すこやか

2020．1．30　三宅柳田小　ほけんしつ

1月はいく！2月はにげる！3月はさる！と言うように、3学期は日々の流れがとても速く感じられます。一日一日を大切に過ごしていきましょう。いつもの年に比べて、あたたかい日が続いているせいか、インフルエンザが少ないようです。今週の欠席はインフルエンザをふくめて15人前後。でも油断はできません！新型コロナウイルスによる肺炎の流行も心配です。うがい・手洗い・マスクの着用など予防を心がけましょう。夜遅くまでこっそりユーチューブを見ている君。ゲームに夢中で夜ふかししている君。ねぼうして朝ごはんぬきの君。免疫力をさげていますよ。注意！
火曜日の長縄大会は、運動場に元気な声がひびき、みんなで声をかけあって、力を合わせて頑張るいい時間♡でしたね。

しあわせ運べるように

作詞・作曲　臼井　真

地震にも　まけない　強い心をもって
亡くなった方々のぶんも　毎日を大切に　生きてゆこう
傷ついた神戸を　もとの姿にもどそう
支え合う心と　明日への　希望を胸に
ひびきわたれ　ぼくたちの歌
生まれ変わる　神戸のまちに
とどけたい　わたしたちの歌　しあわせ運べるように

地震にも　まけない　強い絆をつくり
亡くなった方々のぶんも　毎日を大切に　生きてゆこう
傷ついた神戸を　もとの姿にもどそう
やさしい春の　光のような　未来を夢み
ひびきわたれ　ぼくたちの歌
生まれ変わる　神戸のまちに
とどけたい　わたしたちの歌　しあわせ運べるように
とどけたい　わたしたちの歌　しあわせ運べるように

17 日の避難訓練は 9:45 に地震が起き火事が起きるという想定でした。廊下にいた何人かの児童が保健室に飛び込んできて、ベッドの下に避難しました。シェイクアウト（とっさの時に身を守る姿勢：体を低く・頭守り・うごかない）を取る。はじめての津波対応の垂直避難（校舎の2階以上への避難）もおこないました。
朝の集会で25年前の1.17の話をしました。みんなのまっすぐな視線と「しあわせ運べるように」のやさしい歌声に先生は感動して、また泣いてしまった…。悲しいけれどもうれしい涙でした。

生きる！つなぐ！きざむ！　「あの日」を知らない君たちへ

「あの日」は西宮の自宅で、家族5 人が枕を並べて寝ていました。2歳の娘が熱を出していて、明日の朝は病院へ連れていこうと思いながら布団に入りました。午前5時46分、突然の地鳴りとドッスーンと突き上げられる衝撃と激しい横揺れ。なに？飛行機が落ちた？ガス爆発？この日まで関西に地震は来ない、と思い込んでいました。夜が明け、目に飛びこんできた景色に言葉を失いました。「私の住む街がなくなってしまった。どうして･･･」ショックで体の力がぬけました。ほんの20秒ほどの揺れは、少し前まであった暮らしを一瞬にして壊し、がれきの山としたのです。避難した小学校の体育館は足の踏み場もないほどのいっぱいの人でした。冷たい床の感触が敷いた毛布を通して伝わってきて、熱のある子を抱きながら不安でいっぱいでした。夜中に何度も余震がきて、そのたびに悲鳴が上がりました。次の朝、保育所の先生が子どもを探しにきてくれ、熱があること伝えると「保育所の教室を使ってください」と言ってくださり一日休みました。子どもの学用品と最低限の着替えを積んで三田の親せき宅に移動している時、目に飛び込んでくる大きな被害に体が震えました。しかし、山を越えると被害はどんどん小さくなっていきました。「私の住む街とその周りだけだったんだ。知らなかった…」これが現実でした。その後、岡山の両親に3人の子どもを預け夫と二人で西宮に帰りました。地震から2週間後、仕事に戻りました。リュックに帽子、マスクに運動靴。リュックにはラジオと朝刊とお風呂セットを入れていました。西宮から川を越えるたびに、日常の生活がある。しかし帰りには“被災地”という現実にひき戻されるようでつらかったです。しかし、居場所があり仕事があり、待っていてくれる人がいることは、気持ちを前向きにしてくれました。父が持たせてくれた電気鍋でつくる夕食。自宅の修理。寝る時、布団の周りには食卓の椅子を並べ、その下には工具と水と靴を置き、余震がきたら椅子の下に頭を入れる練習をしてから眠りました。朝、目覚めると「ああ生きて今日が迎えられた…。ありがたいな」と思いました。3月末のガスの復旧でようやく家族5人が揃った生活に戻ることができました。全国各地から駆けつけ、寝る間も惜しんで復旧工事をしてくださった方々。避難所での生活を支えてくださったボランティアのみなさん。自身も被災しながら学校の再開に向けて尽力し、子どもたちを温かく包んでくださった先生方。あのつらい時期を共に過ごしたご近所のみなさん。人も街も大きな傷を受けました。しかし、人と人との温かいつながりに支えられて、25年目の1月17日を生きて迎えることができました。　森本清美