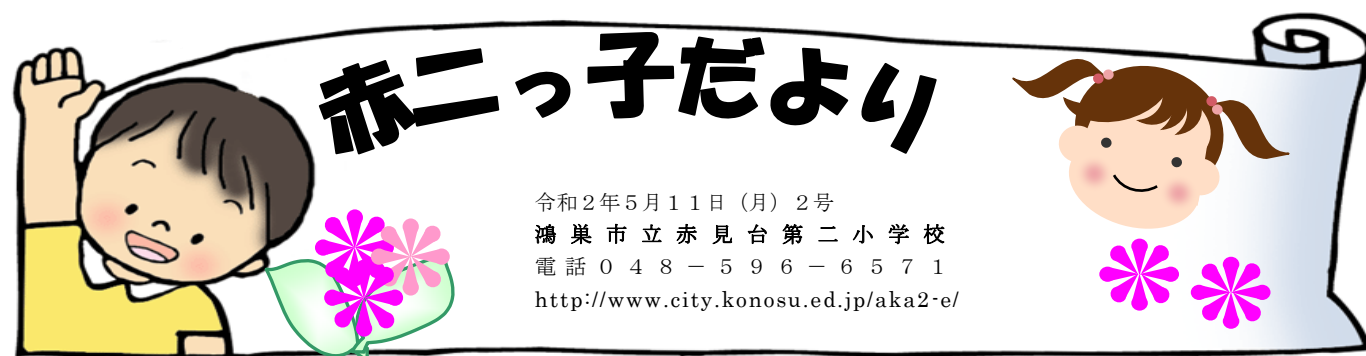




初夏 皐月（5月）

校長 江原 新治

正しく知り、正しく恐れて 今日私たちにできることを  
ー「ウイルスの次にやってくるもの」日本赤十字社よりー

太陽の光が輝き、校庭の木々の新緑が色鮮やかな5月7日。新たに44名の1年生が本校に入学しました。この日を待ちに待っていたのでしょうか。少し緊張しつつも、どの子も入学の喜びで笑顔が溢れる中、令和2年度の入学式を行うことができました。

保護者や地域の皆様には、新型コロナウイルス感染拡大防止のための学校の対応につきまして、引き続きご理解とご協力をいただいていることに感謝申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染が広がる中、日本赤十字社が「ウイルスの次にやってくるもの」というアニメーションによるメッセージをYouTubeに公開しました。

ウイルスの次にやってくるもの。  
ウイルスから身を守るためには、きちんと手を洗うだけで、感染する確率はぐんと下がる。  
でも、心の中に潜んでいて、流れていかないものがある。  
そいつは、お腹をすかせているみたいで暗いニュースや間違った情報を、たくさん食べて、どんどん育て、そして、ささやく。  
先の見えない状況を、「もう、みんな助からない」と。誰にもまだ分からないことを、「誰かが隠しているのだ」と。  
そいつは、人から人へと広まっていく。  
「あの人が病気になったのは、誰のせい？」  
「ウイルスが広まったのは、あいつのせいだ！」  
「世界がこうなったのは、あいつのせいだ！」  
そいつは、まわりに攻撃をはじめ。  
人と人が傷つけあい、分断がはじまる。  
そいつは、脅かす。  
「もしも感染していたらどうする？」  
「あんな風に言われたらどうする？」  
みんな、熱があっても隠すようになる。  
具合が悪くても、元気なふりをするようになる。  
もう誰が感染しているか分からない。  
ウイルスがどんどん広がっていく。  
鏡を見ると、そこに、もう、あなたは、いない。  
そいつの名前は、恐怖。  
ウイルスの次にやってくるもの。  
もしかしたら、ウイルスよりも恐ろしいもの。

メッセージは、私たちが恐怖に飲み込まれる前にできることとして次のように語り続けます。

- 恐怖に餌を与えない。  
ときには、パソコンやスマホを消して、暗いニュースばかりを見すぎるのはやめよう。不確かな情報をうのみにしないで、立ち止まって考えよう。
- 恐怖のささやきに耳を貸さない。  
恐怖は、話を大げさにして、おびえさせる。  
誰にもまだ分からないことは、誰にもまだ分からないことでしかない。そのままを受けとめよう。
- 恐怖から距離を取る。  
避難や差別の根っこに、自分の過剰な防衛反応があることに気づこう。冷静に、客観的に、恐怖を知り、見つめれば、恐怖はうすれていくはずだ。
- 恐怖が嫌がることをする。  
恐怖が苦手なもの、笑顔と日常だ。家族と友人と電話をして、笑おう。いつものように、きちんと食べて、眠ろう。恐怖は逃げていくだろう。

そして、メッセージはこんな言葉で結びます。

恐怖は、誰の心の中にもいる。だから励ましあおう。応援しあおう。人は、団結すれば、恐怖よりも強く、賢い。恐怖に振り回されずに、正しく知り、正しく恐れて、今日、私たちにできることを、それぞれの場所で。  
日本赤十字社

新型コロナウイルスは、「体の感染症」「心の感染症」「社会の感染症」という3つの側面があり、それが負のスパイラルとして繋がることで感染が拡大していくと考えられています。まさに恐怖の連鎖とも言えます。学校としても、子供たちには、新型コロナウイルスを正しく知り、正しく恐れる感染防止対策に取り組みながら、心の中にある恐怖に誰一人振り回されることのないよう、心身ともに健康で明るく生きていく力を育ててまいります。そのために、今家庭で過ごす子供たちに情報を発信するとともに、保護者の皆様にご協力をいただきながら学習を保障し、学校が再開された折には、充実した教育活動が実施できるよう準備を整えてまいります。

日本赤十字社 <https://youtu.be/rbNuikVDrN4>



# 5月のお知らせ



## 埼玉県教育長からの動画メッセージ

新型コロナウイルス感染拡大防止で休業期間中の子供たちへのメッセージをホームページに掲載しました。ご覧いただけたらと思います。

## 布製マスクの配付について

文科省より、布製マスクを児童一人に一枚配付します。5月11・12日の第3回荷物引き渡しの際、保護者の方にご確認していただきます。

## 家庭学習支援サイトの紹介

※教科書の内容に対応した Web 教材

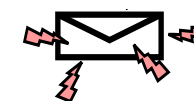
- 国語 光村図書出版⇒教科書・教材⇒①「臨時休校中の児童生徒用に向けた学習支援コンテンツ」  
② 教科書連動コンテンツ
- 理科 教育出版⇒教科書・教材⇒小学校⇒理科⇒学習資料・指導資料⇒児童に向けた学習資料
- 英語 文部科学省 ワークシート
- 「NHK for school」にも、幅広い内容の Web 教材などがあります。
- 「ラインズ e ライブラリアドバンス」については、ID カードを配付させていただきました。登録・活用していただければと思います。

## 百葉箱が新しくなりました。



古くなっていた百葉箱が新しくなりました。株式会社梅沢製作所様からの寄付金と PTA 資源回収費より、購入させていただきました。理科の授業などで大切に使用させていただきます。ありがとうございました。

## メール配信システム



本校では、メールでの連絡配信をしております。新型コロナウイルス感染拡大防止のための休校中の連絡では、保護者に皆様には、ご理解ご協力いただきありがとうございます。今後、メールアドレスの変更などありましたら、再度登録していただきたいと思います。学年ごとに配信内容が異なる場合がありますので、ご確認よろしく願いいたします。



## ♡ 心のケア 一緒に乗り越えよう ♡

新型コロナウイルスについて、連日、メディアで、大量の情報が流されています。また、感染拡大防止のため全校が休校になっています、このような状況では、身体症状や感染拡大へ大人の注意が向きがちですが、子供たちには多大なストレスが加わります。保護者の方には急な休校に伴い多大なご負担があると思いますが、保護者の皆様ご自身ならびにお子さまの心のケアにも、ぜひご留意いただきますようお願い申し上げます。

### 1. 保護者の皆様ご自身のためにしていただきたいこと

#### ①自分へのストレスへの気付きをよくする。

このような状況で、ストレスを感じ、不安や怒り、時に気分が落ち込むことは自然なことです。

|     |                                  |     |                                              |     |                                        |
|-----|----------------------------------|-----|----------------------------------------------|-----|----------------------------------------|
| 身体面 | ひどく疲れる・だるい<br>腹痛・頭痛・肩こり<br>動悸がする | 心理面 | 不安・落ち着かない<br>ゆううつ・何をしても面倒だ<br>気分が晴れない・イライラする | 行動面 | 不注意やミスが多くなる<br>仕事に集中できない<br>喫煙や飲酒量が増える |
|-----|----------------------------------|-----|----------------------------------------------|-----|----------------------------------------|

ストレスで生じるメンタルヘルスに関連する反応には、気持ちの変化や体調の変化など様々なものがあり、日常生活に支障がでる場合もあります。このような場合には、休息をとり、必要に応じて専門機関に相談しましょう。もともと専門機関にかかっている方は、症状が悪くなる前にこまめに相談しましょう。

#### ②ご自身が、よい体調を維持できるように努めましょう。

規則正しい生活、適度な運動、リラクスの時間を持つなど。

#### ③正しい情報を公的なホームページなどで得るようにしましょう。

正しい知識があれば、適切に対応でき、過度な不安を防ぐことができます。

#### ④不安をあおりがちなメディアに接する時間を減らし、心配や焦りを減らしましょう。

情報は大事ですが、自分たちの行動を決めるために必要な情報を、必要な量だけ取り入れましょう。

#### ⑤家族や親戚、友人などの親しい人と話す時間を持ち、孤立しないようにしましょう。

今は直接会うのが難しい状況ですが、電話や SNS、メールなどで信頼できる人とつながっていることで、お互いに不安な気持ちを落ち着けることができたり、前向きになれるたりします。

#### ⑥気持ちを落ち着けるために、アルコールやたばこ、あるいは病院で処方された薬以外の薬剤に過度に頼らないようにしましょう。

#### ⑦必要な時に相談できる専門機関をあらかじめ調べておきましょう。

新型コロナに感染したかも、と思った時に相談する場所、経済的な不安について相談する場所、心理的なストレスについて相談する場所など、調べておきましょう。

赤見台第二小学校では、スクールカウンセラーとの相談日があります。

ご利用を希望される方は、事前に学校までご相談ください。

相談日  
5月28日(木)午後

### 2 子供の心のケアについて

#### ①大変なできごとなどの後、こんなことがよくおこります。

落ち着きがなくなる・イライラする・ボーっとする・何も手につかない・赤ちゃんがえりする  
ベタベタしてくる・甘えてくる・こわい夢をみる・おねしょをする・いろいろなことを不安がる  
必要以上に情報を集めようとする・からだの不調をうったえる(頭痛・腹痛・発熱・めまい・吐き気など)

#### ②日常の基本的な生活を大切にしましょう。

「日常の生活」は子供の安心のもとです。食事や睡眠をいつも通りにすることを意識しましょう。

#### ③普段と違う様子が見られてもあわてないで受け止めましょう。

大変なできごとの後に、普段と違う様子になるのは自然なことです。できごとに対処しようとする反応と受け止めましょう。周りの大人があわてず、落ち着いて接することが大切です。

## かがやけ笑顔

### 入学式

5月7日(木)入学式を行いました。元気いっぱいの1年生が赤見台第二小学校に登校しました。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、日程及びプログラムの変更にご理解ご協力いただきありがとうございました。



新一年生に、温かいたくさんのお祝いメッセージをいただきました。



環境ボランティアさんのアイデアによる写真撮影スポットを設置しました。1年生の思い出の一枚におさめていただきました。

### 学年園の整備



学年園を耕しました。休校中の子供たちが、登校再開になったら、植物の観察ができるように、各学年の学習にそった植物を育てていきます。駐車場入り口の花壇には、お花を植えました。



※令和元年度における本校のいじめ認知件数は、ありませんでした。