

10月行事予定						
にちようび 日曜日	げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日	どようび 土曜日
			1 ちよきんたいそう 貯筋体操 (スイートピー) 9:30～/10:30～	2	3	4
5	6 ちよきんたいそう 貯筋体操(ひまわり) 9:00～10:30 けんこうたいそう やまねかい 健康体操(山根会) 13:30～15:00	7 たいきょくけん 太極拳 9:30～10:30 スローエアロビック 19:00～21:00	8 ちよきんたいそう 貯筋体操 (スイートピー) 9:30～/10:30～	9	10 りょうりきょうしつ ふれあい料理教室 10:00～	11 きゅうじつかいかん び 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
12	13 スポーツの日	14	15	16 きっさ ふれあい喫茶 9:30～	17	18
19	20 ちよきんたいそう 貯筋体操(ひまわり) 9:00～10:30 けんこうたいそう やまねかい 健康体操(山根会) 13:30～15:00	21 たいきょくけん 太極拳 9:30～10:30	22 ちよきんたいそう 貯筋体操 (スイートピー) 9:30～/10:30～	23	24	25 きゅうじつかいかん び 休日開館日 たつきゅう 卓球クラブ 13:30～15:00
26 きゅうじつかいかん び 休日開館日 せいめいそんちようどくしとかい 生命尊重読書会 10:00～12:00	27 ちよきんたいそう 貯筋体操(ひまわり) 9:00～10:30	28 たいきょくけん 太極拳 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	29	30	31	
※予定は変更になる場合があります。						

【お知らせ】

○川之江ふれあい料理教室(第5回)

10月10日(金)

10時00分～

○ふれあい喫茶(第7回)

10月16日(木)

9時30分～

かわのえ隣保館だより

2025年(令和7年)10月発行号 電話/FAX 0896-28-6254

モラルと人権

近年、禁止区域でのバーベキューやゴミの放置、イベントでの近隣の施設駐車場・路上への無断駐車など、モラルに反する事例が後を立ちません。もちろん多くの人が訪れるようになり、お店などもお客さんが増え、街の活性化が進むのはいいことですが、人の密集によりそこに住む人の生活圏や今まで当たり前にあった生活の権利が脅かされる事態になっています。観光客の中には法律に反しない限り、迷惑にはならないだろう…と、自分たちを優先に考えて行動をしている人が見受けられます。しかし、モラルに反する行動が人権を侵すことにもつながりかねません。

また、喫煙も条例などで路上喫煙禁止区域を定めたり、施設内禁煙など規制が厳しくなっていることが原因か、車中から、吸ったたばこを路上にポイ捨てする人が増えているように思います。ポイ捨ては違法行為です。しかし、注意すると、逆に注意した人に非難を浴びせたりする人、悪びれることなく無視をしたりする人もいます。

私たちには、普段の自分の生活圏でのルールを守り、観光で訪れる土地では、その街の人への配慮とリスペクトを忘れず、その街に住む人の生活圏を安易に乱したりしないような行動が求められます。

自分の生活圏だけでなく、観光で訪れた土地も同じように守る意識が芽生え、交流を図ることで、お互いの人権を守ろうという意識につながります。それはモラル意識に訴えるポスター・案内表示による啓発よりも効果的な場合もあります。

すべての人権問題は、巡り巡って自分に関係する『自分事』として捉えていく視点をもちながら周りの人と関わっていくことが大切です。みんなが自分らしさと共に周りの人への人権を守る意識を持っていれば、少しずつ周囲への優しい行動につながります。その小さな一歩がやがて大きな波になり、世の中が変わっていくのではないのでしょうか。

主事 西川直輝

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。

だ ん じ ょ き ょ う ど う さ ん か く じ ん け ん

男女共同参画と人権

だんじょきょうどうさんかくしゃかいきほんほう せいいてい しはんせい す りそう だんじょ ひりつ とお
男女共同参画社会基本法が制定されて四半世紀が過ぎましたが、理想とされる男女の比率にはほど遠い
じょうきょう さいきん じょせい しょうてん あ じょせい はたら はたら はたら いけん
状況です。こともあろうに最近、女性の方に焦点を当てて「女性に働け働けと働かせすぎた。」という意見
で ほんらい だんじょきょうどうさんかく しごと かてい りょうりつしえんかんきょう ととの だんせい かてい
まで出ています。しかし、本来「男女共同参画」とは、仕事と家庭の両立支援環境が整い、男性の家庭
さんかく すず だんじょ こそだ きょういく さんか だんじょりょうせい しゃかい
への参画も進むことによって、男女がともに子育てや教育に参加できることで、男女両性に社会
かつやく きかい みと せきにん とも にな め ざ したが じょせい きかい こと さ
で活躍する機会を認め、責任を共に担うことを目指すものです。従って、女性のみの機会の事を指す
ものではありません。

にほん せんぜん いえせい ど き そ せんご おとこ しごと おんな かてい いしき せいどじたい
日本は戦前の家制度を基礎として、戦後も「男は仕事で、女は家庭」という意識がありました。制度自体
はなくなりましたが、未だにその意識はどこか根底にあるのではないのでしょうか？その意識は、一方は活躍で
きかい せんたくし おお いっぽう せいげん ぼあい きかい あた ふびょうどう じょうたい
きる機会や選択肢が多くあるが、一方は制限され、場合によっては機会を与えられないという不平等な状態
あ まえ おも だんじょ きかい きんとう すいしん ていたい げんいん むかし じょせい せんぎょう
を当たり前と思い、男女の機会の均等の推進が停滞している原因となっています。昔のように女性が専業
しゅふ いえ まち じょせい こ そだ あ まえ しゃかい し し
主婦として家を守り、女性が子どもを産み育てることが、当たり前とされた社会では、知らず知らずに
じょせい しゅうよく せいげん げんざい にほん かぞく かたち た よう か こ そ だ
女性の就職を制限することにもつながっていました。現在の日本では、家族の形も多様化しており、子育て
せたい ともばたら ぞう か けいこう ろうどう か じ きょういく さまざま ぶん や きょうりょく やくわり ぶんたん
世帯での共働きは増加傾向にあり、労働・家事・教育など様々な分野で協力しながら役割を分担していく
ひつよう おも いがい ていたい げんいん もくひょう だんじょひりつ すうちか しさく
必要があると思います。それ以外にも停滞の原因として目標とする男女比率を数値化された施策がないこと
よういん ひと あ
も要因の一つとして挙げられます。

いっぽう しょうがいこく み せいさく かか びょうどう かくじつ すいしん せい どうにゅう
一方、諸外国を見ると、政策として掲げたジェンダー平等を確実に推進するために「クオータ制」の導入
ぐたいてき すうち しめ わ あ だんじょ さんかく ひりつ きんとうか むか いったい こうか
により、具体的な数値を示して割り当てたことで、男女の参画の比率が均等化に向っており、一定の効果が
あ い
あったと言えます。

にほん さまざま ぶん や にな て ぶ そく しょうしこうれいか か そく じんこうげんしょう せいさんじんこう
これから、日本では様々な分野で担い手不足や少子高齢化の加速などで人口減少となり、生産人口が
へ つづ よ そう はたら かたかいかく かか いま だんせい かぎ しょうしゅ だんじょ
減り続けることが予想されます。働き方改革を掲げてはいますが、未だに男性のみに限る職種など、男女で
こようきかい ふきんとう おお にほん ていたい かこう おも い み
の雇用機会の不均等が多く、このままではこれからの日本が停滞または下降していくと思います。その意味
しごと か じ きょういく だんじょ きょうどうさんかく あ まえ み すうち だんじょ きかい きんとう ほしょう
でも仕事・家事・教育で男女の共同参画が当たり前となり、見える数値などで、男女の機会均等が保障され
てこそ、この法律の趣旨に合う世の中になると思います。話は大きくなりましたが、みなさんも自分の家族内
での役割が一方への負担の比重が重すぎないか点検し、見直すべきところは見直す機会にしてみてください
かがでしょうか？

せい こっかい ちほうぎいん せいじか くに ちほうじちたい しんぎかい こうてききかん
※クオータ制・・・「国会・地方議員などの政治家や、国・地方自治体の審議会、公的機関の
ぎいん いいん にんずう せいど わ あ ひと れい しゃかい のこ だんじょ せいさ
議員・委員の人数を制度として割り当てることである。1つの例としては、社会に残る男女の性差
べつ へいがい かくさ かいしょう せいさくけつてい ば だんじょ ひりつ かたよ へ
別による弊害や格差を解消していくために、政策決定の場の男女の比率に偏りを減らすようにす
る仕組み」



か わ の え

りょうりきょうしつ

川之江ふれあい料理教室おすすめレシピ

★麻婆なす(4人分)

《 材料 》

○なす	400 g	とり	鶏ガラスープ	小さじ1
○揚げ油	適量	さとう	砂糖	大さじ1
○豚ミンチ	200 g	こいくちしょうゆ	濃口醤油	大さじ 1.5
○サラダ油	小さじ1	てんめんじやん	甜麵醬	大さじ 1
○にんにく	大さじ1	おお	豆板醬	小さじ1
○しょうが	大さじ1	みず	水	200 c c
○酒	大さじ1	かたくり	こ	大さじ1
○ねぎ	20 g	みず	水	小さじ2



《 レシピ 》

- ① なすは、乱切りにして、サッと素揚げし、油をきっておく。
- ② にんにく・しょうがはみじん切りにし、ねぎは小口切りにする。
- ③ サラダ油で、にんにく・しょうがを弱火で炒め、豚ミンチと酒を加えて炒める。
- ④ ③に水を加えて煮ながら、順次調味料を加える。
- ⑤ ④になすを加え、混ぜ合わせながら水溶き片栗粉でとろみをつける。
小口ねぎを混ぜいれて仕上げ、器につぎ分ける。
(お好みでごま油や粉山椒をかける。)



10月は急激な気候の変動に注意！！

ことし つ ゆ みじか あつ じ き なが つづ さいきん あさばん こう き あき かん
今年は梅雨も短く、暑い時期が長く続きました。ここ最近では、朝晩の空気に秋を感じるようになって
きていますが、まだまだ日中は暑く、これからの時期は急激な気候の変動に注意が必要で
す。10月といえば、このあたりでは秋祭りの季節です。この時期を境に急激に寒くなる年も多く
あります。そういう時期には「寒暖差アレルギー」になる方も多いそうです。この名前はあまり馴染
みはありませんが、症状は鼻水やくしゃみ、目の痒み、喉の痛み、咳というごく一般的なアレルギー
のような症状です。日中は暖かく、夜は急激に冷え込む秋に自律神経のバランスの乱れでア
レルギー性鼻炎のような症状が現れると言われています。みなさんもこれから昼夜で気温差が
はげ せい び えん しょうじょう あらわ い ちゅうや き お ん さ
激しくなるので、体温調整をしっかりと行い、体調に気をつけましょう。