長洲町立長洲小学校　校長便り　No.１２７

みんなの居場所

裏面の話題

みんなの居場所の裏面は、小学生にとって必要ではないかと思う問題、漢字、諺、慣用句等々を載せていきます。ご家族の団らんの話題にしてみてください。会話が広がります。

令和５年１０月２３日(月)

経験則④「SNS」依存

「SNS」は、加速度的な変化を遂げている現代社会の象徴的なツールであり、今後うまく付き合っていくことが出来なければ、社会の波に乗っていくことが難しいとも言えます。私達が普段生活していく中でも、「SNSありき」のコミュニケーションもあるくらいですからね。しかし、熊本市では児童生徒の「メディア・コントロール」を課題としています。そうです、一言でいえば使い方が悪いのです。いわば「依存」ですね。常に手元にスマホが無ければ落ち着かない、保護者が取り上げでもしようものなら、逆切れして親に食って掛かる等の現象が起きています。これが児童生徒の将来に良い訳がありません。自戒の意味も含めて、私自身自分のスマホとの付き合い方を振り返ってみました。私の場合、当たり前と言えば当たり前ですが、電話として使うことがメインです。しかし、簡単な連絡はメールのやり取りで済ますことが多く、いわゆる「ライン」は便利で、どうでも良いことに使っています。使う時間帯はどうか？　そう言えば、食事をとっている時にスマホの画面を見ながら…、ということがありました。我が家ではスマホでゲームをすることは殆ど無いようですが、大学生の双子の男の子たちは、仲間たちと常に繋がっていたいらしく、ラインのやり取りは時と場所を選びません。最近はもう任せてしまいましたが、少々心配でもあります。「依存」が進むと病的な状況に陥ることもあるようです。最悪は「引きこもり」の状態でしょうかねぇ。そうなることの無いように私もアンテナを張っておきたいと思います。

修学旅行の思い出（再掲）

～前日編～

修学旅行…、前日は眠れませんね。私は眠れませんでした。保護者の皆様もそうだったのではないでしょうか。子供達にも同じことがいえます。遠足や運動会前日は、ソワソワしてなかなか眠れないものです。ましてや修学旅行ですから尚更でしょう。私も小学6年生の時同じ経験をしました。なかなか寝付けずに、結局寝たのは１２時近かったんじゃないかなぁ、お陰で当日は少し起きるのが辛かったことを思い出します。でも、すぐにハイテンションでエンジン全開です。前日眠れなかったなんて誰も言いません。言えば先生から叱られるからです。そして、旅行初日はいつまでも起きていて、２日目の車中はどんよりした雰囲気で時間が流れていきます。ガイドさんには悪かったなぁと反省です。さて、前日は眠れないというのは心情的にも理解できますが、やはり体調を整えるという点ではあまりよくありません。平常心で…、と言っても無理ですね。どうせ起きているのなら、少し多めに宿題を出してもらうようにしましょうか？　そうすれば無駄に時間を過ごさずにすむかもしれません！？　それはいやでしょう。児童の皆さん、わきまえた行動で、楽しい修学旅行にしましょう。

シリーズ「自分を語る」#１２７

南ケ丘小学校時代は、私澤田、何でもやりました。正に「何でも屋」でした。当時の私には「学級へのサポート」がメインの仕事だったような気がしますが、それ以外も色々とやっていました。当時、南ケ丘小学校は、県版コミュニティ・スクールの導入期にありました。私は学校内でのコーディネーターとして、地域のあちらこちらに出て行きました。いわゆる「顔つなぎ」です。人的財産を発掘するために多くの人と出会いました。人の繋がりは私にとっての大きな財産となっています。（見知らぬ人から声を掛けられることがあり、困ったこともありましたが…）

仕事が充実していると、ストレスを感じない（自覚できない）のが私の悪いところです。南ケ丘小学校３年目のある日、そう言えば最近健診に行っていなかったなぁと気づきました。人間ドックには隔年で行っていましたが、教員として正式採用される直前にかかった「急性出血性大腸炎」と玉名町小学校時代にかかった「急性胃十二指腸潰瘍」については、１年に１回の検査を受けるように言われていました。ところがその時、すっかり検査時期を忘れていて、すでに２年が経過していました。で、検査の予約を入れて当日を待ちました。

「いつもの検査やん、軽い軽い。」と病院へ。検査前の処置、特に大腸検査は嫌ですね。２ℓくらい下剤（腸の洗浄の役割があります。）を飲み、落ち着くまで待ちます。落ち着いたところで検査室へ入り、ストレッチャー上で点滴の処置を行い、喉の麻酔をかけてもらいました。脈拍のチェッカーをはめて、今度は少し眠くなる注射をします。というより私は完全に眠ってしまいます。「ゆ～っくり数字を数えてくださいね～。」と看護師さん。私は「１、２、３、４、５…」と、あっという間に眠ってしまいました。今日こそは眠らないぞと気合を入れて検査に臨むのですが、薬には太刀打ちできません。目が覚めると、すでに検査は終了していました。

ボーっとしたまま診察室に入ると、早速説明でした。

「澤田さん、大腸にポリープがありますねぇ、大きさから考えると悪いものではないです。１年後に、５㎜以上になっていたら取りましょう。」

私は、へ～そうなんだ、取るんだ…と、軽く考えていました。実はこれ、「手術」だそうですね。外来の単純な処置だと考えていたら、何と手術、これに気が付くのは１年後でした。

結局、１年後にポリープ切除となりましたが、術後に病院でこう言われました。

「生命保険の対象になるかもしれませんので、保険会社に問い合わせてください。」

「？」　私は生命保険の仕組み等が極端に苦手なタイプなので、意味も解らず保険会社へ問い合わせてみると、こう言われました。

「澤田先生、それは１００％手術ですよ、診断書とか必要な書類をとってきてください。」

保険会社の担当の方は、私の知識の無さに半ば呆れてアドバイスをくれました。そして、最後にこうおっしゃいました。

「病院に行って検査っぽいことをしたら、私に必ず連絡してください。」

何か、マネージャーのようなアドバイスですね。ほんとに何にも知らないんだから…、って感じだったのでしょう。私はそれからというもの、お医者様に必ず聞くようにしました。

「この処置は手術ですか？」　その度に、お医者様は呆れ顔です。　（つづく）

※　「みんなの居場所」に関するご意見ご感想をお寄せください。（「みんなの居場所」への掲載の　可　・　不可　）