

「ご自愛ください」

「ご自愛ください」

この表現は正しいのか、失礼にあたらな
いだろうか、という問い合わせがあった。

疑問や違和感の理由は伺えなかったが、
原因は、「ください」の部分にありそうだ。

この動詞が、「くださる」の命令形であ
るということ、また、「要求・依頼」を表す
「ご(お)～ください」(例:「ご覧ください
(「見てほしい」の尊敬表現)」「ご理解くだ
さい(「わかってほしい」の尊敬表現)」など
と同形だからだろう。「ください」は、相手
に求めるニュアンスの強い動詞なので、「ご
覧～」「ご理解～」などとは相性がよくても、
「願望・祈念」の表れである「ご自愛～」と
の結びつきは、しっくりきにくいのかもし
れない。相手との立場や年齢差、心的な距
離が大きい場合は、敬意表現ではあるもの
の、ある種の押しつけがましさや強さにつ
ながってしまう可能性がある。

書簡文の結びに多い文章語であるうえ、
「ご自愛ください」という形で定型化してい
るために、このまま使う場面も多いだろうが、
「どうぞ、ご自愛～」「ご自愛～ませ」のよう
に、文頭文末を補う方法や、「ご自愛をお祈
りいたし(申しあげ)ます」のように、「くだ
さい」を使わない、より婉曲的な表現を用い
る方法もある。工夫の余地はありそうだ。

さて、これまで、この定型化された「ご自
愛ください」以外の使い道はほとんどなかつ
たように思えた「ご自愛」だが、新しい用法
も編み出されているようだ。

平成23(2011)年の冬ごろからだったろう
か、シャンプーやボディーケア用品の広告文、
ヨガやストレッチなどのプログラムの名称
として、「ご自愛メソッド」「ご自愛さま」な
る表現を目にするようになった。それぞれ、
「自分をいたわるプログラム」「よく自分をほ
ぐしました」というような意味で使われてお
り、「自らその身を大切にすること」という、
熟語「自愛」の意味はそのままに、転用して
いる。

これまで、相手(外)へ向けての用途がお
もだった「ご自愛」に、自身(内)に向かう
用法が出てきた。「ご自愛さま」は、「お疲
れさま」に似ている。「自分をほめてあげた
い」ではないが、「自分へのごほうび」とい
う気分、「自分をねぎらってやりたい」という
気持ちの表れなのだろうか。辞典に載るよ
うな用法としては定着すると思わないけれ
ども、今後の変化が気になるところだ。

いよいよ8月に入った。暑さもまだまだ続
きそうだ。皆様、どうぞ「ご自愛ください」。

本多 葵(ほんだ あおい)