



## 12月4日~10日は人権週間です



1948年(昭和23年)12月10日の国連総会において、「世界人権宣言」が採択されたことを記念して、1949年に法務省と全国人権擁護委員連合会が、12月10日を最終日とする一週間を「人権週間」と定めています。

世界人権宣言では、…みんな自由・みんな平等…、…差別はやめよう…と宣言しています。すべての人は、生まれながら自由で、人として尊ばれ、あらゆる権利が平等にあります。すべての人は、人種、性、言語、宗教、信条や社会的身分、財産、門地などいかなる事由による差別をも受けることなく、世界中のどこでも、すべての権利と自由とを享有することができます。

世界人権宣言よりも以前の1922年(大正11年)日本では「水平社宣言」が出されました。部落差別解消への取り組みをうたった「人権宣言」と言えます。全国水平社創立大会で「人間を冒瀆してはならぬ」と訴え、「人の世に熱あれ、人間に光あれ」と締めくくったこの宣言は、時代を超えて、今も私たちに差別解消への取り組みを訴えかけてきます。

この機会に、改めて「世界人権宣言」の意義を考え、お互いの人権を尊重して明るい社会を作りましょう。



### ひとりで悩まないで

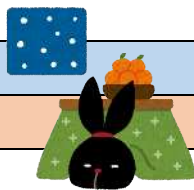
### 困ったときは、相談してください!

土居隣保館では毎月25日にハローワークの巡回相談(職業相談)を行っています。12月は12月25日(火)10時から行います。各種相談(人権等)についても随時受け付けております。秘密は固く守りますので、お気軽にご相談ください。

# 隣保館カレンダー 12月

## 隣保館講座のお知らせ

日	曜日	行事予定
1	土	
2	日	
3	月	ヨガ教室 10:30~
4	火	空手教室 19:00~
5	水	合同子ども会 19:30~
6	木	スローエアロビック 10:00~ 空手教室 19:00~
7	金	
8	土	
9	日	
10	月	
11	火	空手教室 19:00~
12	水	
13	木	空手教室 19:00~
14	金	
15	土	
16	日	
17	月	ヨガ教室 10:30~
18	火	空手教室 19:00~
19	水	合同子ども会 19:30~
20	木	スローエアロビック 10:00~ 空手教室 19:00~
21	金	
22	土	
23	日	天皇誕生日
24	月	振替休日
25	火	各種相談日 10:00~(内容:職業・人権など) 空手教室 19:00~
26	水	
27	木	空手教室 19:00~
28	金	仕事納め
29	土	年末年始休館日(～1月3日)
30	日	
31	月	



良いお年を 

## 美容と健康に! ヨガ教室 受講生募集中



運動が苦手な方や、体が硬いという方も大丈夫です！男女年齢問わず参加していただけますので、いっしょにヨガを始めてみませんか？たくさんの方のご参加、お待ちしております。

日時：原則毎月第2・第4月曜日

**12月は3日(月)、17日(月)での開催となっております。ご注意ください。**

午前10時30分～午前11時30分

会場：土居隣保館 会議室

講師：石村 慶さん

(全米ヨガアライアンス認定インストラクター)

受講料：無料

持ち物：ヨガマット、タオル、水分補給用の飲み物、動きやすい服装

興味のある方は土居隣保館までご連絡ください！



## スローエアロビック教室

スローエアロビックは、ゆったりとしたテンポで、ソフトに動く、中高年の皆さんにおすすめの軽運動です。健康作りや肥満、認知症の予防にも効果的です！

講師：塩入 久恵さん

(四国中央市エアロビクス協会)

持ち物：ストレッチマット、上履き、タオル、水分補給用の飲み物

12月の予定は、

**6日(木)、20(木)の2回**

10時から90分程度行います。

受講生は随時募集しております。

興味のある方は土居隣保館までご連絡ください。