

終業式校長講話（全文）

1. コロナとの生活（With corona）

今日は8月7日です。例年であれば夏休みの真ん中、全校登校日の頃であり、夏休みの折り返し地点でもあります。梅雨明けがいつもより遅く、7月30日でしたから、今週の暑さはまともに体に応えますね。

さて、After corona（アフターコロナ）と言われ、すぐにWith corona（ウィズコロナ）と言われて、それも久しくなりました。SNS上でもいろいろなコロナ対策が言われ、中には《コロナウイルスは耐熱性がなく、26-27度の温度で死にます。そのため、お湯をたくさん飲むこと。お湯を飲めば予防できる。太陽の射しも効果的です》というのがありました。まったくのデマでしたね。体温より低い温度の飲み物がウイルスに効果的だとは普通は考えられませんが、そのデマに飛びついた人がいたのです。太陽の直射日光もそうです。体内にいるウイルスですからね、そんなに簡単にはウイルスを殺せません。コロナウイルスだけに限りらず「拡散希望」「多くの人に広めてください」というのが、今は一番怪しいと考えてもいいと思います。

裁判でも、デマを拡散させたということで、起訴されて負けた例もありますから簡単にデマに乗せられて、「本当だと思った」という言い訳は通用しませんから注意が必要です。Facebookの「いいね」やTwitterの「リツイート」なども同じことですから絶対やめましょう。

話しがそれましたが、いまコロナ対策で有効なのは①人とおしゃべりする時はマスクをつける②何かした後には手指をしつかり洗うか、消毒する③部屋など密閉空間では換気をしつかりする。の3点です。

過剰に怖れることはありません。これまでにも言いましたが「正しく怖れる」やっぱり必要なんです。コロナウイルスは予測不可能なところがまだまだあります。この未知のウイルスは、どういう感染経路で感染するのか、どういうタイプの人が特に危険なのか、どういう条件に強く、どういう環境に弱いのかといったことが、まだはっきりとは解明されていません。わかつてきたことは、無症状の感染者からも感染する点に大きな特性があります。つまり、新型コロナウイルスは、自分がかかっているかどうか自覚できないのです。人にうつすかどうかわからない。予測ができないのです。ある人は無症状で、症状らしい症状もなく終わつたとしても、ある人はあつという間に重篤化して10日ほどで亡くなってしまう……という恐ろしいこと実際起こっているわけです。あくまで、ここまでですが、君たち中学生は感染しても無症状か軽症で済むようです。もちろん、外国

には死に至ったケースはあります。しかし、無症状がゆえに大人に感染させてしまうのです。そしてとくに高齢者は感染すると重症化するリスクがとても高くなります。そこがとても怖いところなのですね。ですから、「耳にタコ」でしょうが、「自己責任でなんとかしよう」と言っているわけではないのです。自分を守るそして、自分の大切な人を守るために先ほど挙げた、コロナ対策の3つを守ってください。

それでも、感染経路が不明な人が増えてきています。知らずうちに感染してしまうことが大いにあるわけです。感染者が唯一ゼロであった岩手県でもとうとう感染者が出てきました。ある意味仕方のないことですね。でも、起こってはいけないことが、起こってしまいました。その起こってはいけないことというのは、感染した人に対してのSNS上でのディスった発言が大量発生しました。感染者さがしのメールが拡散しました。また、感染者が在籍していたことを表明した会社の電話がパンクするほどの苦情電話が殺到し、ホームページもサーバーダウンしたそうです。冷静に考えれば、感染した人も被害者です。命にかかることなのですから。悪いのはコロナウイルスなのです。人はそんなこともわからなくなるのですね。こんなことが、なぜ起こるかというと、やっぱり、みんなが不安なんですね。だからといって、感染した人やその家族を差別するのは間違っています。そのような加害者の側やそれにつられてあおる側にならないようにしてください、強くお願ひしておきます。

2. 熱中症対策

今週に入って、部活動中に熱中症になった人も複数人あったようです。熱中症になると、体温が上がり、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節機能が働かになります。

代表的な症状は、「立ちくらみ（脳に血液が行かなくなって、バタリとその場で倒れます）、筋肉痛やこむら返りなど（いわゆる足がつる状態）、大量の汗をかく、そして頭痛、吐き気や実際に吐く、体から力が入らない、などが起きます。もちろんのこと、炎天下での運動で起こりやすいですが、室内でも起こります。

予防法としては、暑さを避ける、外出時にはなるべく日陰を歩く、帽子や日傘を使うなど。家の中では、ブラインドやすだれで直射日光を遮る、扇風機やエアコンで室温・湿度を調整することが大切です。もちろん、運動場で部活動をする場合には、そんなことは言つていられませんね。その場合には、こまめな水分補給が必要です。では、「こまめ」というのはどれくらいのことを言うのでしょうか。暑い日には知らずしらずのうちに汗をかいています。寝ている時でも500ミリリットルのペットボトル分くらいの汗をかくと言われています。運動してい

るときは当然もっと汗をかくわけです。のどが渴く前からこまめに水分を補給することです。運動を始める前にまず飲む。のどが渴いたという時は、実はもう遅いと思ってください。

部活動中は顧問の先生がおられますから大丈夫でしょうが、学校の行き返りなどに十分に気をつけてください。昨年の熱中症患者が救急車で運ばれた数は、71,317人で、その内、死亡した人は126人に上ります。決して少なくない数です。後遺症が残る場合もあります、決して甘く見ないでください。

3. 夏休みの学習

最後のお話です。昨日までの懇談会はどうでしたか？いい話をしてもらいましたか？それとも耳の痛い話だったでしょうか？どちらにせよ、それが、今の君の姿を現しているのです。そのことは素直に認めましょう。問題は、そこから先のお話です。いつもなら、40日近い夏休みですから学習の取り返しに全力を尽くして欲しいというところです。しかし今年は、17日間です。これを長いとするのか、短いとするのは意見が分かれるところです。ちなみに、同じ大阪の中でも、寝屋川市は8月1日から8月16日までの16日間。堺市は8月8日から8月18日までの11日間、そして高槻市は8月8日から8月17日までの10日間となっています。

それはさておき、これだけの短い期間ですから夏休みの課題（宿題）だけで精いっぱいという声も聞こえてきそうですが、それだけではもったいない。夏休みの間の家の学習時間を何時間に設定するつもりですか？「夏休みなんだからさあ、休ませてよ」と心の声が聞こえてきそうですが、休んだらダメといっているのではありません。少なくとも、スマホ・携帯での会話や特にSNS、またはゲームをした時間と同じだけの学習時間は確保してください。もちろん、塾以外の時間です。

それと、4月からの臨時休校中に紹介したe-ライブラリを使って復習をしてください。苦手なところ、よく理解できなかったところをやるということを薦めます。また、小学校の1年生にまで戻れますから、つまずいたところまで戻るという手もあります。

さあ、この夏休みをどう過ごすのか。しっかりと目標を持ちスタートを切ってください。ただ、ダラダラとしているとすぐに夏休みも終わってしまいますよ。8月25日元気に再開しましょう。以上です。