の寝室か台所で出産していた。自宅の分娩室には、通常、ヤント・トリニングという「1から9までの神聖な数字、文字、歌が記されている小さな旗」が飾られている。それぞれの旗は、「長いマントラの一節を象徴するもので、悪霊を追い払う力をもっている」と信じられている。旗の代わりに水牛のレザーを使用することも可能である。</p> <p>分娩介助者と立ち会い 伝統的な分娩の介助者(伝統的産婆)は通常女性で、タイ中部では「モ・タマエ」、北部では、「メー・ジャン」と呼ばれている。一般的に、出産は破水した時に始まると認められている。もし家族が最寄りの医療機関に行けない場合や行きたくない場合、モ・タマエが呼ばれる。通常、夫とモ・タマエが出産に立ち会うが、親戚や子供たちが立ち会うこともある。しかし、陣痛中の女性は腰から膝までを覆わなければならない。</p> <p>出産時のしきたり 文化的には、出産の間、黙っている必要はない。分娩合併症が起こった場合、伝統的産婆は、女性に聖水を与えたり、腹部を押ししたりする。陣痛中に食べるべき特別な食べ物はない。安産を促進するために、窓やドアはすべて開けて、女性は新しい命の誕生を象徴する東を向いていなければならない。夫も東向きの外に丸太を積んでおく。出産が滞るのを防ぐために、留めてある釘は外さなければならない。臍の緒が首に巻かれた状態で生まれるのは、幸福のしるしとみなされている。</p> <p>臍帯と胎盤 伝統的な出産後、モ・タマエは、「汚れを落とす」ため、臍帯を新生児側から3回しごいてから、反対向きに押し戻す(臍帯ミルキング)。臍帯を特別な木綿の紐で2か所結び、その結び目の間で臍帯を切る。通常父親が切った臍帯を燃やし、胎盤は埋める。</p> <p>女性の通過儀礼 女性は第一子を出産した後、成人とみなされる。その後、子宮が通常の大きさに縮むように、奇数日数(通常、約11日)、火のそばに横になるユーファイ(Jufaj)を行う。その後、出産の度に、火のそばにいる日数を減らすことができる。また、火鉢を入れた木箱を腹部の上に置いても同様の効果が得られる。火は悪霊を追い払うとも言われており、特にレモンガラスの香りと一緒に用いると効果がある。ユーファイを受けた後、女性は成熟した大人になったということで、妊娠前や妊娠中に住んでいた両親の家から出ることを許される。</p> <p>産後の食事と行動 妊娠中の食事のように、温かいカレーのような温かい食べ物が推奨される。妊娠した後数か月は、米と野菜を中心とした食事を摂らなければならない。魚以外の肉は避けなければならない。タイ伝統医学の観点からは、「酸味は身体を乾燥させず、水分を蓄積させる、卵は冷やしすぎる、バラミツは風(空気)を呼び込む、もち米やお菓子の砂糖は子宮を濡らす、果物は力を与えず、冷やしすぎる」と言われている。ハーブティー(naam puu loey: ナム・プーリー)を飲み、最初の2週間は髪を洗わずにハーブウォーター(naam puu loeyとnaam bai paw: ナム・プーリーとナム・バイ・ポー)で毎日シャワーを浴びるべきである。女性の家事は、夫、女性の親戚や年長の子供たちが担当する。伝統的に、女性の親戚は、新しい母親の様子をチェックする。</p>
---------------------------	--

<p>6. 妊娠・出産に関する価値観・行動</p>	<p>新生児 タイの伝統には、多くのバリエーションがある。タイ中部の人々は児が生まれたときに、「トクファグ:falls on bamboo竹の上に落ちる」と言う。モ・タマエは、臍帯を切った後、新生児を洗い、黄色と白い粉で美しくする。 生後3日目には、Lon Dek Nai Kadon 式(生まれたばかりの児が眠っているゆりかごを揺らすと訳される)が行われる。新生児は鉛筆やノート(賢くなるように)、お金(豊かになるように)と一緒に籠に入れられ、女の子には、ナイフ(髪を切ったりいたりするため)や調理器具も入れる。新生児と道具の入った籠は、「村の尊敬されている人に手渡される。これは、児が一時的にその人の養子になったことを意味しており、児がその養親のように裕福で立派な人になるようにという両親の期待を表している」。 また、他の伝統として、児が生まれてから3日後に寺院(wat:ワット)にお供え物をして、僧侶から祝福を受けるということもする。生後1か月1日目になると、髪の毛を切る火刺りの儀式が行われる。用心のため、児は雨に濡れないようにしなければならない。</p> <p>児の世話 生後1か月間は、母親が常にそばにいて、「新生児のどんなわずかな要求にも応じて母乳を与える」ようにしなければならない。また、下痢を防ぐために、バナナとはちみつと水を混ぜたものを与えることもある。児が泣きすぎて眠れないときは、児の守護霊であるメー・スーが新生児をからかいに来ていると考えられている。普段のメー・スーとのやりとりは普通のことと、その間児は一人で遊んだり笑ったりしている。</p> <p>名付け 伝統的には、生まれてから4日目か5日目に父親が子供の名前を付けるが、この習慣はタイの地域によって異なる。現在では、母親と父親の両方が名前を決めることができる。王族と同じ名前を持つことはできない。</p> <p>双子 双子に対する考え方には様々なものがある。双子はより多くの資源を必要とし、家族に負担をかけすぎると考える人もいれば、同時に世話がしやすいため、双子がいることは幸運だと考える人もいる。</p>
<p>7. 育児に関する価値観・行動</p>	<p>タイの家族 タイでは、家族は通常、一緒に食事をする人々と定義される。家族は通常、核家族と祖父母、叔父、叔母、いとこ、配偶者の子どもなどを含んだ数人のメンバーで構成される。 タイ文化の重要な概念と価値観について、コミュニケイドグループは次のように述べている。①家族・・・タイ社会の礎として家族は非常に価値があり、重要視されている。タイの家族は親密で、数世代が同じ家に住み、最年長の男性が世帯主である。家族の権力構造は、組織環境が反映されている。年長者からの助言は、疑問を抱くことなく従うことが期待されるが、時代や近代化に伴い、この傾向は弱まってきている。 典型的な農村部の5人家族は、母親、父親、2人の子供、父親の兄弟で構成されている。母親と父親は、週平均24時間働く(収穫期にはもっと働く)。1990年代には、家族の収入の約77%が食費に費やされ、父親は、1日平均3時間、母親は1日約5時間テレビを見ていた。</p> <p>乳幼児や子供は、母親と父親の両方、そして、他の兄弟によって育てられる。遺産は通常、生存している子供たちに均等に分配され、親の面倒を見た子供(しばしば末の娘)が家を譲り受ける。</p> <p>一つ屋根の下に数世代が住むこともしばしばある。タイの家庭では最年長の男性が家長を務め、他の家族は、家長の決定に従って行動する。しかし、タイは世界的にみても数少ない分業がほとんど行われていない国のひとつである。女性は男性と同じ仕事をし、畑を耕すこともある。男性は料理や家の掃除、洗濯や児の世話を手伝う。</p> <p>都市部の多くの家庭では、共働きであり、子供は構ってもらえない。農村部の多くの家庭では、両親は出稼ぎに行き、やはり、子供は構ってもらえない。多くの家庭では、子育ては主に祖父母に任されている。</p> <p>ハワイ大学が作成したタイの「家族の信念と習慣」によると、次のようになっている。1)理想的な子供の数はない。家族が多ければ多いほど日々の農耕作業を助けることができる。このような仕事では、男性と女性がともに働く。2)家族はタイ社会の礎であり、そのことによって出産や子育てに高い価値が置かれる文化である。3)西洋化が進む中で、多くの家族は長くタイの人々の生き方であった伝統を選択し続けている。このような習慣がこの文化の伝統と信念を支えているのである。(出典:ハワイ大学看護学部 hawaii.hawaii.edu/nursing)4)</p> <p>タイの子供たち 子供たちは、小さい頃から他者に依存せず、自立し、他人に尊敬の念を示すことを教えられる。タイ人は子供のしつけに体罰を与えることはほとんどしない。幼い子供は甘やかされる。大人がバスの座席を譲ることさえある。しかし、子供が学校に入ると状況は変わる。中流階級の子供たちは、多くの習い事に参加し、テストでよい成績を取り大学に入学するというプレッシャーにさらされる。田舎の子供たちは、畑仕事や雑用、動物の世話をする。</p> <p>子供の肥満が問題になっている。肥満の子供の親がニューヨーク・タイムズ紙に語ったところによると、「私たちは子供を甘やかしている。彼が欲しがるものは何でも与える。それが良いものでも悪いものでも気にしておらず、彼が欲しがるものは何でも与えている・・・そして、子供のライフスタイル。子供はほとんどの時間をテレビの前で過ごし、ビデオゲームをしたりアニメを見たりしている。」 2003年3月、青少年を虐待や搾取から保護し、非行少年を教育するためのガイドラインを定めた「児童青少年保護法」が施行された。この法律には、親や保護者が子供の行動や福祉について全面的に責任を負うことを義務付ける規定を含んでいる。親は以下のような場合に罰せられる可能性がある。1)子供を虐待する、2)他者の虐待から子供を保護しない、あるいは子供の薬物やアルコール乱用や犯罪への関与を防止しない。 この法律は、一部は少年犯罪や薬物乱用の増加に対応して可決されたものだが、タイでは善意で制定された多くの法律と同様、執行は部分的である。</p>
<p>8. 高齢者に関する価値観・行動</p>	<p>タイ文化には年長者を称えるとても明確なやり方があり、年上の友人や親戚に対する敬意を示すことは義務であり、良いマナーの基本であると信じられている。タイ人は年長者に非常に明確な方法で敬意を示す。具体的には次のようなものがある5)。 1)年長者にはwai(ワイ:合掌)で挨拶をする。 2)年長者よりも上座に立ったり座ったりしない。 3)静かに敬意を表す声で話し、フォーマルな言葉を使用する。多くの欧米の家族は、年長者を会話や声を上げての議論に含めることで年長者への愛情や敬意を示しているため、このルールは欧米人にとってはしばしば問題となる。 4)年長者の話を遮らない 5)年長者を友人としてではなく、大切なお客様として扱う。タイ人は一般的に、おもてなしの心にあふれた人々であり、お年寄りのゲストのために菓子、飲み物などを供して特別や客としてもてなす。 一般的に、タイの家庭に嫁ぐ人は、年長者に対しての敬意を感じて表現するだけでは、タイ文化では、十分とはみなされないことを認識しておく必要がある。タイ人にとってマナーは重要であり、上記のような方法で敬意を示すことは基本的なマナーとみなされている。それはオプションではなく、義務である。</p>

9. 終末期・葬儀に関する価値観・行動	伝統的に、葬儀は少なくとも1週間続く。葬儀の間、故人の霊を心配させないように、声をあげて泣くことは良しとされない。葬儀を取り巻く多くの行事は、故人のために功德を施すことを目的としている。仏教の経典の写しを故人の名前で印刷して配布したり、地元の寺院に寄進がなされる。僧侶を招きお経を唱えてもらうのは、故人のために功德を施すことや、亡くなった親族が悪霊となって戻ってくる可能性に対して身を守るためである。故人の一番元気だったころの写真が棺の横に飾られることがよくある。読経の間、僧侶が握っている糸が遺体や棺に結ばれていることがよくあり、この糸は僧侶の読経の功德を故人に伝えるためのものである。遺体は火葬され、遺灰の入った骨壺は通常、地元の寺院の仏塔に保管される。タイの華人やイスラム教徒の少数民族はそれぞれのコミュニティの慣習に従い、故人を埋葬する。 https://www.spurlock.illinois.edu/blog/p/three-funerals-in/117 6)
10. 本国の医療職・医療サービスに関する特徴	
11. その他の保健医療に関する特徴	
12. 教育制度	<p>タイの教育制度は、公立、私立、インターナショナルスクール(これも私立)がある。この制度と多くの学校は、就学前教育(プレスクール)、初等教育、中等教育の3つの明確な段階に分かれており、各段階はいくつかのレベルで構成されており、欧米諸国における幼稚園、初等教育、中等教育が学年で分けられているのと同様である。</p> <p>最初の段階は就学前教育(プレスクール)で、3歳から6歳までの子供を対象としており義務教育ではない。ほとんどのプレスクールでは生徒に、1、2、3の3レベルを提供しているが、中には、最初の2レベルしか提供していないところもあり、幼稚園3を修了するには、別の施設に移らなければならない。就学前教育は義務教育ではないため、個々の学校で採用されている評価システムは施設ごとに異なるが、これらの成績は子供の公式な学習成績の一部にならないため、通常は、保護者にとって大きな問題にはならない。</p> <p>次に、初等教育はタイでは子供たちが学校に通うことを義務付けられる6歳から始まる。初等教育制度は6年間(プラトム1～6)で構成されており、タイで初等教育を終えるときには子供たちは12歳になっていることを意味している。さらに、小学校低学年(プラトム1～3)と小学校高学年(プラトム4～6)に分かれており、公立学校では、初等教育は無料で提供されている。私立学校では、もちろん学費を払い、通常は各学期が始まる前に徴収される。</p> <p>タイの学校は2学期制で、1学期は5月上旬から9月下旬、2学期は10月中旬から2月末で、3月から4月には長い夏休みがある。中間と年末の休みに加えて、タイの小学校では公休日や政府が定める休日がある。一般的には、学校は8時に始まり、4時ごろに終わるが、各学校が無理のない範囲で独自の時間を設定する。ほとんどの小学校は標準的なA～Fの成績評価システムを採用しており、これは、アメリカやイギリスの学校で使用されているのと同じ評価に該当する。しかし、いくつかの学校では、4～1の4段階評価システムを使用しているところがあり、不合格の生徒にはFを付けているが、タイの学校では1年間に不合格になり留年する生徒はほとんどいない。通例として、特定の年に合格できなかった子供は、必要に応じてサマースクールに参加した後、学年末試験を再受験する機会が与えられる。</p> <p>3つ目は、12歳から18歳までの中等教育で、タイの子供たちは、マタヨム1～6までの中等教育を提供している学校に通う。この6年間は、前期中等教育(中学校)と後期中等教育(高等学校)に分かれており、前期中等教育(マタヨム1～3)のみが義務教育となっている。マタヨム4～6では、職業教育とアカデミック教育の両方が用意されており、職業教育は後期中等教育のアカデミック教育に入るために必要な成績を修められなかった生徒のための選択肢となっている。タイの小学校と同様に、中等教育機関でもA～Fまたは4～1の成績評価システムが採用されており、Fはどちらの評価でも不合格を意味する。マタヨム3の終了時に合格点に達し、マタヨム4～6のアカデミック教へ進学を希望する生徒は、ほとんどの欧米の学校システムと同様に、必須科目と同時に選択科目を習うことができる。初等学校と中等教育機関で学ぶ必須科目には、タイ語、数学、技術、体育、社会科学、美術、音楽、外国語がある。</p> <p>4つ目は第三次教育で、教育省が管轄する大学では、多様な学術プログラムや職業プログラムを幅広く提供しており、学生は多くの学科の中から、学士号(BA、BSC)、または、それ以上の学位を取得するチャンスがある。</p> <p>公立大学に加えて、有料で学位コースを提供する私立の機関も多くあり、学費は通常、公立の高等教育機関よりも相当高い。</p>
13. その他の特徴	
<p>引用文献</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME), University of Washington. http://www.healthdata.org/Thailand 2) Culture trip. https://theculturetrip.com/asia/thailand/articles/10-values-to-live-by-in-thailand/ 3) WHO. Report of the inter-regional workshop on intellectual property rights in the context of tradition medicine. 2001. 4) ハワイ大学看護学部 hawaii.hawaii.edu/nursing 5) Thailand Family Law Center. http://www.thailand-family-law-center.com/respect-thy-elders/ 6) Spurlock Museum of World Cultures, College of Liberal Arts & Sciences, University of Illinois. https://www.spurlock.illinois.edu/blog/p/three-funerals-in/117 	

担当者：Nattasit Katchamat (マヒドン大学) 原文は英語
 翻訳者：原明子 (愛知県立大学大学院看護学研究所)
 承認日：2021. 11. 12