

「まいにち笑顔 みんなが笑顔」

皆さんは「目は口ほどに物を言う」ということわざを知っていますか。目がお話をすることはありませんが、口で話すのと同じくらい、目を見ればその人の気持ちが伝わるという意味です。

この目はどんな気持ちでしょう。何も言わなくても怒っていれば目つきが厳しくなります。では、この目はどんな気持ちでしょう。優しい目を見ればマスクをしていても笑顔であることが分かります。とはいえ、早くマスクをしていないみんなの笑顔が見たいと思っていましたが、今日は、マスクをとってもよい時のお話をします。

この前の土日は、真夏日といって30℃を超す暑さとなりました。急に熱くなってきたので、気を付けなければいけないのは熱中症です。体がまだ暑さに慣れていないこの時期は特に気を付けなければいけません。外出するときには水分をとる、喉が渇く前に水を飲むなどしていく必要があります。また、コロナに感染するよりも、今は熱中症の方が命の危険が伴います。

そこで、友達との距離が1m程度空いていれば、暑い日の体育の時間は、校庭でも体育館でも、また間もなく始まるプールでもマスクを着ける必要はありません。さらに、校庭で過ごす休み時間や登下校中もお話をしない、あるいは友達との距離が1m程度空いているのであれば、マスクを着ける必要はありません。体育の時間は、暑さによって先生がマスクを外すよう指示することがありますが、校庭で過ごす休み時間や登下校中は、暑いと思ったら自分で判断してマスクを外すようにしましょう。

ただし、マスクを着けるのが当たり前になり、またはコロナにかかりたくないと思っていて、マスクを外したくない人もいます。その人は、無理にマスクを外す必要はありませんが、十分に水分補給をするなどして、熱中症対策を心がけてください。

明日から6月になります。1学期も半分が終わり、後半戦に入りますが、体育の時、校庭で過ごす休み時間、登下校の時、その様な時でお話をしない、あるいは友達との距離がある場合は、マスクを着ける、外すは皆さんの自由ですが、熱中症には注意して過ごしていきましょう。