



校長室だより 足立区立第九中学校

第14号 令和2年7月28日発行 佐藤 豊



東北のひまわりがかわいく咲き出しました！

東北のひまわり里親プロジェクトの意志を受け継いだひまわりの花が咲いたことをお知らせします。東北東日本大震災では多くの方が被災され、また尊い命が失われました。その時に日本や世界中の暖かい人々が義損金や物資の提供をしてくれました。しかし、それらが被災地のどこへ？誰のもとへ？どう具体的に届いている



か追いかけられない現状だったそうです。そこで義援金や物資をいただいた方にお返しとして「ひまわりの種」を渡したことがこのひまわり里親プロジェクトの始まりだそうです。ひまわりの花言葉は「私の目はあなたを見ています」。貴方の善意や行動は伝わってます、あなたは一人じゃない繋がっています。この未曾有の困難に負けず太陽に向かって生きていきたいそんな気持ちからもひまわりを選んだそうです。

ひまわりの「里親」としては、これまでに50万人以上の方が参加しています。さらに個人だけでなく全国3,000校以上の学校が参加し、公民や道德教育の資料集にも、この取り組みが紹介されています。第九中学校の生徒会本部でも今年度、早速生徒会行事の企画に加えてくれました。生徒会本部の今年度の活動目標は、「自分たちで」を合い言葉に自ら気づき自ら動くことを目標にしているようです。これから、夏に向かい第九中学校の花壇にも生徒会が中心に主事さんにお手伝いいただきひまわりの種を植える活動を計画しているそうです。ただ、ひまわりは水やりが大変で、朝と夕方に必ず水をまかなければなりません。生徒会本部役員からも生徒のみなさんにボランティアをお願いすることになると思います。是非協力をお願いいたします。今はまだ、ほんの少しのひまわりかもしれませんが、生徒会を中心に第九中学校のみんなで花壇いっぱいのひまわりを育てていきましょう。

災害時の心構えを日頃からご家族で話しあってください

記録的豪雨に見舞われた九州地方では、犠牲者を伴う大規模な土砂崩れが相次いでいます。身近な山で起きた惨事を目の当たりにした住民の中には、二次災害を恐れて避難所生活を続ける人や雨のたびに避難する人もでてきているそうです。「いつ土砂が来るかわからない」。梅雨後も台風シーズンが控えており、警戒を強めているそうです。

足立区においても大雨や台風による水害は高い確率で発生することが予想されています。校長室便り13号でもお願いしましたが、災害はいつ発生するか分かりません。災害発生後に慌てて行動するのではなく、事前に家族で話し合い、避難の計画を立てておくことが大切です。荒川が氾濫した場合、第九中学校は3.5mまで浸水するそうです。



「ウィズ コロナ」時代を生きぬくために

「ウィズ コロナ」時代においては、適切な感染拡大防止策を講じながら、本格的な経済社会活動や都民生活を営んでいくことが必要です。

一方、現在の都内の新規陽性者数は増加傾向であり、これ以上の感染拡大を食い止めるためには、私たちが、「新しい日常」を徹底して実践し、自らを守り、感染しない、感染させない行動をとっていくことが最も重要です。

感染症は、誰もが感染するという事実や、誰もが気付かないうちに感染させてしまう可能性があることを理解し、病気に対して生じた偏見や差別が、さらに病気の人を生み出し、感染を拡大させるという負のスパイラルを招かないようにしなければなりません。

私たちが向き合う相手はウイルスであって、誰もがなり得る感染者ではないことを再認識して、冷静な行動を心がけましょう。

つらい時こそ誰かのために コロナウイルスに負けるな！

「緊急事態宣言」が解除されたものの、未だ感染拡大の不安もあり、「新しい生活様式」での学校生活が求められています。制約の多い不自由な学校生活になってしまい、みなさんが様々な場面で我慢をしている姿を見ると心が痛みます。特に学校行事では、入学式に始まり、運動会、職場体験、修学旅行、魚沼自然教室など中学校生活において大切な行事が次々と中止になっています。そんな中、じっと耐え、黙々と授業に集中しているみなさんはとても立派で誇らしく思えます。

私たちはつらい時やストレスを感じたときに、他の人との繋がりを求めたり、他人をいたわることがあります。この反応は、ストレス反応に対する「思いやり・絆反応」と呼ばれています。人間には「思いやり・絆反応」が備わっているようですが、ストレスを感じれば必ず「思いやり・絆反応」が生まれるというわけではないそうです。ストレスによって逃避的になってしまう人も、利己的になってしまう人もいます。では、どうすれば「思いやり・絆反応」を自分のものにできるのでしょうか。そのための大きなステップは、「苦しんでいるのは自分だけ」という考え方を見直すことです。

人は誰も自分だけの苦しみを抱えていて、それは外側からは見えにくいものです。目には見えない自分以外の人たちの苦しみに気付こうとし、自分の苦しみを素直に周りの人に打ち明けようとすることで、「思いやり・絆反応」を味方にすることができそうです。不幸な目に遭うと、わたしたちは、誰かが現れて手を差し伸べてくれるのを待つしかないと思ってしまいます。しかし、実はそのようなときにこそ、「自分から誰かを助ける」ことが役に立つのです。発想を切り替え、「心の支えが必要なら、自分がそれを提供する側になろう」と考えることで、みなさんに勇気を与え精神的に強くしてくれるはずですよ。

みんなで定着させよう

新しい日常の新しいルール



手洗いの徹底
マスクの着用



NO! 3密
密閉・密集・密接



SOCIAL DISTANCE
距離を保とう



暮らしや働く場での
感染拡大を防止する
習慣を一人ひとりが
実践していきましょう。

A New Normal
with COVID-19

東京都新型コロナウイルス感染症対策サイト
<https://stopcovid19.metro.tokyo.lg.jp/>

東京都 新型コロナウイルス感染症 支援情報ナビ
<https://covid19.supportnavi.metro.tokyo.lg.jp/>

新型コロナコールセンター
感染症の予防、心配な症状が起きたときの対応など
※東洋・中野区・練馬区の電話にも対応

TEL.0570-550571 午前9時～午後10時
土日祝日も受付

**東京都緊急事態措置等・
感染拡大防止協力金相談センター**

TEL.03-5388-0567 午前9時～午後7時
土日祝日も受付

東京都