

## 5月18日のお話

みなさん。おはようございます。

約1ヶ月半皆さんと会えず、大変さみしい思いをしておりました。今日皆さんに会えて本当にうれしいです。

今日から分散登校ということで、教室には半分の生徒しかおりませんが、これまで会えなかった友達や先生とともに登校再開に向け準備を進めていってください。

今日、お話する時間をいただいたのは、世界中で猛威を振るう新型コロナウイルス感染症拡大防止に向け、皆さんとともに行動をしていくための確認をしたいと思ったからです。

この感染症は、誰でも感染・発症してしまう可能性があります。

いつ感染するのかわかりません。場合によっては命を落とすような病気です。私たちは、この病気にどのように立ち向かうのか、どう向き合うべきなのかを皆さんとともに考えたいと思います。

今回は、日本赤十字社から発信されている「3つの負のスパイラル」という文章を元にお話ししています。

1つめ。このウイルスは感染者との接触でうつることがわかっています。感染すると、風邪症状や重症化して肺炎を引き起こすことがあります。

このことを防ぐために、ひとりひとりの行動が大切になります。

「手洗い」「咳エチケット」「人混みを避ける」「3つの密を回避する」など、自分のためだけでなく、周りの人のためにも徹底しましょう。

2つめ。このウイルスについては、まだわからないことも多く、私たちは不安や恐れを感じ、このことに振り回されてしまうことがあります。不安や恐れが心の中で膨らむことで「気づく力」「聴く力」「自分を支える力」が弱まり、人から人へと伝染してしまいます。

「気づく力」を高めるためには、いったん立ち止まって状況を整理し、自分自身をいろいろな角度から観察することを試みましょう。

「聴く力」を高めるためには、正しい情報に目を向けたり、生活習慣を正常にしたり、何かと感染症に結びつけて考えたりしないよう、いつもの自分でいられるようにすることから始めましょう。

「自分を支える力」を高めるためには、心地よい環境を整えたり、安心できる相手とつながったり、今だからこそできることに取り組んだりしてみましょう。

3つめ。病気に対する不安や恐れから、ウイルス感染に関わる人や対象を日常生活から遠ざけたり、差別したりするなど、人と人の信頼関係や社会のつながりを壊してしまうことがあります。

これは、見えないウイルスへの不安が特定の対象を見える敵と見なして嫌悪の対象にし、偏見・差別し遠ざけることで、つかの間の安心感を得られるからです。

このことを防ぐためには、確かな情報を広めることと、差別的な言動に同調しないことです。ある県では感染が確認された家に投石や落書きをする事案があったり、県内でも店の名前にコロナの文字が使われていることで嫌がらせの電話や写メをとって立ち去る人がいるという事案があったりしたそうです。

この感染症の怖さは、病気が不安を呼び、不安が差別を生み、差別がさらなる病気の拡散につながることです。私たちひとりひとりが今できることをこつこつと実行していきましょう。

これまでは、ウイルスと戦う、ウイルスに負けないといわれてきました。しかし、これからはウイルスと共に生きていく力をつけていくしかありません。衛生面に気をつけ予防をしながら、差別や偏見につながらないように、皆さんで力を合わせて楽しい学校生活を創っていきましょう。