

人権を考える



～基本的人権の尊重～

人権とは「人が生まれながらに持っている誰にも侵されない権利」であり、「全ての人が、個人としての生存と自由を確保し、社会において幸福な生活を営むために欠かすことのできない権利」です。

人権侵害について

人は、健康で好きなことや大切にしていることを大事に生活したい、自分の個性や能力を生かして働きたいなど、幸せに暮らすためのさまざまな願いを持っています。しかし、実際にはいろいろな差別や人権が侵害されるなどの事例が見られます。

令和5年12月に実施した人権講演会後のアンケートの「差別・人権被害を受けたか」の設問では、「子どもの人権」「障がいのある人の人権」「女性の人権」「インターネットによる人権侵害」が、割合の高い項目として挙がりました。また、子どもの虐待死や性被害、介護現場での高齢者虐待、技能実習生に対する強制労働、同性同士の婚姻に関する

の問題など、人権侵害に関わる新聞記事やニュースが毎日のように見受けられました。

人権に配慮するために

人権は、誰もが生まれながらに持っている権利ですが、自分の権利を主張しすぎると、他人の人権と衝突する場合があります。そのため、互いの人権が両立できるように相手を思いやり、配慮した行動を取ることが重要です。

まずは、人権についての正しい知識を持ち、理解しましょう。「知らない」ということは、誤解を招いたり、うわさ話を信じたたりすることにつながり、間違った言動や偏見を引き起こしてしまいます。

次に、相手の立場や心情を考えてみましょう。考え方や価値観などの内面は、一人一人違います。そのため、相手の立場に立ってみることや、相手の気持ちに寄り添ってみること、自分とは違う他人の感覚に気付くことができます。人権に配慮した行動や相手

の心情を理解した行動は、人と人の触れ合いを深め、より良い地域づくりにつながります。

市の取り組み

市は、平成11年に「人権尊重都市」を宣言し、思いやりと優しさに満ちた地域社会の実現を目指しています。

啓発の取り組みとして、毎月違う視点から人権課題を取り上げ、本コーナーに掲載するほか、人権啓発指導者養成講座や人権講演会を開催しています。また、小中学生から人権標語・作文・ポスターを募集し、入選作品による人権カレンダーを作成・配布も行っています。

これからも、さまざまな機会を提供し、市民の皆さんに人権に関心を持ってもらうとともに、誰もが幸せに暮らせるまちづくりに取り組んでいきます。

人権相談 午後1～3時、直接会場へ▽市役所本庁舎2・4金曜日▽地域づくりセンター鬼石第3木曜日



あなたの「健康」は健康ですか？

福祉課(☎23384)

毎日元気で楽しく過ごせる日ばかりではありません。誰にでも辛い時やイライラする時があり、日々の暮らしの中でストレスを感じるのは仕方ないことです。適度なストレスは、生活に張りを与え、日々の活動力になり、それ自体は病気ではありません。しかし、ストレスが過剰に積み重なると、このように体に不調が起き、このころの病気の原因となる可能性があります。

ストレスのサイン

このころと体は密接に関係しています。ストレスによってこのころや体に不調が現れた場合の「ストレスサイン」を知っておきましょう。

○このころのサインⅡ▽憂鬱な気分が続く▽不安で落ち着かない▽物事に集中できない▽

理由もなくイライラするなど
○体のサインⅡ▽食欲がない▽頭痛や吐き気がする▽下痢や便秘が続く▽よく眠れない▽涙も涙もなく出るなど
○行動のサインⅡ▽人に会いたくない▽外出が面倒くさい▽忘れ物が増える▽遅刻や早退が増える▽髪形や服装に気を遣わなくなるなど

体温計



「このころの体温計」は、現在のこのころの状態をチェックすることができ、セルフチェック以外にも、家族や身近な人・赤ちゃんのいるお母さんのこのころの状態や、アルコールによるこのころへの影響などがチェックできます。右記の2次元コードまたは市ホームページからアクセスし、活用してください。

疲れた「心」が気づいたら

このころが疲れていることを素直に受け止め、好きなことに没頭する、おいしい物を食べる、ゆっくり入浴するなど、早めの対策を心がけましょう。また、身近な人のサインに気付いたら、相手の悩みや思いを受け入れる姿勢で、ひと声かけてみましょう。

不安や悩みはひとりで抱え込まずに、身近な信頼できる人や相談窓口・専門の医療機関に相談しましょう。「まさか自分が」「これくらい我慢するべき」などの思い込みが、このころの病気の早期発見や対処を遅らせます。

相談窓口 福祉課(☎23384)・藤岡保健福祉事務所(☎21420)・このころの健康センター(☎027・263・1156)

5月の休日当番医

診療時間は原則午前9時～午後6時 歯科医院は午前9時～正午
※急な変更が発生する場合があります。必ず連絡の上、受診してください

日	医療機関		産婦人科	歯科
3日(祝)	鬼石病院 鬼石・☎23121	おおすかこどもクリニック 芦田町・☎258676	星野医院 仲町・☎20116	中村歯科クリニック 中大塚・☎220055
4日(祝)	くすの木病院 旭町・☎243111		あいおいクリニック 芦田町・☎248811	くすの木病院 旭町・☎243111
5日(祝)	光病院 本郷・☎241234		石川医院 立石・☎402535	光病院 本郷・☎241234
6日(休)	篠塚病院 篠塚・☎239261	アイリス診療所 森・☎22542	根岸産婦人科小児科医院 中栗須・☎241111	西泉歯科医院 上栗須・☎240418
12日(日)	さわだ医院 岡之郷・☎41888	秋山医院 小林・☎28315	田原内科クリニック 相生町・☎232552	江本歯科医院 宮本町・☎241955
19日(日)	鬼石病院 鬼石・☎23121	小山医院 中・☎201200	飯田整形外科医院 篠塚・☎25770	ほりぐち歯科医院 下栗須・☎408566
26日(日)	くすの木病院 旭町・☎243111		中田医院 旭町・☎20385	前田歯科医院 7丁目・☎20569
				松岡デンタルクリニック 上大塚・☎25533

◎救急テレホンサービス(☎26699) 緊急に対応できる医療機関を24時間案内します