



学校の再開に向けて

新型コロナウイルス感染症による臨時休校がようやく終わろうとしています。楽しみにしていた学校へ行けるようになるのももう少しですね。学校が再開されるにあたって、「本当に再開できるの?」「どのような形で再開されるの?」など不安に思っている保護者が多いと思います。また、長期に及ぶ休校により、多くの子ども達が生活リズムが乱れてしまっていたり、運動不足によって体力が低下していたりすることが予想されます。また、学校が再開しても学習の遅れをどのように取り戻していくのか、進路のことはどうなるのか、順調に学校生活に戻れるのか…心配は尽きませんね。

このような時は目の前のことから 1 つずつ取り組んでいくことが大切です。先のことが心配になるのも十分理解できますが、考えれば考えるほど不安や心配が大きくなってしまいます。今できることは何かを考え、少しずつ始めてみましょう。今回は、学校の再開に向けて〈今できること〉と〈再開後に気をつけてほしいこと〉についてお話しします。

〈学校の再開に向けて今できること〉

学校が始まって無理なく過ごせよう目の前のできることを 1 つずつ取り組んでみましょう。

- ・ 起きる時間や寝る時間を見直す ・ 食事は三食しっかり取るよう心がける
- ・ 学校の課題を終わらせる ⇒ 分からないところやどうしても終わらない場合は学校に相談しましょう



〈学校再開後に気をつけてほしいこと〉

★児童のみなさんへ・・・学校が再開すると、いろいろな情報を目にしたり耳にしたりすることが多くなります。その中でも特に気をつけたいのが、周りの人へ向けた差別や偏見です。たまたま感染してしまった友達やその家族、病気の広がりや予防するために一生懸命働いている家族がいる友達に対して「ウイルスがうつる」などと言って傷つけたりいじめたりする行為がもしかしたら出てくるかもしれません。その背景には、ウイルスに対する不安が隠れていることが多いのです。不安な気持ちを抱える人はたくさんいると思いますが、その気持ちを誰かを攻撃したり仲間外れにしたりする気持ちに変えてはいけません。「大丈夫?」「たいへんだね」と声をかけ合って、「いっしょに頑張ろう」と仲間と強くつながり、この危機をいっしょに乗り越えましょう。

- ・ いじめは絶対にやめましょう ・ うわさやうそを SNS などでも拡散しないようにしましょう
- ・ 間違った情報に惑わされないようにしましょう ・ 自分も周りの人も大切にしましょう
- ・ 心が傷ついたり不安が強くなったりしたら信頼できる人に相談しましょう



★保護者のみなさまへ・・・不安や恐怖心から、子どもが傷つけるようなことを言ったり、のけ者にしたりなどのいじめ行為を悪意なくしてしまうことがあります。いじめが起こることを防ぐためにも、日頃から新型コロナウイルス感染症に関する正しい知識をお子さんと共有するようにしましょう(厚生労働省ホームページなど)。また、学校再開後にお子さんがそのようないじめを受けたり、見聞きしたりすることもあるかもしれません。そのような時は、お子さんの辛い気持ちを受け止め、話を聞かせてくれたことに感謝しつつ親は子どもの味方であることを伝えましょう。またそのような状況が長く続く、お子さんの元気がなくなってくるなど、心配なことがある場合は早めに学校や専門機関に相談するようにしてください。