

新型コロナを通して 誹謗中傷を考える

講師：岩室 紳也 医師

誹謗中傷→根拠のない悪口を言い、相手を傷つけること

*とにかくコロナに感染したくない。

*人が大勢いる場所が怖い

1人でずっといるしかない
差し入れもNG

是非・何故・根拠は？

←正解依存症になっているかも

信頼の確認



責任の共有



相互の理解



意見の交換



情報の伝達

リスクマネジメント

リスク→保険者の担保責任



Risk→危険の暴露

ヘイトスピーチ→特定の民族や国籍の人々を合理なく、一律に排除すること
コロナでは、夜の街が危ないと排除しようとしている。

本当に言わなくてはいいことが言われていない。

- ・ 空気の流れの創出
- ・ 咳・会食・キスエチケット

謝罪が生む犯人捜しの経路…**隙**があった。歓楽街に行った



聞こえはいいよね

気の緩みで感染したと
言われた団体もある

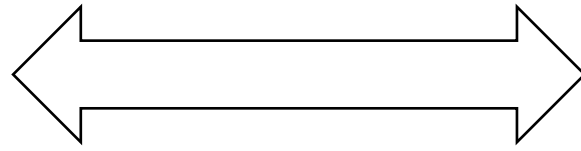
早期発見・早期対応でコロナを封じ込める？

早期発見・早期対応でうまくいった健康診断は1つもない。

予防啓発で大切なのは**自分事**という意識！

自分事な意識の人

明日は我が身



他人事な意識の人

偏見と差別 ← 正解依存症

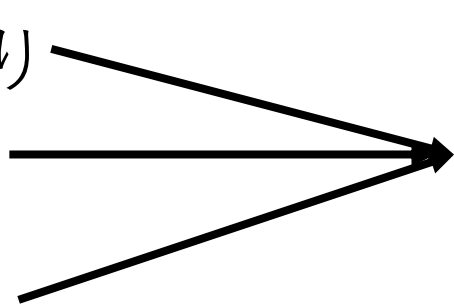
- ・ 日本で高血圧が減った 1 番の要因は、早期発見個別指導ではなく、**冷蔵庫**
- ・ 8020運動が成功した要因は**リスクに対する多様なアプローチ**

誰かと繋がり、心に響く経験がないときっかけにはならない。

なぜ今までできなかった？ どうして続けるのか

* 大切なのは関わり、繋がり、支え続ける環境・**複数**の居場所

一人ひとり
私
地域



居場所

※置かれている環境や
年齢によりまちまち

楽しい居場所だけでなく、苦しい居場所にいることも大切。
心が元気な時は辛い場所にもいれる。
複数の居場所を持つことは**リスク分散**

大人数でいても苦しい居場所もある。
1でいても楽しい居場所もある

支える時も支えられて
いる時も…

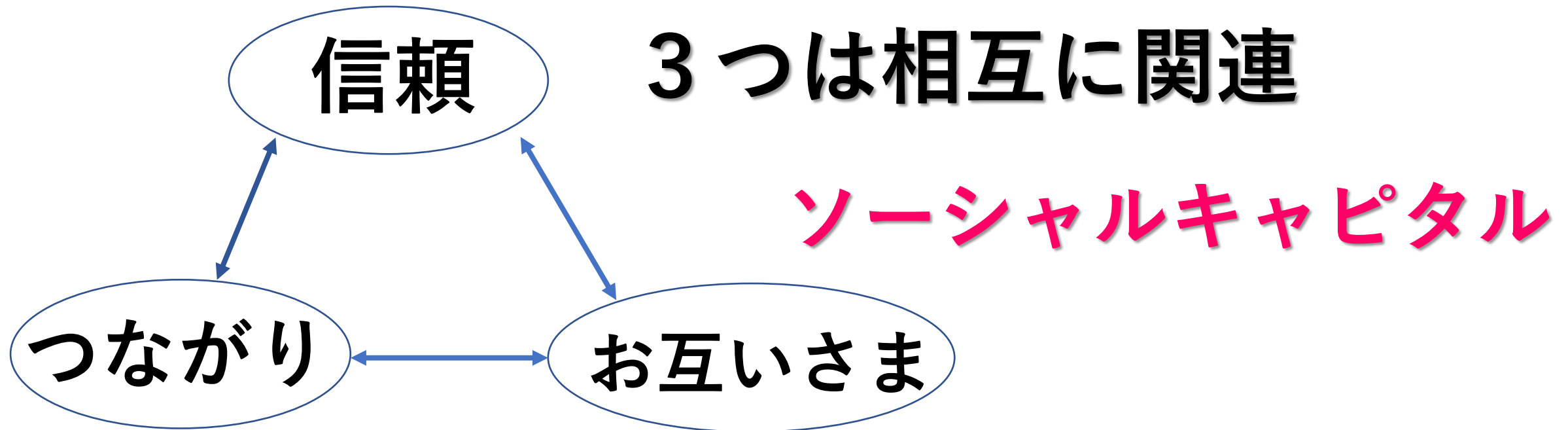
それが居場所

繋がりとは絆？

- つながり・結びつき ← めんどくさいのは当たり前
- ほだし
(手かせ・足かせ・束縛・迷惑)

繋がっているから

* お互いさまと思える人との間には信頼関係がある。

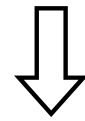


自立⇒依存先を増やすこと

居場所・絆・分かち合いが大切

希望⇒絶望を分かち合うこと

マズローの欲求 5 段階説

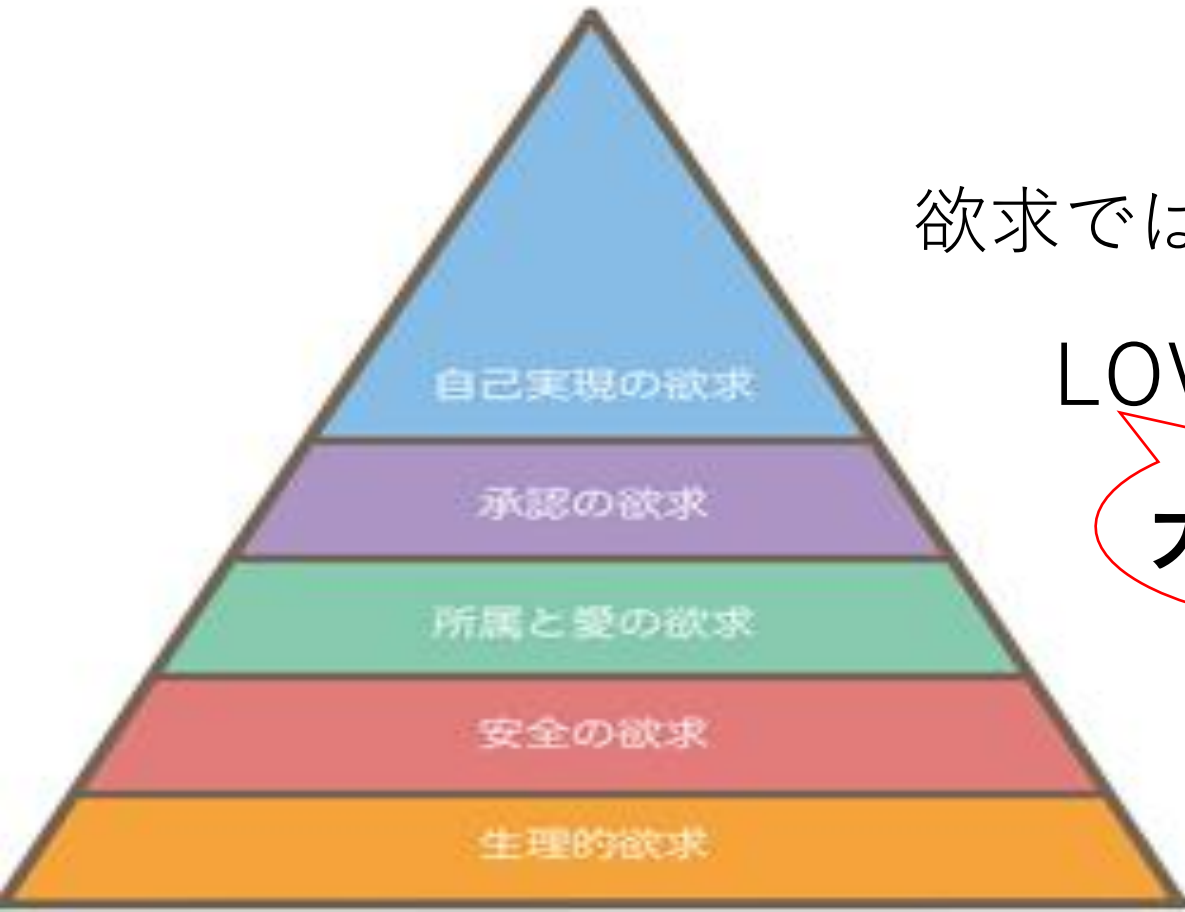


欲求ではない。必要としていること。

LOVE ⇔ Belongingness

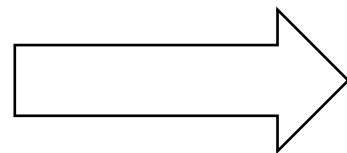
大切・大事

与える愛
と
与えられる愛



これからの健康づくり・人づくりの考え方

情報がどんなに正確でも
教育をどんなに充実させても



知識が増えるだけ

大切なのは**対話**・**関係性**・**絆**

目から入る情報は分かったような気になる。

スマホ・テレビ・PC

先生が言っていたからではなく、
自分がどう理解したかが大切

耳から入る情報は想像力を育み、記憶に残る。

感染予防のための5つのエチケット

①飛沫感染➡

正面にしか飛ばない

- ・ アクリル板やビニールシートで遮断
- ・ 2 M以上離れていても床に物は置かない
- ・ 講演会・観劇・スポーツ観戦⇒OK
- ・ カラオケは前を向いて歌う
- ・ マスクは不織布が1番リスク低

②エアロゾル感染➡

温かく湿った空気に
最大で1時間10M
ほど留まる

- ・ 空気の流れの創出で拡散させるといい
- ・ 布マスクはエアロゾルが増加する
- ・ マスクと鼻の隙間から侵入してくる
- ・ 換気扇も有効

加湿器はエアロゾルを増やす助けをしてしまう

- ③接触感染➡**
- ・ 飲食（喫煙）の直前手洗いと消毒
 - ・ ペットボトル飲料は比較的安全
 - ・ ポテトチップスは箸食べ
 - ・ ポテトは直に口へ
 - ・ 共用タオルNG・自分のタオルNG・紙タオル◎
 - ・ ウイルスは一週間前後感染力が持続する
 - ・ レバー式蛇口がリスク低い

- ④キス感染➡**
- ・ 唾液には多くのウイルスがいるのでリスクが高い
 - ・ 間接キスもパートナーのみ
 - ・ キスする際は覚悟のキス

⑤会食時のエチケット➡

考えながら楽しく会食

- ・箸置き、取り皿必須
- ・取り皿・コップを遠くに置く
- ・取り分けたらすぐ食べる
- ・取り分けないなら端に寄せる

多様な考え方があるのが自然

お互いを育てながら生きていく

Onlyoneが大切にされる多様性と関係性で支えあう

参加者からの感想

- ・コロナ感染予防対策のモヤモヤとした気持ちが、先生のお話で整理することができました。リスクコミュニケーションが大事ですね。
- ・人と人との繋がりを始め、幅広い情報をいただき、ありがとうございました。
- ・換気やマスクの知識、また5つのエチケットなど、ポイントを押さえて日常生活を安全に送っていきたいと思いました。
- ・受容と啓発の大切さ、人と人とのつながりの大切さからはじまり、COVIDに対する対応についてマスクの種類やアルコール手指消毒の対策につきまして、大いに学ぶ事ができました。
- ・色々知らなかったたくさんありました。リスクと正しく向き合い、恐怖や不安に振り回されることなく、正しい情報を得て、その上でヘイトスピーチ等の誹謗中傷をしないよう、普段から心がけたいと改めて思いました。また自分のそういった態度を見せることによって、子供たちにもエチケットの大切さ、誹謗中傷の怖さを伝えていきたいと思います。
- ・PTA活動についても参考にしていき、頑張りすぎずに重要な部分をしっかり把握して生活していきたいと思います。
- ・正しく怖がることが一番大切なんだと改めて思いました。子供の成長に大切なことが、遮断されているように感じる今の生活に、疑問やある種の恐怖を感じています。もっと「人間」として生きていくことを大切にしたいと思いました。気を付けて生活していきたいと思います。子供たちには是非聞かせたいと思います。

参加者からの感想

- ・一つ一つの感染対策を丁寧に行うよう、生徒たちに伝えていきたいと思います。
- ・きづなとほだしのお話が印象に残りました。居場所の大切さを伝えてまいります。
- ・5つのエチケット、これを守れば経済を回しながら感染予防もできますね。
- ・報道に惑わらせてしまいますが、今回の講演により理解も深まりましたし、コロナ禍でいろいろな我慢やPTA、学校行事も中止していますが、対策しながらコミュニケーションを図っていききたいと思います。
- ・コロナの対策の事だけでなく、人としての生き方について深いお話だったと思います。
- ・コロナ禍で感じているストレスは、実は間違った情報に振り回されていたということもわかり楽になりました。自立ということが依存先をたくさん作ること、助けてと声が挙げられることと子供たちにも伝えたいです。信頼関係が感染予防になるとは、思いもしませんでした。これからの活動に生かしたいと思います。
- ・この講演を聞いていない人との温度差に悩むことになりそうです。相互理解と思いやりの対話“つながり”で進めていけたらと思います。
- ・お互い様・雑談の大切さを再認識させていただきました。
- ・正解依存症という言葉が1番考えさせられました。
- ・これからのPTA活動の形が少し見えてきたように感じました。
- ・家族の事を知りたいと思う気持ちが大切と見直す機会になった。
- ・きずな、ほだし、信頼、お互い様、自分事意識、人との理解をいかに深められるかや、うつや自殺で考え悩む人の苦しみの話のくだりでは泣いてしまいました。