



秋津東小だより

令和4年度 6月号

令和4年 6月1日

東村山市立秋津東小学校

〒189-0001 東村山市秋津町 4-35-11

TEL.042-391-8191 FAX.042-397-5411

URL <https://www.fureai-cloud.jp/e12-akitsuhighashi/>

「人」は「ヒト」でもある

校長 織茂 直樹

沖縄や奄美地方が梅雨入りして約1か月、間もなく東京も梅雨の時期を迎えます。この時期は、天気がいいと日差しも強く、気温もかなり高くなります。5月最後の日曜日には最高気温が都心で31℃、群馬や栃木では35℃を超え、それぞれ今年初めての真夏日・猛暑日となりました。

気温が高くなると話題になるのが「熱中症」です。近年では、全国で救急搬送される人が年間5万人くらい、亡くなる人が千人くらいもいて、災害ともいえるような状況です。コロナ感染症対策が続く中では、マスクの着用についても十分注意することが必要なので、全校朝会では「熱中症への注意」と「マスクの着脱」について話をしました。ご家庭にも「学校におけるマスク着用の考え方について」のお知らせを配布しましたので、ご確認ください。（ホームページにも掲載しました）

熱中症の予防には「暑熱順化^{しよねつじゅんか}」が大切だといわれます。暑熱順化とは、体が暑さに慣れることです。暑熱順化により発汗量や皮膚血流量が増加すると、発汗による気化熱や体の表面から熱を逃がす熱放散が多くなり、熱中症になりにくくなります。暑さに負けない体になるためには、暑さに晒され汗をかく必要があるということです。

このことから私が連想したのが「免疫」です。免疫とは、簡単にいえばウィルスや細菌などの病原体から体を守る仕組みです。免疫のうち、一度侵入してきたことのある病原体を記憶し、二度目に侵入してきたときにすぐに反応して体を守るのが「獲得免疫」です。コロナ感染症のワクチン接種も「獲得免疫」の一種で、ウィルスや細菌に晒されることによって、それらから体を守れるようになる仕組みが「暑熱順化」と似ています。

暑さに対抗できるようになる「暑熱順化」も、ウィルスや細菌に対抗できるようになる

「獲得免疫」も、「ヒト」という生き物に備わっている体の仕組みです。人間はこの体の仕組みを応用することはできても、もともと体に備わっている「仕組みそのもの」をどうにかすることはできません。人間は自分たちのことを「万物の霊長」と呼び、特別な存在であると思いがちですが、生身の人間は「ヒト」という動物であって、生老病死の摂理や動物的な本能から逃れることはできません。

便利で快適な都市生活、多様で複雑な社会生活をしている私たちは、体も心も、あまりにも人工的なもの、人為的なもの、利便的なものに囲まれ過ぎているために、自分たちの「ヒト」という動物的な側面を見失ってはいないでしょうか。例えば「健康な体」や「確かな学力」や「豊かな人間性」等々、子供たちの望ましい成長像は様々ありますが、それらを実現するのに必要なものは、実はとてもシンプルなことなのかもしれません。「体をたっぷり動かす・ゆっくり休む」「自分に合った活動にじっくり取り組む」「人としっかり関わる」ための「時間・空間・仲間」の確保です。昔から「子供の成長に大切なサンマ（3つの間）」として言い古された言葉でもあります。これらはとても単純な「ヒト」本来の欲求ですが、それを満たせる「ゆとり」が今の世の中にはなかなか見出せません。

それでも最近では、人間の体や心や行動などを「ヒト」という生物学的な視点で分析した知見が、様々な分野で生かされるようになってきました。また、「SDGs」の考え方や取組が社会全体に広がってきて、人間を地球の生態系の一部と捉え、その在り方を見直そうとする大きな流れも生まれてきました。

学校も、「人」が「ヒト」でもあることを大切にし、そのような環境に配慮しながら、子供たちの学びを深め、成長を支えていく場でありたいと思っています。