

校長室より

「天空高き」



第135号



令和2年7月8日

## 新型コロナウイルスの3つの顔

日本赤十字社のウェブサイトからです。

『ウイルスには「病気」「不安」「差別」の3つの顔がある。病気が不安を呼び、不安が差別を生み、差別が病気の拡散につながる』とありました。

春先に店頭からトイレットペーパー、さらにはオムツが消えました。この現象は、マスク不足から端を発し、誤った情報が拡散され、紙製品の買い占めが行われた結果です。

このように、「不安」をきっかけに人の自己防衛本能が働き、人々が利己的な買い占めに走る現象は、これまでも大きな災害が発生するたびに起きていました。

しかし今回、それとは別の社会現象が表れました。

日本で生活している外国人留学生数人が飲食店で食事をしていると、離れた席の客たちがこちらをにらみ、ヒソヒソ話。怖くて母国語で会話できない……。外国人に対してだけでなく、同じ日本人同士でも問題が起きています。「咳(せき)エチケット」を巡って殴り合いのケンカが起きたり、花粉症のためマスクをしてクシャミをする人が白い目で見られたり、かつてない過剰な反応が至るところで発生しています。

未知のウイルスから「不安」が生まれ、その不安が社会全体に広まって「偏見・差別」となります。まるで、第二、第三の「感染」です。

なぜ、偏見や差別は生まれるのでしょうか。

全ては「未知のもの」に対する不安・恐れから始まるそうです。

まるで第二・第三の“感染”

ウイルス発生

生物学的「感染症」

不安や恐れ

心理的「感染症」

偏見・差別の表出

社会的「感染症」

あなたの周囲で、こんな光景はありませんか？

- 地域や民族特性を病気のレッテルにする
- 感染の可能性のある人に敵意を向ける
- 犯罪者扱いしたり侮辱するような言葉を使う
- 定かではない情報、うわさを広める

新型コロナウイルスは、一般的な感染対策を徹底して行うことで感染に対する防護力は高まり、万が一感染したとしても、ほとんどの方が軽症で回復します。しかし、新しい病気で不明な要素が多いため、そして何よりも「敵（ウイルス）」が見えないため、どうしても不安が高まります。不安はストレスになり、自己防衛本能が働き、自分の心と体を守ろうとして・・・見えない敵の代わりに他の「誰か」を排除すべき存在と認識するそうです。

こうして「偏見・差別」が生まれてしまい、さらに偏見は他の不安要素を引き寄せ、可能性が高くなるそうです。この悪循環を断ち切るには、まずは「脅威の正体」を見極めて不安に乗っ取られないように対処することが重要だそうです。

「不安」から心を守る 5つの方法が紹介されていました。皆さん、普段の落ち着きを取り戻すために、次のような方法を試してみてください。

- まずはリラックス。ほっとする時間を作ろう。
- 熱中できたり心が晴れる活動に時間をさく。運動も効果的！
- この「騒ぎ」から一歩引いて、別の視点を持つ人と話してみる。
- 「その情報は正しい？」冷静に情報の信頼性を考えよう
- 食べて（健康的な食事）、寝て（質の良い睡眠）、自分をいたわろう
- つい陥ってしまいがちな「不安」の感染に気づき、セルフケアに努めよう！

## 一歩前へ！ 一目標が消えても

新型コロナウイルス感染拡大を受け、8月の全国高校総体（高体連主催）や夏の甲子園大会（高野連主催）などが中止になりました。それに伴い、都道府県大会も中止に追い込まれました。

運動部や文化部に所属している3年生の皆さんは、日本一を、全国大会出場を、県大会ベスト8を、目標こそ違え、それぞれの目標に向かって日々、練習に仲間と切磋琢磨しながら取り組んできたことと思います。その目標が突然消えて・・・。

皆さんは、目標があるからこそ頑張れるし、悔しい思いをしても踏ん張ってきたのだと思います。その目標がなくなれば、自分を支えてきたものがなくなり、自分自身を支え切れなくなります。しかし、皆さんには未来があります。皆さんが目標に向かって一所懸命にやってきた過程が、これからの人生の財産になります。人生は100年時代です。今やってきたことが、次のステージに必ず生かされます

### 2020メモリアルカップ 大会スローガン入賞作品

#### 最優秀賞

スポーツ愛の自粛なし！仲間と共に今を輝け！

戸崎 心優 山口県立萩高等学校1年

#### 優秀賞

この夏を 忘れられない 夏にする

渡邊 楓也 山口県立南陽工業高等学校2年

大空へ 輝愛(気合い)の風を 吹き鳴らせ

黒瀬 愛悠香 山口県立萩高等学校1年

輝け！ 光れ！ 青春を飾る LAST STAGE

松井 士優 柳井学園高等学校3年

現在、皆さんが3年間クラブ活動に一生懸命に取り組んでくれたことが、周囲の大人たちを動かし、メモリアル大会のようないろいろな大会等が企画されています。

高校総合文化祭については、インターネットを活用した発表動画や作品画像配信による開催に変更になりました。また、高体連では都道府県レベルでは、3年生も参加可能な代替大会が開催予定です。高文連でも各高校に出向いて、吹奏楽や日本音楽部門の演奏を動画収録して、動画配信やDVDに残すなどの企画が計画されています。

ドイツの宗教改革者、マルティン・ルターは、「たとえ明日、世界が滅亡しようとも今日私はリンゴの木を植える」という言葉を残しています。

たとえ私たちがどんな状況に置かれようとも、結局私たちにできることは一步一步着実に歩みを進めることです。いま自分にできることを精一杯やっていくことです。

6月からクラブ活動の練習が再開されました。顧問の指導を受けながら、仲間と一緒に練習できるようになりました。「やっぱり楽しい」と、喜びをかみしめながら、新たな気持ちで取り組んでいるのではないのでしょうか。

## 高大連携協定締結 ー岩国短期大学ー

6月12日（金）に、岩国短期大学会議室において、高水高等学校と岩国短期大学の「高大連携協定締結調印式」が行われました。

これまで本校と岩国短期大学では、「高大連携推進協議会」を設立して、総合的な学習の時間やロングホーム等で岩国短期大学の先生から出前講義。楽学祭では、和太鼓部“運”のオープニング参加や「岩国短大ブース」の設置。オープンスクールでは、「岩短コース」でピアノ実技・絵本の読み聞かせ・手遊び等の講座を実施していました。



今回はさらに協定を結ぶことによって、高校の授業で取得した単位の1部が岩国短期大学の単位として認定される、いわゆる「単位互換」が出来るようになります。高校に在籍しながら、もうワンランク上の高等教育機関で学べる内容が高校の授業で受けられる、ということになります。皆さんにとって、高等教育機関（短期大学）での学びが大きな刺激・励みとなり、さらに主体的な学びにつながることを期待されます。

皆さんの世代は、「人生100年時代」になります。学び続けることで、皆さんの考え方や見方が広がり、より皆さんの人生を豊かで楽しいものにしてくれます。

## 7月の月間目標

### 思い遣る

心は見えないが心遣いは目に見える

令和2年度  
チャレンジ目標

- 1 5分前考動
- 2 整理整頓
- 3 先に元気な挨拶
- 4 1%を誰かのために

新型コロナウイルスの感染拡大で、世界中が大変な状況下にあります。今まで誰もが経験したことのないことが起こると、誰もが不安になります。そんな時こそ、家族や友達、クラスメイトと、何が不安なのかを話すことがとても大切です。答えはすぐに見つからなくても、人に自分が思っていることを話すことで、不安の解消になります。そして、自分が人に対してできることが見つかるかもしれません。

私たちはお互いに支え合って生きています。特にこのような状況下だからこそ、人が人としてお互いを思い遣ることがとても大切です。人の心を見ることはできませんが、人の心遣いは見ることができます。ちょっとした心遣いで、私は随分多くの方々から助けられてき

ました。皆さんのちょっとした心遣いで、人の心を温め、勇気づけ、和ませることができます。



### 二十四節気

**小暑**（しょうしょ）7月7日

いよいよ暑さが本格的になる頃という意味です。セミが鳴き始める頃で、小暑から立秋（8月8日頃）までが『暑中』となり、暦の上では暑中見舞いを出す時期に入ります。例年では沖縄や奄美では梅雨明けを迎え、本州でも梅雨明けが近づく時期ですが、梅雨末期は梅雨前線の活動が活発となり、集中豪雨に見舞われることも多く、雨の降り方など雨に対する十分な注意が必要です。

**大暑**（たいしょ）7月22日

最も暑さの厳しい頃とされています。大暑の頃は日本では多くの地域で梅雨明けを迎え、安定した夏空が広がるようになる時期です。暑さの本番はこれからで8月上旬～中旬にかけて暑さのピークを迎えます。

「お天気. com」