

# 見出しから探るフィンランド⑫ 「サウナにおけるエチケット」

『フィンランド語との対話』 <<https://yoshidakingo.com>>

> 「Ⅶ. フィンランド語学習教材」

> 「見出しから探るフィンランド(動画)」

> 「動画」「PDF」

---

見出しから探るフィンランド⑫

「サウナにおけるエチケット」

## A. Otsikko

”Sata litraa löylyä” – Suomalaisten sauna-etiketissä on parantamisen varaa

[Helsingin Sanomat, 29.5.2025: <https://www.hs.fi/suomi/art-2000011261689.html>]

### ●学習者のための日本語訳

「100 | リットルの | 蒸気」—フィンランド人たちの | サウナ・エチケットの中には | ある | 改善することの | 余地が

## **B. サウナ協会の Koskenniemi さんが説明する**

**Suomen Saunaseuran toiminnanjohtaja Janne Koskenniemi kertoo yleisimmistä etikettivirheistä julkisissa saunoissa.**

### **●学習者のための日本語訳**

**フィンランドの | サウナ協会の | 会長 | Janne Koskenniemi は | 語る | もっとも一般的な | エチケット違反について | 公共の | サウナにおける。**

## C. 大声、蒸気競争、アルコール使用

Kovaääninen käyttäytyminen, löylykiset ja alkoholin nauttiminen ovat tyypillisiä rikkeitä.

大きな声による | 振る舞うことは | 、蒸気競争は | そして | アル  
コールの | 楽しむことは | である | 典型的な | 誤り。

## D. 蒸気に関するエチケット

Tunnelmat on hyvä varmistaa kanssasaunojilta aina ennen löylynheittoa. Reilu saunoja täyttää myös löylyveden lähtiessään seuraavaa saunojaa varten.

### ●学習者のための日本語訳

雰囲気は | である | よい | 確認することが | 一緒にサウナに入っている人たちから | つねに | [~のまえに | 蒸気投げ]。本物の | サウナ入浴者は | 満たす | また | 蒸気水を | 出るときに | 次の | サウナ入浴者の | ために。

## E. サウナにおけるアルコール使用

”Saunassa päihtyminen ei edusta ideaa saunasta puhdistautumisen ja rauhoittumisen paikkana.”

### ●学習者のための日本語訳

「サウナで | 酔うことは | 代表しない | 考え方を | サウナについて | 浄化されることの | そして | 落ち着くことの | 場所として。」

## F. 新たな現象ーケア製品の使用

Uutena, enenevissä määrin yleistyneenä ilmiönä ovat iholle laitettavat hoitotuotteet, joiden tuoksu valtaa saunan ja voi häiritä muita saunojia.

### ●学習者のための日本語訳

新しい | 拡大する | 量で | 一般的になっている | 現象として | ある | 肌へ | つけられるような | ケア製品が | 、それらの | 匂いは | 満たす | サウナを | そして | ありうる | じゃまする | 他の | サウナ入浴者たちを。

## G. サウナは民主的な場所

Koskenniemi kertoo, että suomalaisten on usein vaikea muistaa jättää työasioiden puiminen saunan ulkopuolelle. Saunan demokraattista tilaa ei myöskään sovi jakaa poliittisilla puheilla.

### ●学習者のための日本語訳

Koskenniemi は | 語る | 、[~だと | フィンランド人たちにとって | である | しばしば | 難しい | 思い出すが | 残す | 仕事上の事柄の | 扱うことを | サウナの | 外側へ。サウナの | 民主的な | 場所を | また | 適切ではない | 分けることは | 政治的な | 話により。

## H. 他者への配慮

”Jos siellä on joku henkilö silmät ummessa rauhoittumassa, niin äänenvoimakkuus pienemmäksi.”

### ●学習者のための日本語訳

「もし | そこに | いる | 誰か | 人物が | 目を | 閉じて | 静かにしている | 、そうであれば | 声の強さを | より小さく。」

## I. 「人間はただの人間だ」

”Saunaan mennään ilman vaatteita, ja ilman vaatteita ihmisellä ei ole titteliiä, eikä voida katsoa lompakon paksuutta. Ihmiset ovat vain ihan ihmisiä.”

### ●学習者のための日本語訳

「サウナへ | 行く | [~なしで | 衣類] | 、そして | [~なしで | 衣類] | 人々には | ない | 肩書が | 、そして~ない | できる | 見る | 財布の | 厚さを。人間たちは | である | ただ | まったく | 人間たち。」