

校長室だより

平成26年1月30日 No. 10

大阪市立大隅西小学校

校長 大河 房子



各地で、インフルエンザウィルスやノロウィルスによる感染が広がっているというニュースが聞かれます。本校でも風邪様疾患で欠席する児童が、ほんの少しですが増加しています。

ノロは、体内にウィルスが入ってから、1日～2日の間に、激しい下痢や嘔吐、腹痛が発生します。時には、発熱や頭痛、筋肉痛などを伴います。症状は通常3日以内でおさまるそうです。ノロウィルスは、強いウィルスで、これを100%殺菌できるものはありません。また、とても小さく、手の皺の間にも入り込んでしまいます。だから、手洗いをしっかりする必要があります。できれば、二度洗いをするほうがよいそうです。学校では、逆性せっけん（普通石鹸に比べると洗浄力では劣ることが多い。しかし、細菌やカビなどの微生物に作用させると、殺菌作用を示すため、殺菌剤として利用される）を手洗い場におき、使用できるようにしています。

また、インフルエンザウィルスは、飛まつ感染や接触感染が経路になるので、ここでも対策としてはしっかり手洗いすることが必要になります。帰宅後や食事前には、指先や爪の間や手首まで、丁寧な手洗いを心がけましょう。あわせて、マスクの着用も効果的です。

いずれにしても、免疫力が弱っていると、感染しやすくなりますし、感染したときに症状が重くなってしまう恐れがあります。ふだんから、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう

調子が悪いときは無理をせず、医師の受診をおすすめします。

【ほめ言葉シリーズその10】

●「よい」の言葉が持つ力●

言葉は、「言霊（ことだま）」と表現をされることがあります。人の口から出る言葉は、時には人を生かし、元気にすることがあり、また時には人を落ち込ませ、元気をなくしてしまうことがあります。

「よい」言葉とは、相手の心を明るく幸せにする、思いやりのある言葉です。相手を気遣うことで、自分を大切にしたり、また人から大切にされたりします。「悪い」「汚い」言葉は、相手の心を傷つけ、悲しませるものです。悪い言葉や汚い言葉を浴びて育った子どもは、幸せな気持ちになったり、うれしいと感じたりすることが少ないそうです。人生において、笑顔がなく、いつも嫌な、暗い、悲しい気持ちで生活をするということは、どれほど不幸なことか。人を不幸な、嫌な気持ちにさせる人は、結局自分も不幸になります。

テレビでも、ゲームでも、そして町の中でも、汚い乱暴な言葉があふれています。私たち教職員も、保護者の皆さんも、地域の方々も、子どもたちには心豊かに育ってほしいと願っています。どうか、汚い乱暴な言葉遣いはやめてください。子どもたちが心豊かに育つよう、まず大人から、よい言葉遣いをしてみませんか。つらい思いをしたりさせたりすることなく、思いやりのある「よい」言葉を遣ってください。美しい言葉やよい言葉が飛びかう学校であり家庭であり地域であってほしいと思います。「お前、はよせえや!」と「〇〇ちゃん、急ごうね!」。この違いは大きいですね。

「よい」言葉を遣うと、脳は良い考え方をするそうですよ。ぜひ、お試しあれ。