

かがやき

豊岡市・豊岡市人権教育推進協議会

Vol. 34

2022.7.25
発行



すべての人が、人権侵害を受けることなく、
生涯を通じて健やかに暮らすことができるまちにするため、
人権教育や啓発を進めていきます。

(豊岡市いのちへの共感に満ちたまちづくり条例より)

写真：多文化交流サロンのようす

(提供：NPO法人にほんご豊岡あいうえお(写真上段、中段左)
豊岡市国際交流協会(写真中段右、下段)より)

多文化交流サロンとは？

豊岡駅前アイティ 4階 WACCU TOYOOKA にて、
外国人生活相談や交流事業などを行っています。
(毎月第2・4土曜日13:30～16:30開催)

目次

人権作品 (標語・ポスター・こころの詩・人権作文)の募集	2ページ
人権相談窓口のご案内	3ページ
子ども(若者)の今日的課題を知る	4～5ページ
研修講師の派遣とDVDの貸出	6ページ
講演会など今年度開催事業のお知らせ	7ページ
映画鑑賞会のお知らせ	8ページ

みんなの人権について考えよう

人権作品

(標語・ポスター・こころの詩^{うた})の募集

主催：豊岡市人権教育推進協議会・豊岡市

《テーマ》

- 思いやりの心
- 「差別」や「いじめ」をなくすために
- 人権尊重のあり方や、人権が尊重される社会の実現をめざすもの

標語



- ① 応募対象者
 - 市内の小・中・高校生及びPTA会員
 - 一般の方(市内在住、在学、在勤の方)
- ② 作品の提出先

- 小・中・高校生及びPTA会員
- ↓ 所属の学校
- 一般の方 ↓ 生涯学習課または各振興局地域振興課

※住所、氏名を明記のこと

応募締切 **9月2日(金)**

作品は1部門につき一人1点までで未発表のものに限ります。

ポスター

- ① 応募対象者 市内の小・中学生
- ② 作品の基準
 - 用紙 四つ切画用紙
 - 着色具は自由
 - (絵の具、クレヨン等)
- 作品裏面に学校名、学年、氏名を記入

こころの詩

- ① 応募対象者 市内の小・中学生
- ② 文字数 100～150字程度
- ③ 作品の提出先 所属の学校

表彰等

結果発表 … 人権啓発誌「かがやき」第35号(11月25日発行)
表彰式 … 「市民ふれあいのつどいパート2」
12月10日(土)午後1時半～ 豊岡市民プラザ
巡回展示 … 表彰式会場、各庁舎等で実施予定

問合せ先 / 豊岡市生涯学習課 TEL 0796-23-0341

中学生 人権作文の募集

主催：豊岡市人権擁護委員協議会・
神戸地方裁判所豊岡支部

日常生活で得た体験等を題材に、基本的人権の重要性、必要性について考えた作文を募集します。

- ① 応募対象者 但馬地区内の中学生
- ② 字数 400字詰原稿用紙3枚以上5枚以内
- 原稿用紙形式であれば、手書き、ワープロ書きは問わない。
- ③ 作品の提出先 所属の中学校
- ④ 応募締切 9月2日(金)
- ⑤ 結果発表 11月下旬、学校を通して通知します。
- ⑥ 問合せ先 神戸地方裁判所豊岡支部
TEL 0796-123-0417

人権相談
窓口のご案内

人権について困ったことがあれば、 ひとりで悩まずにご相談ください

相談無料・秘密厳守

様々な人権問題についての電話相談

みんなの人権110番 平日8:30～17:15 TEL 0570-003-110

おかけになった場所の最寄りの法務局・地方法務局につながります。

いじめ・虐待など子どもの人権についての電話相談

子どもの人権110番 平日8:30～17:15 TEL 0120-007-110

家庭内暴力など女性の人権についての電話相談

女性の人権ホットライン 平日8:30～17:15 TEL 0570-070-810

日本語を自由に話せない方のための電話相談

外国語人権相談ダイヤル 平日9:00～17:00
Foreign-language Human Rights Hotline
Weekdays 9:00 through 17:00
TEL 0570-090-911
10か国語対応



メールでも
相談できます

子どもの人権
SOS-eメール



https://www.jinken.go.jp/soudan/PC_CH/0101.html

インターネットによる人権相談窓口

インターネット人権相談 Counseling on the Internet

<https://www.jinken.go.jp>

- ①相談フォームに必要事項を入力、送信
- ②最寄りの法務局から後日メールまたは電話により回答



部門	一般の部 (高校生以上)	学齢児童生徒の部 (中学生以下)
小説	10枚以上30枚以内	
随想(手記、作文を含む)	10枚以内	5枚以内
詩	2枚以内	
創作童話	10枚以内	

人権の大切さや思いやり、支え合うことの素晴らしさなど、人権文化の創造や人権課題の解決に関する内容が描かれた文芸作品を募集します。

主催…兵庫県・公益財団法人
兵庫県人権啓発協会

のじぎく
文芸賞の募集

応募締切
9月9日(金)
結果発表
11月(予定)

①応募対象者

兵庫県内に在住、在勤、在学の方

②部門及び枚数

上表のとおり
※400字詰原稿用紙(縦書き)を1枚とする。パソコン等で作成の場合は、A4判用紙(縦書き)に400字(20字×20行)で印刷したものを1枚とする。

※インターネット上を含む未発表・未投稿の自作の作品に限る

③作品の提出先及び問合せ先

公益財団法人 兵庫県人権啓発協会「のじぎく文芸賞」係
〒650-0003

神戸市中央区山本通4丁目22番15号 県立のじぎく会館内
TEL 078-1242153

※提出は郵送のみ(当日消印有効)

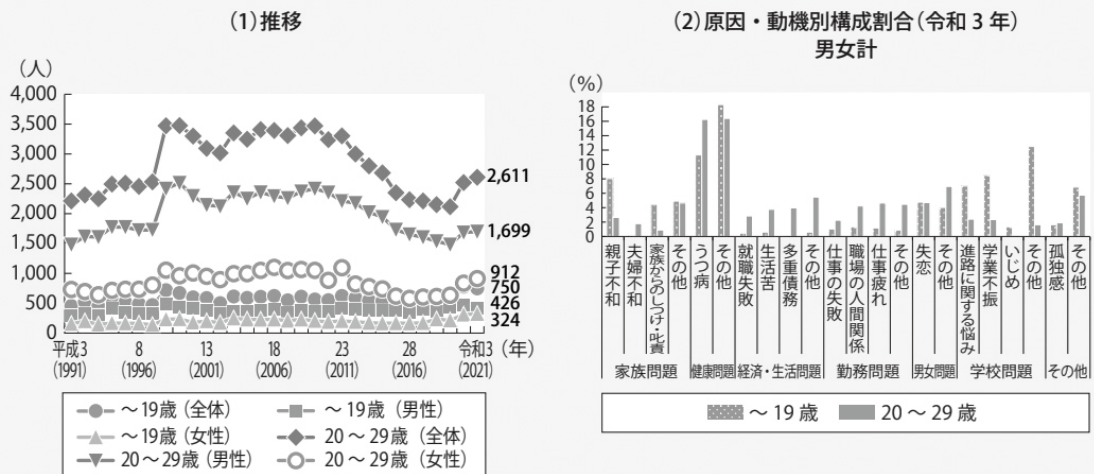
子ども(若者)の今日的課題を知る

内閣府が、令和4（2022）年版「子供・若者白書」を公表しました。

「30歳未満の自殺者は増加しており、若年層の自殺対策は依然として課題である。」としています。

第3-27図 30歳未満の自殺者の状況

◆原因を見ると、「うつ病」などの健康問題が多く、19歳以下では「親子不和」や「学業不振」、「進路に関する悩み」が挙げられる。



(資料) 厚生労働省・警察庁「令和3年中における自殺の状況」

(注) (2) の原因・動機は、遺書などの自殺を裏付ける資料により明らかに特定できる原因・動機を自殺者一人につき3つまで計上したもの。

出典：内閣府ホームページ (https://www8.cao.go.jp/youth/whitepaper/r04honpen/pdf/s3_2-4.pdf)

こころのSOSサインに気づくー日常生活の中で気づきやすい子どものSOSサインー

睡眠

よく眠れること、十分な睡眠はこころの健康にとって大切です。

- 布団に入っても、なかなか寝つけないようだ。
- 遅くまで夜更かししている。
- 朝、起きるのがつらそう、なかなか起きられない。
- 睡眠のリズムがくずれている。
- 眠れないと言う。
- 寝すぎる。

食欲

ストレスやこころの病から食欲に影響が及ぶことがあります。

- 食欲がない、食べる量が減った。
- 逆に食べすぎる。
- とくにパンやご飯、お菓子などの炭水化物を欲しがる。
- 急にやせた、あるいは太った。
- 体重をととても気にしている。

体調

こころの病気も、最初は体調に出てくるのがよくあります。

- 体がだるそう。
- 疲れている。
- 元気がない。
- 顔色が悪い。
- 腹痛や頭痛、めまい、吐き気などを訴える。

行動

本人よりも周囲が気づきやすいのが行動面のサインです。

- 学校に行きたがらない。
- 家から出ないで引きこもりがちになった。
- 友達と遊ばなくなった。
- 身だしなみにかまわなくなった。
- 無口になった。
- 挨拶をしなくなった。
- 何度も同じ動作や行動をくりかえす。
- 気持ちが抑えられなくなり暴力をふるう。
- 何もしないで長い間ぼんやりしている。
- 表情が変わらず、感情面での反応が少なくなった。
- 話が支離滅裂になった、通じなくなった。
- 独り言を言うようになった。

出典：厚生労働省ホームページ

(https://www.mhlw.go.jp/kokoro/parent/mental/sos/sos_01.html)



こころの病気についての体験談

将来への不安からうつに —さのさん (19) の場合—

悩んでいる自分と同級生との温度差がつかった

僕はいわゆる「おばあちゃん子」です。両親ともに働いていたから、祖母に甘やかされて育ちました。そのせいか、人見知りが強くて、高校までずっと男3人でつるんで、ほかの同級生とはほとんどつきあわなかった。

女の子も苦手だったから、大学に入るまで彼女もいなかったですけど、別に学校が面白くなかったわけじゃなくて、成績はいいほうだったし、部活でも全国大会に出たりして、けっこう充実してたので、それはそれでいいと思っていました。

調子が悪くなったのは高2のころ。自分が将来、何をすべきかわからなくて悩むようになったんです。このままでいいわけない、と思うんだけど、だからって、どうすればいいかもわからない。同じ軌道をぐるぐる回ってるだけで、一向に出口が見えなかった。

そのうちに、だんだんむなしくなってきた、何もできなくなっていくたんです。

いわゆる、うつってやつです。高校には何とか通ってたけど、授業が耳に入らないし、くだらない話で盛りあがっている同級生を見ては「アホか」って。相変わらず3人でつるんではいたけど、彼らとも温度差を感じるようになっていった。

叔父が通ったカウンセリングの先生に出会う

悩んだ末に、叔父に相談しました。母の弟なんですけど、年が8歳しか変わらないから、叔父というより兄さんって感じです。ひんぱんに会ってたわけじゃないけど、うちに親せきが集まると、僕の部屋に必ず寄ってくれて、2人で話すことがよくあったんです。

今は事業を興して成功してるんですけど、そういう意味でも親より信用できた。

叔父も高校時代すごく悩んだって聞いて驚きました。自分と違ってカッコよくて、悩みなんてあるように見えなかったから。それで、叔父が昔行っていたカウンセリングの先生を教えてくださいました。

最初は構えましたけどね、その先生の本を読んだら、ためになることがいっぱい書いてあった。僕がずっともっていた劣等感は、どうやら高すぎるプライドの裏返しらしいとか。それで直接話してみたくなって、その先生のところに通うようになったんです。



「カウンセリング」は特別なことじゃない

今は自分の考え方のくせがわかったから、悩みながらも一人でやっていける自信があります。カウンセリングを受けていたことは友達には話してないけど、彼女に言ってみたら、「自分を掘り下げるのはいいことだ」って。

最近知ったんですけど、カウンセリングってスポーツ選手とかは普通にやってるらしいんですよ。体を鍛えるのと同じで、「メンタル」も鍛えるって言うじゃないですか。僕が好きなスポーツ選手とかもやってるみたいだし、抵抗感もほとんどなくなりました。

カウンセリングって何か「自分と向きあって、成長していく」って感じがするんですよね。なので、これから大学でもっと、心理学とかカウンセリングの勉強に打ち込みたいと思っています。

※これらのエピソードは取材をもとに再構成したものです。特定の個人を示すものではありません。

出典：厚生労働省ホームページ (https://www.mhlw.go.jp/kokoro/youth/docs/my_07_pdf.pdf)

豊岡市内で開催される人権学習会や研修会に、
「講師の派遣」「DVDの貸出」をしています。ぜひ活用してください。

無料
です

講師を派遣します

※豊岡市が委嘱した講師

派遣要件

- ・開催場所 豊岡市内
- ・参加人数 概ね10名以上

テーマ例

「だれもが認め合って暮らせる社会へ ～男女共同参画～」
「みんなが幸せを感じる社会を！」
「なくそう差別 わたしとあなたの心から」
「1日一粒優しさの種をまきましょう」
「生まれるということ、生きていくということ」
「肯定的な人間関係を基盤にした社会づくりを目指して
～争いの歴史から見てくるもの～」

※テーマや内容など、ご相談ください。

DVDを貸出します

最新の人権啓発DVD「夕焼け」(35分)

テーマ

ケアラー～だれもが人権尊重される社会を～(ヤングケアラー)

作品内容

この物語の主人公・瑠依は、幼い弟の世話や家事に追われる生活にしんどさを感じつつも、「家族のことは家族でするのが当たり前」という思い込みから、気持ちを押し殺して生活しているヤングケアラーです。しかし、小学校時代の担任であり元ケアラーの灯との交流によって、自分の状況や本当の気持ちについて見つめ直し、将来に向き合うための一歩を踏み出します。この作品では、お互いを気にかけて、人と人がつながっていくことが、ケアラーとその家族が抱える問題解決の糸口になる様子を描きます。

ケアは他人事ではありません。だれもがケアする側にもケアされる側にもなります。年齢属性を問わず、共に助け合える『だれもが人権尊重される社会』の実現をめざす内容となっています。

出演者

新井 美羽、前原 滉、石野 真子ほか

※その他のDVDはこちら→



ヤングケアラーとは

法令上の定義はありませんが、一般に、本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っている子どもとされています。



©(公財)兵庫県人権啓発協会

〈申込み・問合せ先〉

豊岡市地域コミュニティ振興部生涯学習課人権係

電話 0796-23-0341 / FAX 0796-29-0054 / Email shougaigakushuu@city.toyooka.lg.jp

大切にしたい みんなの人権

豊岡市人権教育推進協議会・各支部 主催 2022年度人権啓発事業

どなたでも参加いただける講演会などの事業です。ぜひご参加ください。

詳細は各問合せ先へおたずねください。

※新型コロナウイルスの感染状況によっては延期または中止となる場合があります。

日時・会場	内 容	講 師	問合せ先
7月31日 (日) 13:30~15:30 出石多目的ホール	出石地域こころをつなぐ市民集会 人権コンサート	元保育士デュオ あまゆうず さん	出石振興局 地域振興課 Tel 21-9025
8月6日 (土) 13:30~15:10 竹野庁舎	あかるいまちづくり講演会 講演会「あーよかったな あなたがいて～ 「優しさ」という温かい貯金」	仲島 正教 さん	竹野振興局 地域振興課 Tel 47-1111
8月20日 (土) 13:00~16:00 豊岡市民プラザ	市民ふれあいのつどい パート1 映画鑑賞会「夕焼け」 「あの日のオルガン」	詳細は8ページをご覧ください	生涯学習課 Tel 23-0341
10月23日 (日) 9:00~12:00 但東庁舎	わいわいフェスタ 親子で参加する人権に関するイベント		但東振興局 地域振興課 Tel 21-9032
10月26日 (水) 15:00~16:30 竹野中学校	竹野人権学習のつどい 「発達障害のある方への理解と支援」	トータルハーモニー 武田 さゆり さん	竹野振興局 地域振興課 Tel 47-1111
10月28日 (金) 未定 城崎中学校	ふれあいコンサートin城崎 音楽コンサートと人権トーク	シンガーソングライター 大野 靖之 さん	城崎振興局 地域振興課 Tel 21-9065
11月18日 (金) 19:00~21:00 日高地区 コミュニティセンター	日高ふれあいのつどい人権講演会 講演会「未定」	(一社) 兵庫県相談支援 ネットワーク 代表理事 玉木 幸則 さん	日高振興局 地域振興課 Tel 21-9052
12月10日 (土) 13:30~16:00 豊岡市民プラザ	市民ふれあいのつどい パート2 講演会「未定」	未定 未定	生涯学習課 Tel 23-0341
1月28日 (土) 未定 豊岡市民プラザ	人権 音楽とお話のつどい 「夢見る力を信じて～ともに生きる未来へ～」	音楽家 前川 裕美 さん	生涯学習課 Tel 23-0341
2月未定 未定 出石多目的ホール	人権教育講演会 講演会「未定」	近畿大学 人権問題研究所 瀬戸 徐 映里奈 さん	出石振興局 地域振興課 Tel 21-9025

豊岡市人権啓発誌「かがやき」第34号

発 行／豊岡市・豊岡市人権教育推進協議会

問合せ／豊岡市生涯学習課 〒668-8666 豊岡市中央町2-4 電話0796-23-0341 FAX0796-29-0054

大切にしたい みんなの人権

市民ふれあいのつどいパート1

映画鑑賞会

2022年 8月20日(土) 12時30分 開場
13:00~16:00
豊岡市民プラザ ほっとステージ (アイティ7階)



© (公財) 兵庫県人権啓発協会

夕焼け

テーマ: ケアラ〜だれもが人権尊重される社会を〜 (ヤングケアラー)

13:05~13:40

音声: 日本語 字幕: 日本語

ケアは他人事ではありません。年齢属性を問わず、共に助け合える社会について考えてみましょう。



©2018「あの日のオルガン」製作委員会

あの日のオルガン 13:55~15:54

音声: 日本語 字幕: 日本語

子どもたちを守るために、保育園ごと疎開させる。幾多の困難を乗り越え、託されたいのちを守りぬこうとするヒロインたちの奮闘を描いた真実の物語です。

申込不要

当日先着 **250人**

入場無料

駐車場

一時保育あり

[申込が必要です]

◆アイティ駐車場を利用された方は3時間無料の手続きをしますので、駐車券を市民プラザ事務室までお持ちください。

◆市立駅前駐車場を利用された方は無料券をお渡ししますので、駐車券を市民プラザ事務室までお持ちください。

◆一時保育(1歳から就学前まで)を希望される方は、8月9日(火)までに生涯学習課へお申し込みください。

(新型コロナウイルス感染症の感染拡大等の影響により、一時保育を中止する場合があります。あらかじめご了承ください。)

新型コロナウイルス感染症の
感染予防対策

検温、消毒、マスクの着用にご協力をお願いします。

主 催: 豊岡市 豊岡市教育委員会 豊岡市人権教育推進協議会
問 合 せ: 豊岡市生涯学習課 TEL 0796-23-0341 FAX 0796-29-0054
E-mail shougaigakushuu@city.toyooka.lg.jp