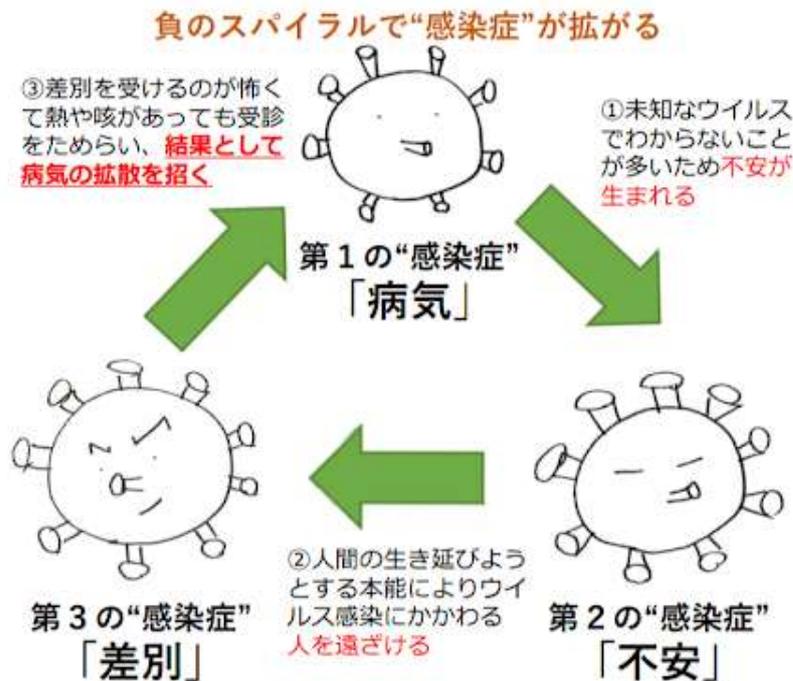


この“感染症”の怖さは、病気が不安を呼び、不安が差別を生み、差別が更なる病気の拡散につながるのです。



3つの“感染症”は
どうつながっているの？

こうした負の循環（スパイラル）を生み出さないためには何が必要でしょうか？ 第1の“感染症”については、自分自身が自分のためだけではなく、周りの人のために「手洗い」「咳エチケット」「人混みを避ける」などの衛生行動をとることが必要です。第2の“感染症”に振りまわされないようにするために、不安や恐怖というのは、人間にとっては自分を守るための防衛本能ですが、時に自分の意思に反して暴走するという特徴について、自分自身が理解を深めることです。不安や恐怖が強い時には、いったん立ち止まって、自分を見つめ（モニタリング、俯瞰して観る）、冷静になることが必要です。マスコミなどのメディアからウイルスに関する悪い情報（希望のない）ばかりに目が向いていないか観察することも必要です。そのために、ウイルスに関する情報にさらされるのを制限する（テレビやSNSを見ないなど）ことと、フェイクニュースに惑わされないようにすることです（その見抜き方は後述）。また、安心できる相手とつながることも重要です。第3の“感染症”を防ぐためには、第2と同様に、フェイクニュース、デマに惑わされないようにすることと、先の医療従事者、介護職員などのエッセンシャルワーカーの人たちの仕事内容についての想像力を高め、その「つらさ」に思いをはせ、ねぎらいや敬意を払うようにすることです。このことに関して、教皇フランシスコは、5月12日の「国際看護師の日」（近代看護学の基礎を築いたフローレンス・ナイチンゲール（1820-1910）の誕生日。今年は、ナイチンゲール生誕より200年を迎えた）に看護の仕事に携わる人々にメッセージをおくられました。教皇は、福音書の「善きサマリア人」（ルカの福音書第10章25～37節）のように傷ついた隣人に寄り添い、いのちを守り、いのちに奉仕する、看護師の特別な召命を強調しています。患者たちに必要な処置を施すと共に、勇気と希望、信頼や慰めを与える、看護師の患者への人間的態度・関係を大切なものとして指摘されています。

翻って、本校の教育理念は、「人を認め、弱きを助ける」であり、困難や苦勞にある時に共に励まし合い、喜びや悲しみを分かち合うことができる人になるように相手を思いやる心、互いに愛する心を育成することです。このコロナ禍の中だからこそ、この教育理念の実現に向けて考え、動くべきだと考えます。

長くなりました。最後に、ホスピス（終末医療）の在宅医療を行う「めぐみ在宅クリニック院長」の小澤竹俊氏が、コロナ禍の中でどのように生きるべきかについて述べていますので、引用します。

コロナ危機をみんなで乗り越えよう
 コロナ危機の中でも、人は笑顔になれる
 私は、そんな言葉は信じない
 どうせ解決できない苦しみがあれば、笑顔になんかなれるはずがない
 それでも、みんなは勝手に言うであろう
 専門的な知識がなくても、苦しむ人の力になれる
 医療者ではなくても、苦しむ誰かの支えになれる
 たとえ解決できない苦しみを抱えていても
 たとえ時間を過去に戻すことができなくても
 わかってくれる誰かがいたならば

その人にとっての尊厳が守られるのであれば
 笑顔を取り戻すことは可能である
 しかし、それは間違いだ
 苦しんでいる人が笑顔になんて、なれるはずがない
 知識のない私が、苦しむ人の力になれるはずがない
 苦しむ人は、専門家に助けてもらえばよい
 もう私にできることなど何もない
 もはやこの世は絶望である

この文章を、一行ずつ読みかえしてみてください。
 逆転劇が始まります。

もはやこの世は絶望である
 もう私にできることなど何もない
 苦しむ人は、専門家に助けてもらえばよい
 知識のない私が、苦しむ人の力になれるはずがない
 苦しんでいる人が笑顔になんて、なれるはずがない
 しかし、それは間違いだ。
 笑顔を取り戻すことは可能である
 その人にとっての尊厳が守られるのであれば
 わかってくれる誰かがいたならば
 たとえ時間を過去に戻すことができなくても
 たとえ解決できない苦しみを抱えていても
 医療者ではなくても、苦しむ誰かの支えになれる
 専門的な知識がなくても、苦しむ人の力になれる
 それでも、みんなは勝手に言うであろう
 どうせ解決できない苦しみがあれば、笑顔になんかなれるはずがない
 私は、そんな言葉は信じない
 コロナ危機の中でも、人は笑顔になれる
 コロナ危機をみんなで乗り越えよう

わかってくれる誰かがいれば、医療者ではなくても、苦しむ誰かの支えになれます。専門的な知識がなくても、苦しむ人の力になれます。そうしたつながりがあれば希望は持てます。ソーシャルディスタンス（社会的距離）を取らざるを得なくても、つながりはできます。そう信じて、コロナ危機を乗り越えましょう。

（フェイクニュースの見分け方）

NHKのクローズアップ現代の中で、医師の山本賢人さんがネット情報を見極める7つのポイントが指摘されています。参考になると思います。

- だ** 誰が言っている？
- し** 出典はある？
- い** いつ発信された？
- り** リプライ欄（返信欄）にどんな意見？
- た** たたき（攻撃）が目的ではない？
- ま** まずは一旦 保留しよう
- こ** 公的情報は確認した？

また、桜美林大学の平和博さんは、その情報は「感染防止に役立つのか？」を判断基準にすると述べています。

コロナウイルスの情報は、感染防止に役に立つか否かが目的であり、それに役に立たない情報であれば、意味がないということだと考えます。