

人権を考える

問い合わせ 生涯学習課(☎26888)

主な人権課題17項目

①女性～性犯罪・性暴力・DV・ハラスメント～②子ども～いじめ・体罰・児童虐待・性被害～③高齢者④障害のある人⑤部落差別(同和問題)⑥アイヌの人々⑦外国人⑧感染症⑨ハンセン病患者・元患者やその家族⑩刑を終えて出所した人やその家族⑪犯罪被害者やその家族⑫インターネット上の人権侵害⑬北朝鮮当局によって拉致された被害者等⑭ホームレス⑮性的マイノリティ⑯人身取引(性的サービスや労働の強要等)⑰震災等の災害に起因する人権問題

【人権相談】

午後1～3時、直接会場へ▶市民相談室=第2・4金曜日▶地域づくりセンター鬼石=第3木曜日



～基本的人権の尊重～

「人権」とは、人間が人間らしく尊厳を持って幸せに生きる権利、全ての人が生まれながらに持つ権利です。日本国憲法においては、人権・信条・性別・社会的身分・門地などによって差別されないとする法の下の平等、思想および良心の自由、信教の自由、学問の自由、生存権、教育を受ける権利、勤労の権利など多くの種類の人権を「基本的人権」として保障しています。

人権課題について

「人権の擁護(法務省人権擁護局)」では、上記の17項目を、主な人権課題として取り上げています。

令和4年12月に開催した市人権講演会後のアンケートでは、「差別・人権侵害を受けたか」の項目で、「子どものいじめ・虐待」「障がいのある人に対する差別」「女性に対する差別」が多いという結果でした。いずれも痛ましい人権問題であり、対策が必要です。

人権問題の解決に向けて

身近で、誰かの人権が傷つけられている場面はたくさんあります。しかし、自分のことではないと案外無関心になりがちです。大切なのはそこを向け、気付くことです。そのためには、一人一人が人権について関心を持ち、正しく理解し、物事を人権の視点で捉えることが大切です。そして、思いやりの気持ちを持ち、適切な行動を取ることができ、問題を解決することができ、す。もしも人権侵害を受けたら、見聞きしたら、黙って我慢したり、見過ごしたりせず、関係機関に相談しましょう。

本市の取り組み

本市では「人権尊重都市」を平成11年に宣言し、人権教育を啓発推進しています。4月1日には、市民の皆さんが安心して暮らすことのできる地域社会の実現に向け、「藤岡市犯罪被害者等支援条例」を施行しました。人権尊重の重要性・必要性

についての理解を深め、人権感覚を身に付けることを目的に、小中学生から人権標語・作文・ポスターを募集しています。そして、多くの人に人権について考えてもらうことを目的に、入選作品による人権カレンダーを作成・配布しています。各地域づくりセンター、生涯学習課にありますのでご覧ください。各部の最優秀作品は次のとおりです。

○作文の部Ⅱ「私にできること」(美九里東小学校5年・岡田音巴)

○標語の部Ⅱ「ここにこみんなのえがおがぼくはすき」(藤岡第二小学校2年・遠藤朔太郎)

○ポスターの部

(西中学校2年・佐々木心結)

これからも市民一人一人の人権が尊重され、思いやりと優しさに満ちた藤岡市に向け、取り組んでいきます。



口の健康状態が健康寿命を決める

健康づくり課(☎2808)

「健康寿命」とは心身ともに自立して健康的に過ごせる期間のことです。口の健康状態は健康寿命に大きく影響することが分かっています。

口の健康

○口が健康であるとⅡ▽認知症の予防になる▽口周りの筋肉を使うことで、発音・表情が良くなる▽唾液がたくさん分泌され、口臭や歯周病の予防になる▽唾液中の消化酵素が消化を助け胃腸が元気になる▽よくかむことで満腹感が得られ、食べ過ぎを防ぎ肥満の予防になる

歯(白歯)を1本失うと、かむ力は30～40%低下します。1本でも歯が抜けたままにしていると、歯並び全体のバランスが崩れ、かみ合わせ・発音などに悪影響が出てきます。

口の健康を守る

口の健康を守るために、「8020運動」と「オーラルフレイル」を意識しましょう。8020運動は「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動です。

オーラルフレイルは身体の衰え(フレイル)の一つです。むせる、食べこぼし、かめな食品が増える、歯が少ない、顎の力の低下、口の乾燥、活舌が悪いなど、わずかな口の機能の低下から始まります。これらの衰えは生活の質を落とすだけではなく、全身にさまざまな悪影響を与えます。

口の健康の維持・改善

口の健康を維持するために、毎日のセルフケアと定期的なプロフェッショナルケアが重

要です。

○セルフケアⅡ歯をこまめに磨き、食べたら磨くことを基本としましょう。次の注意事項を守り、特に就寝前の歯磨きを丁寧に行いましょう

※注意事項Ⅱ▽歯の表面は歯ブラシを直角に当てて左右に細かく動かす▽歯の裏面は歯ブラシを縦に動かす▽歯と歯肉の境目は45度の角度で細かく動かす▽力を入れ過ぎない

○プロフェッショナルケアⅡ健診の間隔を決め、かかりつけ歯科医に相談しましょう

オーラルフレイルの改善のために口の周りの筋肉を鍛えることが大切です。水を含み頬を膨らませうがいをする「ブクブクうがい」などを普段から行うことをお勧めします。これからの生活を楽しくするために、口の健康を維持・改善していきましょう。

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
3日(祝)	篠塚病院 篠塚・☎29261	あいおいクリニック 芦田町・☎248811	すぎやまメディカルクリニック 下大塚・☎201666	清水歯科医院 上栗須・☎26655
4日(祝)	光病院 本郷・☎241234		栗原胃腸科外科医院 神田・☎402299	光病院 本郷・☎241234
5日(祝)	鬼石病院 鬼石・☎23121	しのめクリニック 中栗須・☎28851	深沢内科医院 上戸塚・☎26555	神流町歯科診療所 万場・☎272019
7日(日)	くすの木病院 旭町・☎243111		根岸産婦人科小児科医院 中栗須・☎241111	中島歯科医院 6丁目・☎241135
14日(日)	原内科クリニック 下戸塚・☎402255	よしだ内科クリニック 白石・☎508958	飯田整形外科医院 篠塚・☎25770	くすの木病院 旭町・☎243111
21日(日)	篠塚病院 篠塚・☎29261	戸塚クリニック 上栗須・☎201800	アイリス診療所 森・☎22542	深井歯科医院 高崎市新町・☎40408
28日(日)	光病院 本郷・☎241234		齋藤医院 緑町・☎20765	光病院 本郷・☎241234
				中央歯科 下栗須・☎24180
				ほりぐち歯科医院 下栗須・☎408566

◎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