

9月行事予定

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1 ちよきんたいそ 貯筋体操(ひまわり) 9:00~10:30 けんこうたいそ 健康体操(山根会) 13:30~15:00	2 たいきよくけん 太極拳 9:30~10:30 スローエアロビック 19:00~21:00	3 ちよきんたいそ 貯筋体操 (スイートピー) 9:30~/10:30~	4	5	6
7	8 ちよきんたいそ 貯筋体操(ひまわり) 9:00~10:30 けんこうたいそ 健康体操(山根会) 13:30~15:00	9 たいきよくけん 太極拳 9:30~10:30	10 ちよきんたいそ 貯筋体操 (スイートピー) 9:30~/10:30~	11	12 りょうりきょうしつ ふれあい料理教室 10:00~	13 休日開館日 めいそうかい マインドフルネス瞑想会 10:30~11:30 たつきゅう 卓球クラブ 13:30~15:00
14	15 敬老の日 けいろう ひ	16 たいきよくけん 太極拳 9:30~10:30 スローエアロビック 19:00~21:00	17 ちよきんたいそ 貯筋体操 (スイートピー) 9:30~/10:30~	18 きっさ ふれあい喫茶 9:30~	19	20
21	22 ちよきんたいそ 貯筋体操(ひまわり) 9:00~10:30 けんこうたいそ 健康体操(山根会) 13:30~15:00	23 秋分の日 しゅうぶん ひ	24 ちよきんたいそ 貯筋体操 (スイートピー) 9:30~/10:30~	25	26	27 休日開館日 たつきゅう 卓球クラブ 13:30~15:00
28 休日開館日 せいめいそんちようどくしよかい 生命尊重読書会 10:00~12:00	29 ちよきんたいそ 貯筋体操(ひまわり) 9:00~10:30	30 太極拳 たいきよくけん 9:30~10:30 めいそうかい マインドフルネス瞑想会 19:30~20:30				

※予定は変更になる場合があります。

かわのえ隣保館だより

2025年(令和7年)9月発行号 電話/FAX 0896-28-6254

日本の人権を守る

最近よく聞く「日本人ファースト」という言葉により、日本人優先や日本の伝統を守ることがクローズアップされています。しかし、日本の家族における「伝統的な家族観を大切にすること」ということは、戦前の家制度を継承し、男尊女卑への逆戻りで、男女平等などの流れに逆行し、女性の人権について、置き去りにされかねない懸念があります。日本人優先と言いつつ、一部の人が優先され、差別へつながりかねません。

「男らしく、女らしく」とは誰が決める価値観でしょうか？その「らしさ」も基準を決める必要がありますか？それよりも大事なことは多様なジェンダーの枠にとらわれない自分らしさをありのままに表現できることだと思います。伝統的家族観が、LGBTQにおける同性婚や選択的夫婦別姓などの問題において、自分らしい表現ができず、ジェンダー差別を感じているマイノリティの人を排除することにもつながりかねません。

また、最近、SNSやテレビなどにおいても簡潔に要旨をまとめる目的で、様々な問題が切り抜かれます。しかし、それだけを目にすると、それが正しいことのように思い、鵜呑みにする人も多いと思います。しかしそれは発言者本人の意図と必ずしも一致せず、切り取る側の意図により都合よく内容の解釈が変わるような方向付けがされることもあり注意が必要です。

差別のない社会を目指すためには、ジェンダーによる取りこぼしなどなく、すべての人に光を当てて進めることが大事です。また、ジェンダーによる差別問題に限らず、人権問題の解決は、直接対話を行うことが最も効果的で、相手の本音や真意も見えてくると思います。その時に、先入観や思い込みもきつと間違いだったと気づくこともあるでしょう。そのことだけでなく常日頃から、知らないことは、しっかりと学習しながら、知っていることも知っているつもりではないかと自問し、学び直しをしながら、人権感覚を磨いていきましょう。

主事 西川直輝

【お知らせ】
○川之江ふれあい料理教室(第4回) 9月12日(金) 10時00分~
○ふれあい喫茶(第6回) 9月18日(木) 9時30分~

悩んでいることはありませんか？
隣保館は、「職場でのハラスメント」「職場や学校に行けない」など人権に関わる悩みを相談できる窓口です。
その他生活相談、職業相談等困っていることは何でも相談してください。

食べ合わせから考える人権問題

みなさんは食べ合わせを気にしますか？昔から様々な食べ合わせがありますが、それはウソ・ホント？など考えたことがありますか？信じて疑わないものにこそ実は根拠がなかったり、なぜ信じているんだろう？と思ひ直す必要のあるものが存在するかもしれません。食べ合わせはいろいろな組み合わせをどのように決めたか、しっかりと科学的根拠があるのか、調べたことはありますか？調べてみると正しい情報はすぐにでてきます。

例えば代表的な食べ合わせの例として、「ウナギと梅干し」があります。うなぎは江戸時代から高級品でした。取っておいて後で食べようとしている間に腐ってしまうことがあり、腐敗すると酸味を帯びるため、梅干しをいっしょに食べると酸味がきづきにくいのために食べ合わせが悪いとなりました。「スイカと天ぷら」はスイカの水分で胃酸が薄まり、天ぷらの消化が悪くなるということで食べ合わせが悪いとなっていますが、胃酸が薄まるほどの大量のスイカを食べることは現実的にはないので気にしないでいいそうです。

食べ合わせの悪いとされるものも、迷信や効果自体に疑問を抱くものばかりです。しかし、これらの良くない食べ合わせとされるものを気にする人もいるので、話のネタとして迷信でも知っておいて損はありません。ただし、昔から伝えられてきて、自分の中では当たり前になっていたとしても、それは必ずしもみんなの当たり前ではなくて、実はほとんどが迷信に近いものなのだとすることも認識する必要があります。

差別の問題に置き換えてみると、同じ構図が考えられます。同和問題をはじめとする人権問題は、迷信のようにどこか根拠のない情報が巡り巡って、先入観や勝手な悪いイメージとして伝わることで、差別が起こっている例が数多くあります。差別される側に何の非もなく、ましてやそこに差別される根拠はありません。差別されている人はいません。しかし、迷信や言い伝え、親などからの刷り込みが世の中の当たり前となり、その状況を作ってしまったのかもしれませんが、差別が生まれ、差別する側として自分が知らず知らずのうちに加担していることもあります。差別を自分ごととして捉えてはじめて、正しいことを学ぶ環境がスタートできます。今までは、自分自身が正しいと信じて疑わなかった知識も自ら学び直しや出会い直しをしようとして決めて、しっかり学習をして正しい知識を学んでいけば、自分の学んだことに間違いがあったと気づくこともできるでしょう。

しかし、多数派の意見に流される人は多いのではないのでしょうか？多数派だからといってすべてが正しいとは限りません。正しいことを学び、間違っていることに「間違っている」と声を上げることが和を乱すこととなるのでしょうか？集団心理に流されて、それによって悲しい思いや差別を受けてきた人も多くいます。まず、何事も正しいかどうか、根拠があるのか一度立ち止まって考えて、学んだ正しい知識を自分の意見として持ちましょう。食べ合わせも人権問題も先入観や迷信などに惑わされずに、自分自身で正しく学んだことを伝えていけるようにしましょう。



スローエアロビック はじまります

8月より、新しいサークルとして、「スローエアロビック」が開始しました。スローエアロビックは楽しみながら無理なくできるフィットネスで、心と身体健康増進、認知症予防にも適しています。胸を開く、体側を伸ばす、体をひねる運動をリズムにあわせてゆっくり繰り返し繰り返す運動です。スローエアロビックを通して交流を図り、健康で楽しい毎日を過ごせるよう、体を動かし健康寿命を引き上げていきましょう。



日時	毎月 第1, 3火曜日 19:00~21:00
場所	川の江隣保館 2階大会議室
講師	塩入 久恵 先生
内容	リズム運動 (軽快な音楽に合わせて体を動かす) ストレッチ (ほぐす、伸ばす、引き締める) 健康維持運動 (日常生活に必要な筋力トレーニング)
持参物	上履き、水分、ボール、ヨガマット
問い合わせ	川の江隣保館 28-6254

ふれあい喫茶(折り紙教室)

7月のふれあい喫茶では、折り紙教室を開催しました。みんなで夏らしく、あさがおを折って、うちわに飾りつけをしました。昔折ったかな？どうだったかな？といろいろ考えながらも手が覚えていて折れる人や、四苦八苦する人もいましたが、楽しみながらみんなで飾りつけでき、たくさんのおさがおが咲いて夏らしい空間となりました。今後も様々な企画を予定しています。おかげさまで多くの方にふれあい喫茶にご参加いただきありがとうございます。

