## 川之江ふれあい料理教室おすすめレシピ2

### ★とり肉の南部あげ(4人分)

#### ≪ 材料 ≫

ささみ	250g	小麦粉	大さじ3(3	Og)
· j	大さじ1	tati D	1個	
しょうゆ	小さじ2	<sub>R</sub> 黒ごま	大さじ2	
おスし、生美	売さい.1	B   しま   <u>1</u> 恒	しょうしょう ハン ク	

揚げ油 適量

#### ≪作り方≫

- ①. ささみは筋を除き、一口大のそぎ切りにする。
- ②. ポリ袋に①のささみとAの調味料を入れて揉み込む。
- ③. Bの衣の材料を混ぜ合わせる。
- ④. フライパンにサラダ油を熱し、②のささみに③の衣をつけて色よく揚げる。

※南部地方(岩手県と青森県にまたがる地域)がごまの産地であることから ごまを使った料理にこの名がつけられています。南部せんべいなどが有名です。

## 冬らしい冬

発養力を高めて心と体を健康な状態で襲いತを乗り切るためにも、暖かい食べ物や飲み物、脱くも上夫して暖かさを保ちましょう。そして、ストレッチなどで凝り箇まった体をほぐし、ゆっくりとぬるめのお湯につかり、暖かい寝真でしっかり寝て、睡眠の質も高めましょう。



The Best Paper City

# 川之江隣保館だより 2024年11月号



## 第61回全国隣保館職員四国ブロック研修会に参加して

10月10、11日に徳島で開催された『全国隣保館職員四国ブロック研修会』に参加して、ちゃんへん。さんの「あきらめない心」と題した講演を聞かせていただきました。

講師のちゃんへん。さんは在日三世として生まれて、民族差別を背景に凄絶ないじめにあった 経験をされています。ネット上には在日コリアンに関して、在日一世が強制連行や密航、出稼ぎ で来日したとされていますが、真実は違うそうです。

日本の統治の時代に土地を取り上げられ、協郷での生活が困難となり、日本への移住を余儀なくされた朝鮮人が、その後、朝鮮戦争によって朝鮮半島が南北に分断され、生活基盤や自分たちの土地、家族、祖国を失って在日として日本に残らざるえなくなったいうのが真実です。

ちゃんへん。さんは、在自コリアンが多く住む地区に生まれ、朝鮮語しか使わない環境で育ちました。日本人の学校に強い始めた時に通称名(日本名)で呼ばれるようになっても、みんなが同じなのだと思っていましたが、自分たちが他と違うことに徐々に気づきます。そして朝鮮人であるというだけで、学校でいじめにあい辛い思いをし、自分の存在意義に悩んでいた時に家族から「いじめられたくなかったら、自分が頑張れるもので一生懸命頑張って一番になりな

ら「いじめられたくなかったら、自分か頑張れるもので一生懸命頑張って一番になりなさい。一番になったら、たくさん人が集まってくるから。」という言葉を贈られました。 言葉が好きなジャグリングとの出会い、一番を自指すという夢へのきっかけになったそうです。

朝鮮分断で国籍を失っていた彼は、夢の実現のために韓国国籍を選択しようとして、祖文母に相談に行った時も「祖国分断を認めることになる。戦争で一部の人間だけが幸せになるのを認めるのか。」と言われ複雑な気持ちになります。しかし、「国籍で叶えられる夢ならがんばれ」という言葉もかけられ、自分の夢を尊重してくれた祖父母の気持ちを受け取り、ジャグリングの道に進みました。

私はこれまで、在自コリアンは日本でも外国人として差別を受けることがあるが、祖国でも外国人として間じような扱いを受けるから日本に居るのだと認識していました。しかし、日本に来て留まっている理由は他にもあり、在自コリアンのように自分たちの祖国が分断されて、どこに思いを寄せればいいのかわからないという複雑な心境で在自として日本で生きてきたのだと知り驚きました。

すべての問題はなんとなくわかっているつもりでいても背景なども含めてしっかり強 強をして理解していかないと、間違った知識になり、本当に分かりあって、差別をなく 挑戦 すことに繋がらないので、いろいろな問題も正しく理解することから始めましょう。





ちゃんへん. さん 著『ぼくは挑戦人』



## 11月 川之江隣保館 行事予定

状況により、予定が変更 されることがあります。

日 (にちようび)	月(げつようび)	火(かようび)	水(すいようび)	木(もくようび)	金 (きんようび)	土 (どようび)
					1	2
3文化の日	4振替休日	5 たいきょくけん ・太極拳	6 ・ 貯筋体操スイートピー)	7	8 ・ふれあい料理教室	9休日開館日  * 卓球クラブ  ・マインドフルネス瞑想会
10	1 1 ちょきんだいそう ・貯筋体操(ひまわり) けんこうだいそう やまねかい ・健康体操(山根会)	12 ・太極拳	13 ・ 貯筋体操(スイートピ-)	14	15 ・ふれあい喫茶	16
<b>17</b> ・識字学級	18	19 たいきょくけん ・太極拳	<b>20</b> <sub>ちょきんだいそう</sub> • 貯筋体操スイートピー)	21	22	2 3 勤労感謝の日 休日開館日 ・卓球クラブ
24休日開館日 せいめいそんちょうどくしょかい ・生命尊重読書会	25	<b>26</b> たいきょくけん ・太極拳	<b>27</b> ・貯筋体操スイートピー)	28	29	30
12/1 人権のつどい (福祉会館)	2	3	4	5	6	7

#### 【お知らせ】





悩んでいることはありませんか?

。 | 対象には、いつでも人権に関わる悩みを相談できる窓口です。

「職場でのハラスメント」「職場や学校に行けない」など何でも相談してください。

また、ハローワークの職業相談は、電話による予約制となっています。 川之江隣保館 28-6254

がいしん じんけん 迷信と人権

みなさんは「六曜」を信じていますか?六曜は かがくてきこんきょ 科学的根拠のない迷信です。「迷信」とは人々に信 じられていることのうちで、合理的な根拠を欠いて いるもの。一般的には社会生活を営むのに実害があ り、道徳に反するような知識や俗信と言われます。

しかし、「六曜」は様々な分野(特に冠婚葬祭) において、それを元に多くの人が行動していると思います。信じないと言いながらも、それに従っているのです。

例えば、部落差別と六曜について直接の関係はありませんが、その構造には似た要素があると言えます。部落差別も『私は部落を差別しないという人』が『実際に部落の人と結婚するとなったら猛反対する人』が多かったり、六曜もまた『私は六曜など気にしないという人』が『実際の冠婚葬祭では六曜に近ってしまう人』が多いという点で似た要素があります。

従って、間違いないと自分が信じていることも、 実は根拠がなかったり、誤った情報であることもあります。多数派の意見だから、正しいと同調してしまうことで相手を差別することにもつながりかねません。

これからは、自分が信じていることが、根拠があって客観的に見ても正しいことなのかを自分自身でした。 ひっよう できまった情報 してり とつ見極めていく力が必要です。誤った情報に流されたり、それによって相手を傷つけて、人権を侵さないように、日々の言動には十分気をつけていきましょう。