

校長室より

第60号

あなたは行動できますか？

お節介か OR 何もしないか どっちを選ぶ？

誰かの力になりたい・・・そう思っても実際の行動に移せないことがありますね。ではどうすれば・・・？

「困っている人」
や「手助けが必要そうな人」を見かけたとき。力になりたいという気持ち

例えば「列車の中でお年寄りに席を譲る」という行為について考えてみましょう。

いる頭を悩ませることがあります。か？自分が座っていた理由が「疲れていたからでよかった」という場合もあるでしょうが、それ以外ではどのような“考え”が行動を妨げるのでしょうか？

あなたの「心」が試されます！

第一には、自分の行為が相手に受け入れられなかった場合の気まずさです。「直ぐ降り

た可能性を考えてしまおうと不安になります。「相手の気持ちや推し量った（おしはかった）ために行動できなかった例です。また「人がたくさんいたから誰かが声をかけるだろう」

義を見て為さざるは、勇無きなり

「人としてなすべきものだ」と知りながら、それをしないことは勇気が無いから」と言う意味です。詐欺やいじめ、暴力、うそやいつわり・・・世の中には止めなければならぬ行為（義）がたくさんありますが、気負わずに、身の小さな事でOKです。例えば道端にゴミなどが落ちているのを見つけたら拾った方が気持ちスッキリします。これも小さな勇気のひとつです。

健康は口の中から

インフルエンザなどの『ウイルス』は、口の粘膜から見つかりやす。しかしウイルスが見つかっても悪さをするために、『増殖』つまり増えることが必要です。

例えばEBウイルスという風邪に似た症状を引き起こすウイルスは、『酪酸』で活性化します。

生する『歯周病』は、口臭や歯が抜け落ちるだけでなく、『ウイルス』を助けていたのです。どうすればよいのでしょうか？

インフルエンザウイルスの増殖も口内細菌が生み出すノイラミニターゼという物質が関係していることがわかっています。口の中から健康を守る！

見ているだけは、ダメ！

「他の人も知らん顔をしているのだから自分だけ悪いんじゃない」という

た意識が働いたのかもしれない。これを「傍観者（ぼうくわんしゃ）効果」といいます。しかし私は、助けが必要な場面に出会ったら、自分から進んで手を差し

編集後記

「義を見て為さざるは、勇無きなり」って「ボランティア」の事ですよ。

伸べて欲しいと思います。「相手のため」を思ったならば、まず行動に移してみること！もしかすると「おせっかい」かもしれないが、せっかくなが、思いやりの心が、行動につながらなければ、何もなかったことと同じになってしましますから。何もしないことは「お互いの自由を尊重する」とことは違います。それは「無関心」です。ほんの少しの「おせっかい」は、そこに人とのつながりと心の交流を生みます。