ひかり新聞

共生共助の社会をめざす

2020.7.7
No.39

一般社団法人
ひかりプロジェクト

頑張る人々に感謝とエールを！

ブルーインパルスに手を振る医療関係者のみなさん　（「インターネット公式サイト」より）

コロナ禍の中で生きる

世界中で猛威をふるうコロナ禍は、多くの犠牲者を出している。

そんな中、5月29日ブルーインパルスが東京上空を飛んだ。命を懸けて医療の最前線で奮闘する医療関係者に感謝と敬意のエールを送った。

新型コロナウイルスが顕在化して約4ヶ月が経過した。今回は飲食業や旅行関係などのサービス業から始まり、全ての産業界が経済面で苦境に陥っている。クラスター、オーバーシュート、三密、ロックダウン、ソーシャルディスタンスなど、聞き慣れない言葉が物知り顔に語られる。

日本国内では一時、収束の方向に進みつつあったが、まだゴールは見えない。6月19日には都道府県をまたぐ移動制限も解除され、プロ野球もJリーグも始まった。しかし、直近の状況では、素直に喜べない。この先、第二波の到来を予測する声がある。考えてみると、人類の歴史は自然災害や感染症との闘いでもあった。

コロナにかからない、人にうつさないことが、平穏を取り戻す最短最善の方途であることは間違いない。私たちが、生活様式と経済活動にどう折り合いをつけていくか、まさにウィズコロナの生活のあり方が求められている。

10年後、振り返ってあの時が起点になって、いろんなことが変わったと確実に言えるだろう。

第9回ドリームキャンプ気仙沼大島 延期のお知らせ

この度の新型コロナウイルスの感染拡大に伴う緊急事態宣言は、5月25日全面解除されましたが、収束までまだしばらく時間がかかることが予想されます。

ドリームキャンプは、全国各地からスタッフが集結して運営に当たるため、感染拡大防止の観点から、開催が厳しい状況にあります。実行委員会としては、何よりも参加する子どもたちやスタッフ一人ひとりの健康と安全を最優先に考え、7月24日～26日に予定しておりました「第9回ドリームキャンプ」は延期とし、来年開催させていただくこととしました。

今年も赤い羽根共同募金の「みやぎチャレンジプロジェクト」による募金活動では、目標金額60万円を大きく上回る716,000円のご寄付を頂きました。ご協力ありがとうございました。この資金は来年のドリームキャンプの運営費用に使わせていただきますので、何卒ご了承ください。

私たちは、2011年の東日本大震災を乗り越え、震災後の地域の子どもたちのサポートや健全育成を目的に、ドリームキャンプ活動を続けてきました。このことは子どもたちや私たちスタッフにとっても大きな力となり、学校・社会・家庭生活での活力となってきたと自負しております。この新型コロナウイルス感染拡大という困難をも乗り越え、来年ドリームキャンプが開催できることを切に願っております。

引き続き、ご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。

ドリームキャンプ実行委員会
奥原幹雄

新型コロナ禍の現場で奮闘中

ひかりプロジェクトの会員および関係者で、医療、介護、教育など、新型コロナウイルス感染のリスクがある現場で奮闘尽力されている6名の方に、現場で起きている現実、それに対応している様子、この状況を乗り越えていくための元気の源を書いていただきました。

仕事の現場で苦労、努力、工夫しておられる姿に感謝し敬意を表します。

一日も早い新型コロナの終息と、これまで通りの日常が戻りますようお祈りしています。

小児病棟にて

小口育久子（こぐちいくこ）
（看護師・千葉県　20代）

私は埼玉県内の病院に勤務しています。3月に新型コロナウイルスの陽性患者さんが来られましたが、私の勤務している病院は感染症の指定病院ではなかったため、指定の病院を紹介して入院されました。しかし、感染者増加に伴い、私の病院でも感染の疑いや陽性の患者さんを受け入れるようになりました。院内で、新型コロナウイルスの感染対策についてのマニュアルが作られましたが、初めのうちは2、3日おきにマニュアルが変更され、対応時にかなり戸惑いがありました。

4月下旬より感染有無の検査のために発熱外来が開始となりました。来院時の検温で発熱がある患者さんは仮設テントでガウンやフェイスシールドなどの感染防護服を着た医療スタッフが対応し、問診や診察をします。緊急事態宣言が解除となり、現在は通常の外来となっていますが、発熱者やPCR検査を行った方が待機するため、仮設テントは今も使用されています。

また5月より一部の科では、手術患者に対して、感染確認のためのPCR検査が開始されました。

私が担当している小児科病棟でも、新型コロナウイルスの疑いがある肺炎の子が入院したり、手術前にPCR検査実施や、検査結果が出るまでの数日は感染予防を行いながら対応をします。今まで数名の検査実施患児の対応をしましたが、今のところ陽性の結果が出た子はいません。

しかし、感染予防に必要なアルコール消毒液、サージカルマスク、ガウン、N95マスク、フェイスシールド等の不足が言われており、最小限の使用や、使い捨ての物品も消毒しながら使用し、交換頻度を減らすように対応をして、感染防護するための物品がなくなってしまったらどうしようと、不安に思いながら日々対応をしました。今は感染者が減ったこともあり、徐々に物品不足も解消され、その不安もなくなりつつあります。

さらに、呼吸器病棟は陽性患者の増加に伴い、新型コロナウイルス陽性や疑いのある患者のみの対応をするための病棟編成が行われました。そのため、私の小児病棟にも大人の患者さんの入院がありました。後日、呼吸器疾患で入院していた患者さんから、病棟にお礼の手紙が届いたことがあり、とても嬉しく励まされました。

私自身は陽性感染者の対応をしたことはなく、一人暮らしのため家族にうつしてしまう心配もありませんが、他のスタッフには、結果が出るまで家族との接触を控えている方もいました。疑いの患者さんを1人診るだけでも、自分がうつらないように、他の患者さんにうつさないようにと緊張しながらの対応ですが、陽性患者の対応をしている病棟スタッフは、それ以上の緊張感やストレスがあるのではないかと思います。

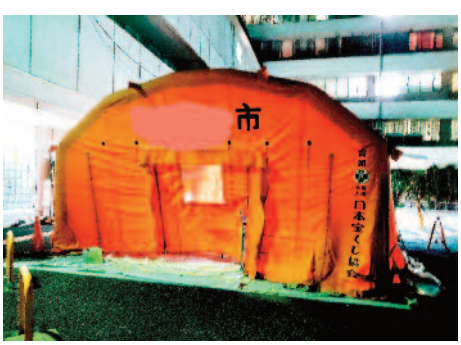
また、小児科病棟ならではの影響として、感染防止のため院内での面会制限があり、家族の付き添いがない小学生以上の子も、入院中全く家族と会えない状況となるため、入院時に泣いて家族と別れる子がいました。

ICUでは、通常わずかな時間で面会や授乳練習をしながらの愛着形成となるのですが、その時間すらも得られない状態でした。日々の様子や体重を写真付きのカードと一緒に渡し、赤ちゃんの様子がわかるように工夫しながら対応するようにしていました。

現在も多少の面会制限はありますが、ICUでの面会や授乳が再開され、母子の愛着形成ができるようになって本当によかったです。

毎年ドリームキャンプのスタッフで参加している小口さんは“ホヤぼーや”（宮城県気仙沼市の観光PRキャラクター）と共に頑張っています

マスク、防護服など



病院に立てられた仮設テント

今回のことから、改めて普段使用している物品の大切さや、手洗いなどの感染予防の重要性、小児科における親子関係の重要性を再認識しました。

これから第2波の感染が起こってくるかもしれませんが、また安心して外出したり人と会える日が早く戻ってくることを願いながら、自分自身が感染源とならないように気をつけながら、頑張っていきたいと思います。

精神科医療現場

中嶋宏樹（看護師・東京都　50代）

コロナ禍の終息がなかなか見えず、精神的・肉体的に皆んな疲れてきています。

私は精神科病院で働く看護師です。コロナの最前線ではありませんが、病院は狭い空間であり、集団感染に平時より手すり、ドアノブ、ベッドの消毒等に注意が必要なため、精神的な緊張があります。

精神科は身近な人が入院しなければ縁のないところで、人は知らないと怖いイメージを持っていると思います。最近はコロナ病棟で働いている人に対して差別がありますが、精神科の患者さんは以前から差別を受けている実態があると思います。

『我邦十何万ノ精神病者八実ニ此病ヲ受ケタルノ不幸ノ外ニ、此邦ニ生マレタルノ不幸ヲ重ヌルモノト云フベシ』

これは近代日本の精神医学・医療の事実上の創設者と言われる呉秀三先生の言葉です。現在もこのことは何ら変わっていない現実があります。

癌、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病、精神疾患が日本の五大疾患ですが、精神疾患は区別されている気がするのです。今も全国で約28万人が精神科に入院しています。

『障害者差別解消法』では「障害の有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら共生する社会の実現に向けて…」とありますが、現実はどうでしょう。コロナ病棟に従事している人とその家族が差別されるので、TVスポットで感謝しようとメッセージが流れること自体がおかしいのです。弱者を差別するということでは、コロナも精神疾患も変わりないのです。

病院の現場では、緊急事態宣言の前から、面会・外来・外出の制限をしながら、集団感染を起こさないよう患者さんやそのご家族に負担をかけています。不自由な入院生活の中、コロナの終息を心待ちにしている状況です。

病気になりたくてなる人はいません。精神疾患に罹患してしまうと見えない壁があり、仕方がないではすませられない現実があります。どうにもならない現実と、何とかならないかなぁと時々思っているのです。

コロナ禍の中で、こんなことを考えたりしながら仕事しています。

コロナ禍の中の小学校

溝口直樹（小学校教諭・宮城県　40代）

私は、南三陸町の小学校に勤めています。2月下旬、まもなく卒業式の練習が開始されるところでした。令和元年度の6年生が4年生のときに、担任を受け持ちました。

2月27日、学校からの帰路、スマホにお知らせメールが配信されました。内容に驚き、同僚に連絡を取りました。

明けて次の日、就業時間前から打ち合わせが始まりました。明日からの休校措置に向かっていくのですが、今日の1日をどのように過ごすかについて教職員で案を練りました。担任のことを一番に考える管理職は、担任に多くを語りませんでした。一方で、担任は、児童のことを一番に思います。特別支援学級を含めた8人の担任が、6年生のために動き出しました。

実は、このとき来週に控えた「6年生を送る会」のために、それぞれの学年がさまざまな準備をしていました。下級生にとっても、6年生を送る会は一大行事なのです。そして、卒業式もどうなるかわからないまま休校になるのは、とても淋しいことです。なんとかして、実施したいと奔走しました。

そこで考えたのが、すき間の時間を使ってのミニ6年生を送る会です。全員が集まる時間が取れないため、各学年と6年生だけがミニ送る会をします。各学年が6年生との濃い時間を過ごしました。それぞれの学年の成長過程に合わせた出し物をしました。この出し物は1か月も前から会のために計画し、練習し続けてきたものです。

私は2年生の担任でした。2年生は1年生と一緒に、短い言葉を送った後で『パプリカ』を踊りました。アンコールの『パプリカ』では、6年生も一緒になって踊りました。全学年にとって、忘れられない日になりました。

その日の最後は、全校集会でした。校長先生からゆっくりとした言葉で、しっかりと一人ひとりに伝わるように、休校措置について話をしました。

その日のスクールバスの見送り（本校では、3・11東日本大震災後から道路状況が改善されていないため、スクールバス通学になっています）は、涙涙の見送りになりました。

約3週間後、来賓や卒業の言葉は少ないものの、卒業式を無事に行うことができました。こちらも短い時間で、いつもとは違う形でしたが、児童・保護者・教職員にとって素晴らしい時間を過ごすことができました。

休校措置のその後です。特に3月は、いつもは放課後に行っている年度末の仕事や次の年度の事務的な準備をどんどん終わらせ、校舎や校地の整備を全職員が一丸となって行いました。日に日に学校がきれいになっていきま

した。

ひとつの目標に向かって全職員が行動する学校という場所は、職員の素晴らしさを実感できるところなのです。

過去にお世話になった管理職の先生で、このように言われた方がいます。

「学校の主役は何ですかと尋ねられたら、学校の主役は『児童』です。と答える。でも、学校の宝は何ですかと尋ねられたら、学校の宝は『職員』です。と答える」

まさに、こんな場面を実感できた3月でした。

4月は、新しい職員を迎え、新体制での準備が始まりました。5月には、分散登校も始まり、マスクを着けた姿がいつもとは違いますが、少しずつ新しい日常に向かって動き始めました。

介護施設での日々

中尾隆文（なかお たかふみ）
（介護職員・大阪府　50代）

私の会社は、大阪市内を中心に16事業所を運営しています。内訳は、デイサービス、ショートステイ、グループホーム、有料老人ホーム、訪問介護です。今回のコロナ感染では、どの事業所も打つ手がないというのが実情です。対策といっても今までの感染症と同じように、手洗い、うがい、消毒、換気を徹底的に行うことで、しのいできました。入所施設においては、できる限り外部との接触を断ちました。なんとか、どこの施設も感染者は出していませんが、まだまだ気を抜けない日々が続いています。

夏祭りのひとこま　ゆかた姿のスタッフも

私の部署は、デイサービスです。今回のことで、さまざまな行事も中止になってしまいました。毎回デイサービスを楽しみにされている利用者には、今までと違う日常になっています。そんな中でも、スタッフは少しでも利用者に笑顔になっていただこうと、日々取り組んでいます。

Tさんという98歳の女性の利用者がおられました。気のいい、にぎやかなおばあちゃんでした。若い頃、ご主人と二人で中国に渡り、事業をされていました。戦争で命からがら帰国されたそうです。よく中国での生活の様子を話してくださいました。「本当に向こうの人はみんないい人ばかりやったよ。私たちが無事に帰国できたのも、その人たちが力を合わせて助けてくれたからやねん」と言われていました。

昨年ぐらいから2度ほど入院され、家族の方も「もうだめか」と言われてましたが、そのたびになんとか回復され、デイサービスに来られてました。今年の3月に再度入院されました。今回もなんとか退院されましたが、酸素吸入をしながらの生活になりました。それでも携帯の酸素吸入器を使って、デイサービスに来られました。ご家族も「本人の希望どおりにお願いします。何があってもかまいませんから」と言われてのご利用でした。

状態のよい日がなかなかなく、いちばん好きだった入浴もできない日が続きました。

ある日、ご本人が「今日は、どうにかお風呂に入りたいねん」と何度も言われました。バイタル数値もあまりよくなく、中止にしようかとも思いましたが、ご本人の希望が強く、看護師や他のスタッフとも相談のうえ、入浴していただくことになりました。

クリスマス会でサンタクロースに扮する中尾さん

Tさんに「僕が入浴の担当をさせていただくから、絶対に僕の言うことを聞いてね」と伝えると、うれしいそうに笑って「わかった、よろしく頼むね」と言われました。本人の様子を見ながら何度も声かけをして、無事に入浴が終わりました。Tさんは、何度も「ありがとう、よかったわ」と言われていました。

それから数日して、Tさんは人生を終えられました。ご家族から「最後まで穏やかでした。ありがとうございました」と連絡がありました。

最後まで笑顔を見せてくれてよかったなぁと思うと共に、よく頑張られたんやと思いました。今でもあの入浴の後の笑顔と声が残っています。

家庭ごみ収集廃棄の現場

村田聡（むらた さとし）
（リサイクル業・東京都　40代）

皆さん、緊急事態宣言中は、自粛生活をしたり、リモートワークをされていた方も多いと思います。私はこの間も、いつも通りの再生資源回収作業を行っていました。行政からの委託で資源物（瓶、缶等）を回収する仕事で、いかなる時でも回収作業を休止できないからです。実際には、いつも

通りというより、いつも以上に忙しく過ごしてきました。

皆さんが自粛で家庭にいる時間が増えており、それに併せて家庭ごみの排出量が増えています。年間で量が一番多いのが年明けの一週間ですが、その時と同じ排出量が、この3ヶ月間続いています。正直、いつ元に戻るか分からない状況が続いて、しんどい思いをしています。

ですが、何でこのような状況にあるのか改めて考えると、皆さんが一生懸命に自粛生活を過ごしたその結果であり、そうなるのが当たり前のことなのです。その中で、回収作業をしていると感謝をされることもありました。ただ、ニュースで流れていたような感謝の手紙を受け取ることはなかったですが……。

それでも、現場で回収をしている側としては、こういう時だからこそ、出し方を守り、一度に全てを出すのではなく、複数回に分けて出す工夫などをしてほしいと思います。

そんな中、今年になって採用した派遣の方のおかげで、スムーズな仕事をすることができています。今までは、その日毎に新しい人が派遣されてきていたので、毎回一から仕事を教えての繰り返しでしたので、その分、作業が遅れがちになっていました。彼は体を動かすことが合っているらしく、一生懸命に作業に打ち込んでくれて助かっています。毎日楽しく使命感を持って仕事をさせていただいています。

そのことがありがたく、元気にこの難局を乗り切っていこうと思います。

幼稚園での取り組み

山田朋歩（やまだともほ）
（幼稚園教諭・神奈川県　20代）

2月27日、突然の全国一斉休校要請。3月2日から休園となった。

わが園では、ちょうど一年の総まとめのお遊戯会が終わり、これから進級に向けて、子ども達がさらに自信や期待を持てるように保育しようと思っていた矢先だった。この段階では園再開の期待もあったため、クラスの子ども達へは最後の挨拶はしなかった。私自身はモヤモヤしながらも、いつも通りの一日になるよう心掛けた。

休園してからも、子どもを自宅で見ることのできない家庭の預かり保育は実施していた。預かり保育はパートの先生が担当し、私たちは掃除や事務作業を行い、子どもとほとんど関わらない日々が3か月続いた。

普段は、どんなに子どもが好きでも「早く週末にならないかな」と考えてしまう私達だが、いざ子ども達から離れると、当たり前だった毎日が恋しくてたまらなくなった。

初めの一か月にあらゆる書類を完成させたこともあって、残りの2か月は急ぎの仕事はなくなり、保育の充実に向けた教材作りや部屋の装飾作りがメインになった。しなくてもいいような仕事しかない中で、入園を楽しみにしているまだ見ぬ教え子たちの喜ぶ顔をモチベーションに取り組んだ。

延期を重ね、ようやく迎えた6月6日の入園式。やっと会えた子ども達の愛おしさ。「また明日ね！」と言って次の日にまた会える当たり前の幸せ。そして、今日一日を大事に、悔いの残らない関わりをしよう！という新たな決意で力がみなぎっている。

「ともほせんせ～い♪」
子ども達の声が聞こえてきます

「オンライン防災講座」を開催します

ひかりプロジェクトでは、「自らの命は自らが守る」ための基本的な知識と、取るべき行動を学習していただく「オンライン防災講座」を開講いたします。

新型コロナウイルス感染はまだ収束したとは言えず、残念ながら、ひかりプロジェクトが全力で支援してきたドリームキャンプ開催は、来年に延期となりました。

そういう中で、ひかりプロジェクトとして、この時期に会員の皆様のお役に立てる企画をと考えました。どこかに集まる必要もなく、自宅に居ながらにして、防災に関する様々なことを学んでいただけます。

講師は、元気象庁予報官の入田央さんを始め、同封のチラシに記載したベテランのメンバーです。防災に関して、自然のはたらきを含む様々な基礎的な知識について、一緒に勉強します。ここで学んでいただいたことは、まずご自分や家族の命を守るうえで、隣近所の人々と助け合う上で、また、災害ボランティアとして活動する上で、きっとお役に立つと思います。

なお、この講座は、1回2講座（45分×2）を「Web会議システム」で行います。双方向の対話が可能で、どこからでも受講ができます。

どうぞ、皆様のご参加をお待ちしています。

防災一口メモ（第2回）

台風、大雨への備え

昨年も台風、大雨で大きな被害が出ました。ところが地震とは違い、ある程度事前に予測できますし、テレビや新聞の天気予報を始め、気象庁のホームページの防災情報の中に今後の雨（降水短時間予報）や土砂災害、浸水害、洪水などいろんな情報が提供されています。

また、市などで提供している洪水ハザードマップなども、自分が住んでいる場所が、水害に対してどの程度危険性があるのか教えてくれます。

しかし、大切なことはこういった情報を聞いて、どれだけ「災害」を意識し、自分たちの行動に反映させるかです。もう一度基本の備えを復習しましょう

① 台風が近づいたら（強風対策）

強風で飛ばれやすい植木鉢、物干しざお、ゴミ箱などは室内に入れるか固定する。室内に入れることができない犬小屋、自転車などはロープでしばる。

② 大雨が降り始めたら（大雨対策）

テレビなどで気象情報を収集、インターネットでリアルタイムの降雨情報や河川水位情報を収集する。床上浸水の恐れがある時は、家財道具など大切なものを二階に上げる。一階の畳をすぐ上げられるよう準備しておく。但し余裕がない時は、すぐに避難する。

③ 早めの率先避難が命を守る

最近「命を守るための最善の行動をとってください」とアナウンサーが呼びかけているのをご存知だと思います。これは警戒レベル5の際のメッセージですが、情報収集して「危険」や「異変」を感じたら、避難勧告を待たず、自らの判断で率先避難することを心がけて下さい。警戒レベル3の「避難準備・高齢者等避難開始」が出た時は、いつでも避難ができる準備をする。また、避難に時間がかかる人はこの時点で避難を開始する。

④ ゲリラ豪雨から身を守る

近年はこのゲリラ豪雨（局地的豪雨）がよく発生しています。狭い範囲で生じるので予報が難しく、早めの警戒が必要です。特に川原での釣り、キャンプやバーベキューまた、周囲より低い道路などは影響を受けやすいので注意が必要です。

気象庁では、次のような前兆現象に注意が必要としています。

- 真っ黒い雲が近づき、周囲が急に暗くなる。
- 雷鳴が聞こえたり、雷光が見えたりする。
- ヒヤッとした冷たい風が吹き出す。
- 大粒の雨や「ひょう」が降り出す。

警戒レベル	避難行動等	避難情報等
警戒レベル5	既に**災害が発生**している状況です。**命を守るための最善の行動**をとりましょう。	**災害発生情報** ※2 ※2 災害が実際に発生していることを把握した場合に、可能な範囲で発令 （市町村が発令）
警戒レベル4 全員避難	**速やかに避難先へ避難**しましょう。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	**避難勧告** **避難指示（緊急）** ※3 ※3 地域の状況に応じて緊急的または重ねて避難を促す場合に発令 （市町村が発令）
警戒レベル3 高齢者等は避難	**避難に時間を要する人（ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等）とその支援者**は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	**避難準備・高齢者等避難開始** （市町村が発令）
警戒レベル2	避難に備え、ハザードマップ等により、自らの**避難行動を確認**しましょう。	**洪水注意報** **大雨注意報等** （気象庁が発表）
警戒レベル1	災害への心構えを高めましょう。	**早期注意情報** （気象庁が発表）

高 ↑ 危険度 ↓ 低

（「政府広報オンライン」より）

編集後記

○新型コロナに対しては緊急事態宣言も解除され、各地で独自の基準により規制が緩和されました。しかしここにきて東京などでは再び感染者が増えています。東京アラートの基準がなくなり、新たな基準が発表されました。これ以上、経済活動を抑え込むことはできないという政治の判断でしょうか？

今回、特にコロナ感染のリスクの中、リモートワークが不可能な方々のここ数ヶ月の職場の様子を寄稿していただきました。

○ひかりプロジェクトでは、8月5日から「オンライン防災講座」をスタートします。災害発生のしくみ、災害に関する情報、「自分の命を守る」取り組み、災害時の助け合いなどを学びます。

どうぞ皆様のご参加をお待ちしています。

○この号の編集締め切り間際に九州各地の豪雨被害のニュースが飛び込んできました。

多数の方が亡くなられ、行方不明の方もおられます。被害地域は、さらに広がりそうです。心よりお見舞い申し上げます。

ひかり新聞 No.39　2020年（令和２年）７月７日
発行者：一般社団法人 ひかりプロジェクト
〒401-0304　山梨県南都留郡富士河口湖町河口1975
電 話　0555－72－8191　　FAX　0555－76－6696
https://hikari-project.jimdo.com/　E-mail：hpa@road.ocn.ne.jp