先生方、保護者の皆さま

マスク「外せない」は非常事態！！
マスクは「しない」 が基本だよ！

今こそ、子どものマスク依存について真剣に考えてみませんか？

新型コロナ流行から、はや3年が経過しましたね。コロナも弱毒化し、2023年3月13日にはマスク着脱は個人の自由であることが再確認され、5月8日からはコロナ感染症の分類も5類に変更されます。もうコロナ前の生活に戻ってよいのです。
この3年間子ども達は、感染症の蔓延を防ぐため、誰かの命を守るためという理由で、マスクの着用をなかば強要されてきました。

その結果子ども達は‥

‥マスクを外せない状況に陥ってしまいました。

コロナ騒動を振り返ってみましょう

Q: コロナに感染したら死んでしまうのでは？
A: コロナウイルスの脅威は去りました。
オミクロン株変異以降の重症化率はわずか0.01％以下で、インフルエンザ(0.03%)よりも下。
こうしたウイルスの変遷を踏まえた上での、5類移行です。

Q: マスクに感染予防効果はあったのか？
A: 1月30日、コクランレビュー(治療と予防に関する医療情報を科学的根拠に基づいて検証する国際組織)から、「マスクの着用は呼吸器系ウイルスの拡散を制御するか？」についての検証結果発表。

➡ マスク着用には感染を制御する効果は期待できない。

社会は非科学的な感染対策を子ども達に押し付けてしまっていたのです。3年間も‥。

顔を隠して生きるのは危険！

子どもの健全な発達に、口を含めた表情は絶対に必要です。

大口を開けて笑う、　食事はぺちゃくちゃおしゃべりしながら食べ、

合唱やカラオケで熱唱し、

大好きな人の笑顔を見てキュンとする。。

どれも大事！顔を隠して生きていくことなどありえません。

なぜ外せなくなってしまったのか？

主に思春期の子供について述べますが、この時期は自我の成長・確立の過程で精神が不安定になりやすく、自己肯定感が低くなりがちです。また容姿についての悩みも生まれる時期。
成長の過程で、友達関係が苦手だな、人が自分をどう思っているか怖いな、と思う子どもは少なくありません。正常の社会であれば人との関わりから、勇気を出して怖いこと、辛いこともたくさん乗り越えて大人になっていくはずでした。
しかしその時期にマスクを着ける生活が3年も続き、顔を隠して生きることができることを知ってしまった、そしてそれが案外心地が良いと感じてしまった子がたくさんいたということです。
ちょっとしんどいけど、生きていくうえで必要なトレーニングを3年ものあいだ回避することになってしまい、ついには対人恐怖・視線恐怖の傾向に陥ってしまったのではないでしょうか。
それは自信の無さのあらわれでもあります。
このままでは自己肯定感が低いまま、本当の自分を受け入れることができず、また本当の自分を他人には見せられずに生きていくことになりかねません。

マスクを外せない状態こそ、非常事態！！
これは大人の責任！！
私たち大人はこの問題をもっと真剣に考えなくてはいけません。

今が正念場！

私たちにできることは？

- **感染症を過剰に恐れることはないと説明してあげてください。**
- **「マスクは しない」が人間の当たり前だよ、と教えてあげてください。**
- **どんな自分でもいいんだよ、と安心させてあげてください。**

そして‥
学校の先生方、保護者の皆さまが率先してマスクを外しましょう。

学校現場からの大切なメッセージ

原口真一先生　栃木県の元公立学校校長先生
コロナ禍当初から子ども達のマスク長時間着用の危険を訴え、素顔教育を実施、学校行事を中止することなくほぼ例年通り実行された。子ども達の健全な成長を願い、各地で活動されている。

コロナ禍が始まった当初から、「健康な子ども」にまで長時間のマスク着用を強い、呼吸を制限することがいかに理不尽か、普通に息をすることが「人としての尊厳」を育むのにどれだけ大切か、私の頭の中は「問」だらけでした。一方、「子どもの目」にも、健康な教師(大人)が皆マスクをし、無表情でこちらを向いている景色が日常になっていきます。
子ども達の柔らかな感性に「この世には大変な病が蔓延していて、ただ生きていくだけでも困難な場所なんだ」が刻み込まれていきます。本来学校というところは、子ども達が「この世界は素晴らしく、夢と希望に満ちている」との思いを胸に成長していく「美しい場所」であるべきなのに。
健康状態に関わりなく「マスクありき」の感染対策の裏で、失われるものの大きさに愕然としました。
私は、「マスクをしている姿を“子どもが見る景色”の一部にしてはならない」との思いから、マスクは外して颯爽と生きよう、と、これまでずっとそうしてきました。
「大切な誰か(子ども達)」を守るために、今こそ、勇気ある大人が「責任を果たすべき時」ではないでしょうか。

全国有志医師の会
Volunteer Medical Association
https://vmed.jp

医師428人 歯科医師174人 獣医師73人
その他の医療従事者809人
合計1484人（2023年5月5日調べ）