

11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
2	3 ぶんかひ 文化の日	4 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	5 ちよきんたいそう 貯筋体操 (スイートピー) 9:30～/10:30～	6	7	8 きゅうじつかいかん ひ 休日開館日 マインドフルネス瞑想会 10:30～11:30 卓球クラブ 13:30～15:00
9	10 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	11 たいきょくけん 太極拳 9:30～10:30	12 ちよきんたいそう 貯筋体操 (スイートピー) 9:30～/10:30～	13	14 りょうりきょうしつ ふれあい料理教室 10:00～	15
16	17 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	18 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	19 ちよきんたいそう 貯筋体操 (スイートピー) 9:30～/10:30～	20 きっさ ふれあい喫茶 9:30～	21	22 きゅうじつかいかん ひ 休日開館日 卓球クラブ 13:30～15:00
23 きんろうかんしや ひ 勤労感謝の日 きゅうじつかいかん ひ 休日開館日 せいめいそんちょうどくしやかい 生命尊重読書会 10:00～12:00	24 ふりかえきゅうじつ 振替休日	25 たいきょくけん 太極拳 9:30～10:30 マインドフルネス瞑想会 19:30～20:30	26 ちよきんたいそう 貯筋体操 (スイートピー) 9:30～/10:30～	27	28	29
30						
※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6回)

11月14日(金)

10時00分～

○ふれあい喫茶(第8回)

11月20日(木)

9時30分～

かわのえ隣保館だより

2025年(令和7年)11月発行号 電話/FAX 0896-28-6254

同調と人権

みなさんはつい人がとる行動や話に合わせることはありませんか？人は知らず知らずに世間体や周りの目が気になったり、迷信などの根拠のない事柄により縛られてその範囲内で動いているのかもしれませんが。自分らしさを貫くスタイルで「根拠があるか調べないと信じない」と言うと、周りとの協調性がないように受け取られたりします。多数決など多数派の判断が尊重される場面はよくあります。もちろん多数意見なので、正しいこともあります。時にその同調がデマや人権問題に関わることなど何でも無批判に周囲に合わせることもあり、問題が生じる場合があります。

自分は「こうしたい、こう思っている」ということを自己主張することはその和を乱すことになりませんか？自分がハッキリ意見を主張して、集団を正しい方向に導くことも一つの形だと思いませんか？集団の中でも誰か先導する人がいないとまとまりは出ません。ただ、集団の中で、「間違ったこともみんなでやれば大丈夫」とか、「みんながやっているから」という同調を促すことはかえって、他人の選択する機会を奪ったり、その人の人権を侵害することにもつながりかねません。周りとの人間関係が崩れることを恐れて、悪いと思いながらやってしまう行動は、実は集団で差別を肯定したり、助長することへつながる可能性があります。多数派＝正しいという図式の中で常に当たり前とされていることが、すべて正しいこととは限らず、実は根拠がなかったり、デマである可能性も秘めています。しかしながら、日本人は和を乱すことを恐れて、多数派になんとかなが流されて、みんなが同じだから大丈夫という心理が働きがちです。

しかし、大事なことは、まずみんなで対等に意見を出し合って、一つひとつの問題に対してどれが正しいのか、多数だからという理由だけでなく根拠もしつかりと確認しながら、正しい方向に協調していけるようにしましょう。物事に絶対的な正解はありません。数が多いことが正解とも限りません。みなさんも他人に流されるよりまず、自分自身が正しいと思うことを信じて行動してみてもいい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。

差別を解消するためには

人は多くの人権問題について「自分とは関係ない」と無関心で、そっとしておけばなくなるのでは
と思う人さえ多くいるのかもしれませんが。しかし、急速な情報化社会の発達により、今まで直接的な
対話の中でのみで起こっていた差別事象が、インターネットを通じた晒し行為や差別的な書き込み
など、ネット空間でも起こっています。ある日突然に会ったこともない他人から誹謗中傷や差別を受
けるような深刻な状態になっているのです。直接的な差別は減ってきているため、目に見えづらくな
っているだけで、間接的な差別事象が実は増えています。

その例として挙げられるのが、「部落地名総鑑」のネット掲載を発端に起こった出自晒しや誹謗中
傷などの差別行為です。「部落地名総鑑」による晒し行為はもちろん許されざることですが、直接的
に関係のない多くの人々がその情報を元に検索したりしながら拡散したり、差別的な情報をそのまま受
け入れている社会にも問題があります。

2016年に「部落差別解消推進法」が施行されました。その中でも部落差別の解消は教育や啓発
にゆだねられています。そのことで、学習会などで学ぶ機会も増え、正しい知識が徐々に積み重ね
られています。部落差別が許されざる行為であるという理解は進み、反差別の意識は高まって、根
本的に差別をなくすための力になっています。

ただ、差別事象の件数の減少に直接はつながっていない現状もあります。不合理な差別であるこ
とは間違いないので、すぐにみんなで間違っていると声をあげて、差別と戦っていれば少しは今の
状況は変わったのかもしれませんが。

しかし、現在の日本では、差別に関して、何が違法行為にあたるか明確でないため、インターネッ
トやメディアなどを含めて流される情報には、正しい情報と間違った情報が混在しており、受け手側
の裁量で正しいかどうか判断している状況です。従って、場合によっては正しくない情報や差別に
つながる情報を鵜呑みにして、差別の助長に関わってしまう人も多くいます。お互いの理解を深め
て、差別の助長に加担しないためにも直接的な対話の中でお互いの意見を交わす機会がより多く
作られていれば、そういう事態が少なくなっていくと思います。

あらゆる情報が簡単に手に入れられる現代だからこそ自分自身がその情報に踊らされて誤った
方向に向かわないための知識の習得と判断力をしっかりと身につけることが必要です。一回間違っ
た発信をすると、その後で訂正や削除をしても最初の間違った発信だけを切り取って拡散され、そ
れがその人の言葉として記憶に刻まれる可能性があります。そのことを意識しながら、正しい知識や
判断力を身につける機会を探り、正しいことには明確に賛同をして、間違っていることには間違っ
ていると声を上げるようにしましょう。その輪が広がれば、差別の解消へつながると思います。



川之江ふれあい料理教室おすすめレシピ

★鶏肉とオクラの甘酢炒め(4人分)

《材料》

A	○鶏むね肉(皮なし)2枚	400 g	B	○しょうゆ	大さじ 2
	○酒	小さじ 2		○酢	大さじ 1.5
	○しょうゆ	小さじ 1		○砂糖	大さじ 1
	○みりん	小さじ 1		○唐辛子(好みで)	適量
	○片栗粉	大さじ 3		○サラダ油	大さじ 1
	○オクラ	8本			



《レシピ》

- 鶏むね肉は縦半分に切ってから一口大のそぎ切りにし、Aの調味料とともにポリ袋に入れてよくもみ込む。さらに片栗粉を加えてもみ込む。
- オクラは2～3等分の斜め切りにし、ラップをかけて電子レンジ(600W)で2分加熱する。
- フライパンにサラダ油を中火で熱し①の鶏肉を並べて、そのまま動かさずに焼き、焼き色がついたら裏返して火が通るまで加熱する。
- 肉に火が通ったら余分な油をペーパータオルで拭き、オクラを加えて炒め、Bの調味料を回し入れて味付けする。

★小松菜とキャベツのカシューナッツ和え(4人分)

《材料》

○小松菜	150 g
○キャベツ	200 g
○にんじん	40 g
○カシューナッツ	40 g
○しょうゆ	大さじ 1
○砂糖	小さじ 2



《レシピ》

- 小松菜は、ゆでて冷水にさらし、2cmの長さに切り水気を絞る。
- にんじんは、3cmの千切り、キャベツは1cm幅の短冊切りにする。
- 鍋に湯を沸かし、にんじん、キャベツをゆがき、冷水にさらし水気を絞る。
- カシューナッツは、ポリ袋に入れて麺棒で細かく砕いて、しょうゆ、砂糖を混ぜる。
- ゆでた野菜を④であえる。