

緊急事態宣言下の今だからこそできること

副校長 内田 宏平

不要不急の外出を控え、「おうち時間」を充実させようと思って過ごしています。その中で、よかったこと(◎)や気をつけなければいけないこと(▲)が見えてきました。

①ジョギング時間を早朝や夕刻に

◎ 趣味のマラソン練習のために近所の緑道でジョギングをするのですが、人の多い時間を避けようと考え、早朝や夕刻に出ていくようにしています。25年程住んでいる地域ですが、静かな緑道で季節の移ろいを感じるという楽しみが増えました。

▲ 走る楽しみの一つには、極限までボートとして気分転換できることがあげられますが、薄闇の中、ボートと走っていると転びます。また、大きなヒキガエルを踏んでしまいそうになることもありました。

②家事に取り組む時間増

◎ 以前から、洗濯物を干すのは好きで、角ハンガーのバランスや風通しを考えながら、一人ベランダで楽しんでいました。しかし、食器洗いは苦手。時間がかかりすぎ「要領が悪い」と指摘されることも。なので、意図的に台所ではなく洗濯機に向かうことが多かったのですが、時間にゆとりがあるため台所で過ごすことも増えてきました。そのうちに食器洗いも上手になり、今はまったく苦になりません。

▲ 自分で勝手にやっているものの、家事をしている時間に家族が何もせずに寝転んでいるとイラッとなります。誰も悪くないのですが、イラッとなります。相手が動き始めるタイミングを見計らって同時に家事をこなすようにすると心穏やかに取り組むことができます。

③ネット動画の活用

◎ 筋トレ動画を有効活用できるようになり、「家トレ」が充実しています。画面の向こうで一緒に頑張っている人がいるおかげで、心折れずに限界までチャレンジできます。来年度の人間ドッグが今から楽しみです。

▲ かわいい動物動画について目が行き、見始めると終われなくなってしまいます。気付くと何もやらないまま体が冷えています。筋トレするならする。動物動画見るなら服を着る。判断が必要です。

④ドラマにどっぷりはまる

◎ 一時期話題になっていた韓流ドラマを家族で鑑賞。子どもや動物が絡むストーリーは泣けてしまうものですが、恋愛ものでこんなに泣けるとは！家族で涙を流しながら見ていました。

▲ しばらく“ロス”状態が続きました。頭の中では、よい場面で流れてくる音楽がリフレイン……。出演者が出ている他の映画を見て落ち着こうとしていました。

私自身、ここまでの規模で外出を控えるのは初めての経験です。家での過ごし方がこのように変容したのも初めてです。実際に経験してみて、なるほどなあと感じることが多々あります。大人でもそうなのですから、子どもにとって生活の変化が及ぼす影響はより大きいはず。令和3年も当分今の状況が続きます。“強いられる”と思うと辛くなるので、“自発的に”「おうち時間」の充実を目指していきたいと考えます。その中で繰り広げられる家族のストーリーは、きっと近い将来、家族内で共有できる思い出の一つとして大切なものになるはず。私自身、ここまでの規模で外出を控えるのは初めての経験です。家での過ごし方がこのように変容したのも初めてです。実際に経験してみて、なるほどなあと感じることが多々あります。大人でもそうなのですから、子どもにとって生活の変化が及ぼす影響はより大きいはず。令和3年も当分今の状況が続きます。“強いられる”と思うと辛くなるので、“自発的に”「おうち時間」の充実を目指していきたいと考えます。その中で繰り広げられる家族のストーリーは、きっと近い将来、家族内で共有できる思い出の一つとして大切なものになるはずです。

社会情勢を鑑み、学校教育活動の変容が求められることも多々あると思います。嶮山小としても、予定していた活動を見直すことで、多くの方々にご理解をいただく必要が出てくると思います。できる限り、子どもたちが“強いられる”のではなく、少しでも“自発的に”学校生活の充実を目指していけるよう、教職員一同力を合わせて取り組んでまいります。今月も皆様のご協力をいただけますようよろしくお願いいたします。

