

偏見や差別などの心の感染を防ごう！～みんなで乗り越えるために～

感染リスクは誰にでもあり、感染経路も様々です。しかし、私たちの思いやりの心まで感染してはいけません。いかなる場合であっても、不当な差別、偏見、いじめ等は決して許されるものではなく、苦しいときこそ、お互いを思いやりながら、人権意識をもって冷静に行動するよう指導することが大切です。

【指導のポイント】

- 子どもたちの中にある「感染症に対して抱く不安や恐れ」と「他人を傷つけない」という心の揺れを受け止め、「私たちに今何ができるか、何をすべきか」と問いかけることで、行動の変容につながる学習を展開していきましょう。
- 自分の人権のみならず、他人の人権についても正しく理解し、「自分の大切さとともに、他の人の大切さを認めること」という人権尊重の考え方を示しましょう。

指導例①(小学校)

不安や恐れが人を傷つけてしまうことがあることを知るとともに、相手を思いやることで、よりよい生活を送ろうとする意欲や態度を身に付けることができる。

○ 主な学習内容や活動

- ・ 苦しんでいる人や、がんばっている人に対する声かけについて考える。
- ・ 病院でがんばっているお医者さんや看護師さん、身近な人が病気にかかっている場合などの状況を設定してロールプレイングをする。
- ・ みんなでがんばりながら、今を乗り越えるために、自分たちができることを話し合う。



小学校低学年では、相手を傷つける言葉や態度があることに気付かせる指導も大切です。

指導例②(中学校)

いかなる理由があっても、偏見や差別は許されないことを知り、他者を思いやり、お互いを尊重しながら生活しようとする態度を身に付けることができる。

○ 主な学習内容や活動

- ・ 新型コロナウイルス感染症に関する偏見や差別の事例について考える。
- ・ 問題の原因について考え、偏見や差別を受けた人の気持ちや苦しみにについて話し合う。
- ・ 偏見や差別がなく、安心して生活するために、自分たちでできることを話し合う。



指導例③(高等学校)

新型コロナウイルス感染症に関する偏見や差別の問題について正しく理解し、偏見や差別を許さない意識や態度を身に付けることができる。

○ 主な学習内容や活動

- ・ 新型コロナウイルス感染症に関する偏見や差別の事例から当事者の怒りや不安の原因について考える。
- ・ インターネットやSNS上での誹謗中傷等の事例についても考える。
- ・ 偏見や差別をなくすための心構えや行動について話し合う。



新型コロナウイルス感染症の対策や治療にあたる医療従事者や社会機能の維持にあたる方とその家族等に対する偏見や差別につながるような行為は、不適切であり、あってはならないことである。

各学校においては、新型コロナウイルス感染症に関する適切な知識を基に、発達段階に応じた指導を行うことなどを通じ、偏見や差別が生じないように十分配慮する。

子供や保護者等が新型コロナウイルス感染症を理由としたいじめや偏見等に悩んだ場合の相談窓口として、「24時間子供SOSダイヤル(0120-0-78310)」等を活用する。

「新型コロナウイルス感染症の感染者等に対する偏見や差別の防止等の徹底について」(通知)文部科学省より抜粋



偏見や差別などの心の感染を防ごう！～みんなで乗り越えるために～

心の感染①：不安と恐れ



どうやって心が感染するの？

コロナウイルスは見えません。コロナウイルスに対するワクチンや薬もまだ開発の途中です。

分からないことが多いため、私たちは**強い不安**や**恐れ**を感じ、ふりまわされてしまうことがあります。

心が感染するとどうなるの？

不安や恐れは私たちの心の中でふくらみ、**気づく力・聴く力・自分を支える力**を弱め、またたく間に人から人へ伝染していきます。

不安や恐れは身を守るために必要な感情ですが、私たちから力を奪い、冷静な対応ができなくなることもあります。

「不安と恐れ」が、「嫌悪・偏見・差別」につながります。

心の感染②：嫌悪・偏見・差別



どうやって心が感染するの？

不安や恐れは人間の**生き延びようとする本能**を刺激します。

見えないコロナウイルスへの**不安**は、**特定の対象**を見える敵と見なして**嫌悪**の対象とします。

嫌悪の対象を**偏見・差別**し遠ざけることで、つかの間の**安心感**が得られます。

心が感染するとどうなるの？

コロナウイルス感染にかかわる人を遠ざけようとする心理から、感染した人や家族、地域、職業などに対してレッテルを貼ったり、誹謗中傷することで差別や偏見は起こります。

また、差別を受けるのが怖くて、熱や咳があっても受診をためらい、**結果として病気の拡散を招く**こととなります。

心の感染を防ぐためにはどうしたらいいの？

■気づく力を高める

まずは自分を見つめてみましょう。

- ・立ち止まって一息入れる。（深呼吸・お茶を飲む）
- ・今の状況を整理してみる。
- ・自分自身をいろいろな角度から観察してみる。（考え方、気持ち、ふるまいなど）

■聴く力を高める

いつもの自分と違うところはありませんか？ふだんと変わらずに続けられることはありませんか？

- ・コロナウイルスに関する悪い情報ばかりに目が向いていませんか。
- ・なにかと感染症に結び付けて考えていませんか。
- ・趣味の時間や親しい人との交流が減っていませんか。
- ・生活習慣が乱れていませんか。

■自分を支える力を高める

自分の安全や健康のために必要なことを見極めて自ら選択してみましょう。

- ・コロナウイルスに関する情報にさらされるのを制限し、距離を置く時間を作る。
- ・いつもの生活習慣やペースを保つ。
- ・心地よい環境を整える。
- ・今、自分ができていることを認める。
- ・今の状況だからこそ、できることに取り組んでみる。
- ・安心できる相手とつながる。



心の感染を防ぐためにはどうしたらいいの？

■不安を煽らないようにする

不安を煽ることは病気に対する偏見や差別を強めます。

- ・「確かな情報」を拡めましょう。
- ・差別的な言動に同調しないようにしましょう。

■ねぎらいと敬意をはらう


多くの方が、それぞれの場所で感染を拡大させないように頑張っています。また、感染した人も病気で苦しんでいたり、回復に向けて、治療を続けています。この事態に対応しているすべての方々にねぎらいと敬意をはらいましょう。

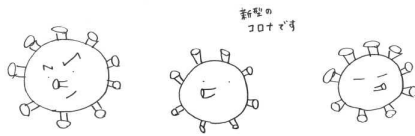
- ・小さな子どもがいる家庭
- ・高齢者
- ・治療を受けている人とその家族
- ・自宅待機をしている人
- ・医療従事者
- ・日常生活を送って社会を支えている人



【出典・参考資料】「新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！～負のスパイラルを断ち切るために～」

(日本赤十字社新型コロナウイルス感染症対策本部)


新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！
 ～負のスパイラルを断ち切るために～



ひとりひとりが気をつけないと
 ワタシはこうやって力をつけていくよ！

3つの“感染症”は
 つながっている

第1の“感染症”
 「病氣」

第2の“感染症”
 「不安」

第3の“感染症”
 「差別」

