

思いやりは感染対策の第一歩

ここからは、「小さな親切」運動本部が毎年開催している「作文コンクール」・エッセイコンテスト「はがきキャンペーン」に寄せられた作品から、みんなのコロナ禍を振り返り、改めて感染症に立ち向かうための「心のワクチン」を考えてみましょう。

コロナ禍のはじまり

新型コロナウイルス感染症は、2019年末に最初の感染者が報告されてから、わずか数カ月で世界中に拡大していきました。日本に暮らす私たちは、はじめはどこか対岸の火事のように感じていましたが、大型クルーズ船での感染状況や、国内各所でクラスター発生が大きく報道されるたびに、その脅威が身近に迫りつつあることに気づきます。そうした中、突然一斉休校となったり、東京2020大会が延期されたり、

緊急事態宣言が発出されるなど、経験したことのない事態となっていました。

山形県の中学1年生Cさんは、この時期に体験したことを作文につづっています。ベビーカーに乗った赤ちゃんが、おもちゃを落としてしまったのを見かけたCさん。それを拾って手渡したところ、赤ちゃんのお母さんは驚いた顔でさっと受け取り、立ち去っていきました。Cさんは「親切のつもりでおもちゃを拾ったけれど、あのお母さんは、赤ちゃんが触るものだから、他人に触ってほしくなかったのかもしれませんが。それどころかあまり近づかないでほしいと思ったのかもしれませんが。私は声をかけて教えるだけにすればよかったのかな」と、複雑な気持ちになりました。

落 とし物を拾って届ける。以前ならば、「ありがとう」という言葉や笑顔がもたらしたはずの場面です。人と接する機会自体を減らさなくてはならなかったこの時期、いままで通りの親切ができなくなった、とさみしがる作文やエッセイが多く寄せられました。

しかしCさんは嘆くばかりではなく、あいさつやごみ拾いで地域を明るくしたり、手洗い・うがい・マスク着用を徹底して周りの人にうつさないようにするなど、「自分にできる親切はある」と考えました。大変なときこそ、周囲への感謝の気持ちを忘れず、自分に今できることを考え、実行することが大切です。

心をさいなむ偏見や差別

人は不安や恐怖、大きなストレスにさらされると、その言動に異変が現れることがあるようです。新型コロナウイルス感染症が拡大する中でもそうしたことが起きていました。

悲しいことに日本各地であったことです。中学2年Mさんの住む地域でも、県をまたぐ移動で感染が広がることに危機感を持った人たちが、県外ナンバーの車に石を投げつけるなど、悪質な嫌がらせが起きました。その後、他県ナンバーの車を運転している人が、自衛手段として「県内在住者です」と書いたステッカーを貼るようになりました。Mさんは、「こういうの、ちょっと悲しくなりませんか。ステッカーを貼らないとこの県では受け入れてもらえないと思われるようで、残念です」と書いています。

東京都の中学3年生のOさんは、コロナによる差別をニュースで聞いて「少しドキッとした。なぜなら私は少し前に車で咳をしていた男性に対して、すごく嫌な顔をし、避けるように移動したときのことを思い出したからだ」と、様々な理由があるかもしれないのに差別をしてしまったことを後悔し、反省しています。

体を蝕むウイルスだけでなく、人を差別する心も恐ろしい存在です。コロナの感染拡大により、体だけでなく私たちの心も次第にさいなまれていきました。

あ やふやかな情報に惑わされず、確かな知識を身に付けること。そして感染者や医療従事者など他者を攻撃するのではなく、むしろ思いやりを持って支え合うことが感染拡大防止につながると、このコロナ禍に私たちは学びました。

3ページで紹介した「かからない、うつさないための3つのポイント」にあるとおり、基本的な対策を徹底することで、感染リスクは大きく減らすことができます。どんな感染症でも向き合い方は同じです。

今後もし新たな感染症が私たちの身近に現れても、パニックになることなく、当たり前の対策を冷静に行い、互いを思いやる心を忘れずに感染拡大を防ぎましょう。

コロナ禍で気づいた家族・友人のありがたさ

外に出る機会が減るということは、つまり家で過ごす時間が増えるということです。2021年に寄せられた作品には、改めて家族や友人に感謝した、との内容が増加しました。

● 家で料理や掃除を手伝うようになって、母親がしている家事の大変さに気づき、改めてありがたく思った、との内容が目立ちました。中には、テレワークを始めた父親が朝早くオンライン会議に出席する姿を見て、これまでは見えなかった父の働きぶりを体感し、感謝の気持ちでいっぱいになったという作品もありました。あまりにも身近で、当たり前だった家族が、どんなにあり

がたい存在であり、自分を支えてくれるかに気づけたのは、コロナの副産物といえるでしょう。

● 千葉県の高校3年生Yさんは、休校が続いていたある日、同級生から花が描かれた絵はがきを受け取ります。そこには「寂しいと思って。驚いた？」という言葉が添えられていました。友人の思いやりに感激したYさんも同じように花の絵を描いて返信しました。そして、そのやりとりはいつしかほかのクラスメイトにも広がっていきました。

誰かのために心を伝えるよろこびを教えてくれた友人は、Yさんにとって大切な存在になりました。

家 族以外の人と、ソーシャルディスタンスをとることが求められる中、家族間の思いやりに関する作品が、作文にもエッセイにも、本当に多く寄せられました。特に小中学生にとっては世界のほとんど全てが“家”となってしまう状況でしたから、このコロナ禍はある意味、家族の大切さを改めてじっくり考えてもらう、大きなチャンスになっていたことがわかります。

また直接会えない友人、知人とオンラインや手紙で、これまでとは異なるコミュニケーションを楽しみ、絆を強めることができた人たちがたくさんいました。

人と会えないことで孤独を深めた方、毎日一緒にいるからこそ家族と衝突してしまった方もいましたが、多くの方が身近な人に感謝し、自分は幸せだと感じたことは、コロナは私たちに負の遺産だけでなく、大いなる心の遺産を残してくれたといえます。

思いやりの感染症対策

● コロナの感染拡大から3年が経過した2022年になると、作文コンクール、エッセイコンテストに寄せられる作品内容にも大きな変化が現れました。

● 北海道の中学3年生のFさんは、コロナに感染してしまいました。もちろん学校にも行けず、トイレ以外では部屋からも出られず、身体よりも心が弱ってしまったといいます。そんな中、お母さんは、毎日いつもより豪華な食事を毎日作ってくれ、学校の先生は体育大会の様子をリモートで見せてくれ、友達は画面越しに話しかけてくれるなど、思いやりという心のワクチンをたくさんの人からもらいました。

● 岡山県、中学1年生のTさんは、弟さんが感染し、自分が濃厚接触者となったこと

で、友達から嫌がられるのではないかと心配でしたが、実際には身体を気づかう連絡があり、心配してくれたことがうれしかったと書いています。またお母さんは、弟が通うスポーツチームの人から「誰でもいつ感染するかわからない状況なのだから、謝らないで」と言われてうれしく思ったそうです。Tさんは、コロナに感染したら差別されると勝手に思っていたのですが、もし友達が感染しても自分は嫌がるのではなく『身体は大丈夫かな』と思うはずだと気づきました。

一時期のように、感染者を差別するのではなく、あたたかく見守り、思いやりある環境に変わってきたことを感じました。

2 022年に寄せられた作文、エッセイには、新型コロナウイルスに対する恐怖や、感染者への差別ではなく、思いやりの心でコロナ禍を乗り越え、前向きになったみなさんの姿が描かれたものがたくさんありました。

私たちは3年の間に、“正しく知って、正しく恐れる”ことがいかに大事か、また大変な状況下だからこそ思いやりの心がいかに大切なのかを学びながら、この状況にたどり着くことができました。

これからも新型コロナウイルス感染症の流行は起きますし、新しい感染症が現れるかもしれません。しかしどのような状況になっても、私たちは乗り越えることができます。コロナ禍の反省を胸に、「心のワクチン」を忘れず、みんなで前向きに歩いて行きましょう。