7月 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
			1 貯筋体操 （スイートピー） 9:30～/10:30～	2	3 卓球クラブ 9:30～11:30	4
5	6 貯筋体操（ひまわり） 9:00～10:30 健康体操（山根会） 13:30～15:00	7 太極拳 9:30～10:30 スローエアロビック 19:00～21:00	8 貯筋体操 （スイートピー） 9:30～/10:30～	9	10 卓球クラブ 9:30～11:30 ふれあい料理教室 10:00～	11 マインドフルネス瞑想会 10:30～11:30 卓球クラブ 13:30～15:00
12	13 貯筋体操（ひまわり） 9:00～10:30 健康体操（山根会） 13:30～15:00	14 太極拳 9:30～10:30	15 貯筋体操 （スイートピー） 9:30～/10:30～	16 ふれあい喫茶 9:30～	17 卓球クラブ 9:30～11:30	18
19	20 海の日	21 太極拳 9:30～10:30 スローエアロビック 19:00～21:00	22 貯筋体操 （スイートピー） 9:30～/10:30～	23	24 卓球クラブ 9:30～11:30	25 卓球クラブ 13:30～15:00
26 生命尊重読書会 10:00～12:00	27 貯筋体操（ひまわり） 9:00～10:30	28 太極拳 9:30～10:30 マインドフルネス瞑想会 19:30～20:30	29	30	31 卓球クラブ 9:30～11:30	

【お知らせ】

〇ふれあい料理教室　（第2回）7月10日（金）　10時00分～

〇ふれあい喫茶　（第4回）7月16日（木）　9時30分～

悩んでいることはありませんか？
隣保館は、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。

かわのえ隣保館だより

2026年（令和8年）7月発行号　電話/FAX 0896-28-6254

7月13日は生命尊重の日

一人ひとりの命は何よりも大切なものであり、命を尊重することが人権の尊重になります。しかし、最近は戦争や紛争などの国際問題や、国内でも辺野古沖での転覆事故など、※イデオロギーを持った行動とは関係のない人の命が犠牲になることが増えており、心が痛む思いです。文化や人種も違えば、考えが異なることは、当然です。かつてはそれぞれの良さを認め合い、尊敬の念でお互いのいいところを真似し、切磋琢磨し、共存していたように思います。しかし、近年は世界において、その違いを対話ではなく武力で乗り越えることや、国内でも国籍の違う人を受け入れず、外国人を排除していくようなことが多く起こっています。それはまさにその違いが分断を生んでいるように思えます。

しかし、世の中の人の多くは、一番に平和を望んでいるはずで、その先にある一人ひとりの命を大切に思う気持ちがあると信じています。ただ、平和を獲得するための手段が少し過激になってきているように思うのです。今の世の中では、平和を望むこと、一人ひとりの命や人権を大切にするという、本来は一番に実現すべきことが、まるで実現すること自体を理想であるかのように語られていて、現実味を帯びていないように感じます。今のまま対立や排除が続いていくと、平和から遠ざかると私は思います。

もちろん、自分たちの信念を基に行動すること自体が悪いわけではありません。ただ、その行動に無関係な他者を巻き込むことには慎重になるべきです。その行動一つで、簡単に命が奪われるということであれば、なおさらではないでしょうか？目的のために、犠牲になっていい命なんて一つもありません。命の価値はすべて同じはずです。たとえ、人種やイデオロギーなどの違いがあってもお互いの話に耳を傾け、一方の意見だけを潰したりせず、その価値を認め合っていければ平和へとつながり、何よりも尊い命が守られていくのではないでしょうか？

しかし、人は心の中に、少なからず自分本位な面があって、自分や家族と他人を比べてしまい、他人の人権を自分事としては完全に捉えきれてないのではないでしょうか。自分の人権を守るために、他人の人権を少なからず蔑ろにしているのかもしれません。それが人の命をどこか軽く思ってしまうことにもつながっているように思います。

ただ、こう考えていても、一人ひとりの命を守るために自分ができる具体的な行動が思いつかないことに歯がゆく思います。その意味でも、少しでも平和が近づくように、命について考えて見つめ直す、そんな日にこの日がなればと願っています。「みんなの命が守られる平和な世の中でありたい」という願いは同じはずなので、そのゴールに向けて、イデオロギーや人種などの属性を超えた歩み寄りが大事です。そのためにも何より対立より対話が必要です。

※イデオロギー・・・個人や社会が物事をどう捉え、どのように行動するかの指針。個人、社会集団で共有される思想、信条、世界観など

ハラスメントと情報と人権

ハラスメントと定義されるものは、多種多様にあります。私自身もハラスメントそれぞれの意味一つひとつを理解できていないものもあり、初めて知る言葉も多かったです。しかし、共通して言えることは、ハラスメントという行為自体が人権侵害につながる可能性があるということです。自分本位の行動が相手にとって、ハラスメントと感じ取られる可能性があるということは念頭に置いておく必要があると思います。痛みを与えた側はその痛みには気づかず、悪意のない言動だと認識していることが多いです。しかし、痛みを受けた側はその言動がずっと忘れずに残って、直接謝罪を受けてお互いの誤解が解けても、受けた事実は消えることはありません。一度出た言葉やその行為そのものは撤回されても、簡単に忘れ去ることができるものではないからです。

ハラスメントは、お互いの聞き取りなどから得られる事実の認識を基にして、公平性と妥当性の観点から、客観的に判断をすることが必要とされています。本来ハラスメントの問題は、当事者間の問題で、個人間や組織内で第三者委員会を含めた判断による適切な処分の決定で解決すべきですが、企業がハラスメントの防止・改善措置を怠ると、企業名が公表されて、ハラスメントが公になる場合があります。

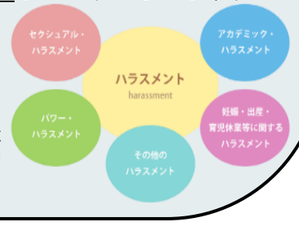
しかし、何よりも守られるべきは、当事者の人権であるということは大前提として置いておく必要があると私は思います。その前提に立って考えると、難しいことですが、※バイアスのかからない客観的な目線で迅速な対応が必要です。組織を守るという名目でバイアスがかかることや憶測や噂なども入り混じって、一方の意見に偏って判断すると、正確性を欠いていき、真実が見えにくくなります。

最近ハラスメントの問題はマスメディアなどでも報じられるようになりましたが、その情報は、自身が経験したことではない二次情報でしかないので、「誰かの解釈が入った情報」であるという認識は必要です。さらに、二次情報の中には真偽不明な情報や偏った情報が一部含まれている可能性があるので、情報の信憑性には注意が必要です。また、マスメディアで取り上げられると、必要以上のプライベートな情報の露見や解釈の方向性いかんにより、誹謗中傷につながる可能性は否定できません。そのことをみなさんも十分に考える必要があります。

さらに、マスメディアなどの二次情報そのままの※コピペや情報の一部を切り取ったものが、ＳＮＳ投稿やインターネットでの発信で使われています。しかし、その投稿や発信は、それをする側に都合のいい形で、都合のいい情報のみが掲載されており、情報が客観的とは言えず、信じ込んでしまうと、一方に対し個人への攻撃のベクトルが向く可能性があります。場合によっては、誹謗中傷が起こって、人権侵害へとつながってしまう懸念があります。

このような二次被害を防ぐためにも、ハラスメントの当事者の歩み寄りや組織でも公正かつ双方が納得する結果を迅速にもたらすことが大事です。加えてメディアなどの情報を発信する側には、どの程度まで情報を公にするかを検証する配慮が必要で、情報を受け取る側にも、情報※リテラシーなどが求められます。

※コピペ・・・・情報をコピーし、他の場所に貼りつけること
※バイアス・・・先入観や偏見
※リテラシー・・情報を適切に収集、理解し、有能に活用する能力



川之江ふれあい料理教室がはじまりました

新年度がはじまり3カ月が経ちました。今年度で4年目となる（コロナ禍以降）料理教室が6月よりはじまりました。フレッシュな顔ぶれもあり、雰囲気も変わってきました。この料理教室は料理を学ぶとともに一人ひとりの交流の場として新たな出会いもあります。年齢・性別を問わないため、より幅広い世代が参加し、つながりの輪が広がってくれることを願いつつ、今後も継続していきます。どうぞよろしくお願いします。

6月のおすすめレシピ

★かつおの揚げ煮（4人分）

≪ 材料 ≫

○かつお	200ｇ	○砂糖	大さじ2
○しょうが	大さじ1	○みりん	大さじ1
○しょうゆ	大さじ1	○しょうゆ	大さじ1
○酒	大さじ2	○水	50ｃｃ
○片栗粉	大さじ1		
○揚げ油	適量		

≪ レシピ ≫

① かつおを一口大に切る。

② かつおに、しょうが・しょうゆ・酒をかけて混ぜ、下味をつけておく。

③ ②に片栗粉をまぶして、180℃の油でカラッと揚げる。

④ 鍋に砂糖・みりん・しょうゆ・水を入れ一煮立ちさせる。

⑤ ④に揚げたかつおを入れ、弱火で煮てたれをからませる。