

人権を考える

問い合わせ 生涯学習課(☎26888)



～基本的人権の尊重～

「人権とは？」と聞かれると、どう説明していいか迷う人も多いと思います。普段の生活では、改めて人権について考える機会はありません。しかし、誰かの人権が傷つけられる場面を見掛けることは多いのではないのでしょうか。

基本的人権については、日本国憲法や世界人権宣言に具体的な「人権」の内容が記され、学生時代に知識として学ぶのですが、なかなか実感が伴わず、他人事になってしまいがちです。

自分の権利と他人の権利

「人権」とは人と人が関わる日常生活の身近なところにある大切なものです。

「人権」は長い歴史の中で社会全体が合意して決めたことで、誰でも持っています。しかしその裏には、社会の中で果たすべき「責任」があることを忘れてはなりません。

自分の権利ばかりを通そうとすると、周囲の人に迷惑を掛けたり、我慢をさせたりす

ることになります。自分の権利と他人の権利がぶつかった時には、どちらかが100%ではなく、お互いが譲り合っていくこと、他人の権利についても考えることが必要です。私たちはお互いの「人権」を尊重することが大切です。

人権感覚と人権意識

お互いの「人権」を尊重することは社会の基本的なルールです。人権感覚を磨き、人権意識を高めていくことがお互いの「人権」を尊重するためには必要です。

人権感覚を磨く方法の一つは、「他人の立場に立ってみる」ことです。他人の立場に立つには、性別や肌・髪の色など外見上の違いだけでなく、考え方や価値観など内面も異なり、「同じ人」は存在しないことを改めて認識していくことです。その上で、自分と違う他人の感覚に「気付く」ことができるよう心掛けることが大切です。

また、コミュニケーション能力・共感能力・感受性を高める

思いやりと優しさに満ちた藤岡市をつくるために

一人一人が人権感覚を磨き、人権意識を高め、人を助ける行動を起こしていければ、本市が目指す人権を大切にしたい、誰もが住みやすい街づくりにつながっていくことができるのではないのでしょうか。



健康寿命と糖尿病

健康づくり課(☎2808)

健康寿命とは

「健康寿命」とは、医療や介護などが必要とせずに元気に日常生活を送ることができる健康な期間のことです。「平均寿命」は年々延びています。「健康寿命」と「平均寿命」には差があるのが現状です。

男性の平均寿命は80・98歳、健康寿命は72・14歳でその差は約9年、女性の平均寿命は87・14歳、健康寿命は74・79歳でその差は約12年もあります。自分らしい生活をできるだけ長く楽しむには、健康寿命を延ばすことが重要です。そこで注意したいのが「生活習慣病」です。

生活習慣病とは

生活習慣病とは、食習慣・運動習慣・喫煙・飲酒など、

毎日の生活習慣の偏りから起こる病気のことです。その中でも医療費の割合が大きい糖尿病に注目しましょう。

糖尿病とは

糖尿病とは血液中のブドウ糖が多くなる病気です。ブドウ糖は人間が生きていくためのエネルギーとして最も大切なものですが、多過ぎるブドウ糖は体中の血管を傷つけてしまいます。

初期は自覚症状がありませんが、血糖値が高い状態が5年〜10年続くと、細い動脈が傷つけられ、合併症の危険があります。

○糖尿病の基準値Ⅱ一般的には空腹時血糖値126mg/dl以上、HbA1c6・5%以上が危険と言われています
○血糖値をコントロールしよう

健診を受けましょう

糖尿病などの生活習慣病に気を付けるためには、毎年健診を受けて、自分の体の状態をチェックすることが何よりも重要です。必ず健診を受けましょう。

5月の休日当番医

診療時間は午前9時～午後6時 歯科医院は午前9時～正午
※当番医は変更になる場合があります。連絡の上受診してください

日	医療機関		産婦人科	歯科
2日(日)	篠塚病院 篠塚・☎29261	さわだ医院 岡之郷・☎41888	深沢内科医院 上戸塚・☎26555	中栗須歯科診療所 中栗須・☎58624
3日(祝)	光病院 本郷・☎241234		星野医院 仲町・☎20116	光病院 本郷・☎241234
4日(祝)	鬼石病院 鬼石・☎53121	飯塚クリニック 下戸塚・☎47700	根岸産婦人科小児科医院 中栗須・☎41111	近藤歯科医院 上戸塚・☎28264
5日(祝)	くすの木病院 旭町・☎243111		しろやしき内科 芦田町・☎58320	くすの木病院 旭町・☎243111
9日(日)	しのめクリニック 中栗須・☎28851	飯田整形外科医院 篠塚・☎25770	すぎやまメディカルクリニック 下大塚・☎201666	藤岡総合病院 中栗須・☎23311
16日(日)	篠塚病院 篠塚・☎29261	よしだ内科クリニック 白石・☎58958	中島整形外科クリニック 芦田町・☎241777	西泉歯科医院 上栗須・☎240418
23日(日)	光病院 本郷・☎241234		原内科クリニック 下戸塚・☎402255	光病院 本郷・☎241234
30日(日)	鬼石病院 鬼石・☎53121	小山医院 中・☎201200	藤岡こどもクリニック 小林・☎240024	江本歯科医院 宮本町・☎241955
				服部歯科医院 鬼石・☎52022

☎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