

人権啓発センターだより

じんけん

啓発紙 2024年

通巻 81号

Love is all

人が人を 想うチカラは強い

ふじのくに人権フェスティバル

令和5年12月12日 磐田市民文化会館



人権作文コンテスト入賞者の皆さん



フェスティバル会場で行われた作品展

もくじ

- ふじのくに人権フェスティバル
- 静岡県人権会議の概要報告
- 企業と人権セミナー
- 第2回人権講演会

- P 2～3
- P 4
- P 5
- P 6



静岡県
(静岡県人権啓発センター)

ふじのくに人権フェスティバル

12月12日(火) 磐田市民文化会館かたりあ

静岡県人権啓発活動ネットワーク協議会（静岡地方法務局、静岡県人権擁護委員連合会、静岡県、静岡県教育委員会、静岡市、静岡市教育委員会、浜松市、浜松市教育委員会）と磐田市が、県民の皆様に人権の大切さを訴えるとともに、人権尊重の理念の理解を深めることを目的として、開催しました。

第Ⅰ部 第42回全国中学生人権作文コンテスト 静岡県大会表彰式

○最優秀賞

静岡地方法務局長賞
「色」
茂川 櫻介さん
（焼津市立小川中学校）



静岡県人権擁護委員連合会会長賞
「共に生きる」
尾崎 結衣さん
（浜松市立高台中学校）



○特別賞

静岡県教育委員会教育長賞
「私たちが気付かぬところで」
小杉 理湖さん
（静岡県立浜松西高等学校中部）

静岡新聞社・静岡放送賞
「揺るがない権利」
澤柳 ひまりさん
（浜松市立新津中学校）

NHK静岡放送局賞
「命と人権、言葉の重み」
渡邊 光さん
（南伊豆町立南伊豆中学校）

清水エスパルス賞
「弟から学んだこと」
鈴木 凜さん
（東伊豆町立稲取中学校）

ジュピロ磐田賞
「普通じゃないは悪いこと？」
石川 結菜さん
（静岡県立浜松西高等学校中部）

藤枝MYFC賞
「生活を楽しめるものへ」
永岡 蒼さん
（島田市立島田第二中学校）

アスルクラロ沼津賞
「すべての人が生きやすい社会」
佐野 滋音さん
（富士市立田子浦中学校）



第Ⅱ部 講演会

「みんながつくる みんなの学校 ～いつもいっしょがあたりまえ～」

講師：木村 泰子 氏（大阪市立大空小学校 初代校長 ）

「自立」から「自律」へ。これは、この講演の前に中学生2人が作文で伝えてくれたことの共通点を言葉にしたものです。「自立」は「人に迷惑をかけないように、自分のことは自分でできるようになること」といわれます。みなさんは「迷惑かけたらいけない。」と言われれば言われるほど、迷惑をかける友達を許すことができなかったことはないでしょうか？



しかし、今世界が求めているのは「自律」です。「自律」とは「互いが適切に依存し合うこと」です。さきほどの作文にもあったように、目の前の人困っていたら「大丈夫か？」と声をかけ、自分が困ったら「助けて」と言えることです。誰一人置き去りにしない社会をつくる大人になることをめざしています。

大空小学校では月曜日に「全校道徳」という授業をしていました。全校で集まり、1年生から6年生まで1人ずついるグループで、その日のテーマについて、自分の言葉で語ります。ある日のテーマは「『人権』って何？」でした。みなさんも「人権」を自分の言葉で語りませんか？大空小学校では子どもたちの半分以上のグループが「人権は『空気』」と言いました。私たち大人が、「なぜ人権が空気なの？」と聞くと「だって空気が無かったら人は死んでしまうよ。」と答えました。

大空小学校には、9年間で全国から50人を超える学校に行けなくなった子が来ましたが、誰一人、学校に来られない子はいませんでした。その子たちに「なぜ大空小学校には毎日来るの？」と尋ねると、「だって空気が違う。」と言うのです。「大空小学校の空気はどんな空気なん？」と聞いたら、多くの子が「普通」と答えました。普通ってこういう意味に使う言葉だと私は教えてもらいました。誰もが吸える空気を学校の中につくる。ここから「空気をつくろう」という言葉が生まれました。この言葉が生まれたら、黙れとか、整列しろとか、指示、命令はいらなくなりました。「空気をつくろう」と言うと、子どもたちは学び合う空気を自分からつくります。

それまで、私たち教職員は指導を一生懸命していましたが、「何やってんの？ 暴れたらあかんやろ。」と言うのを、子どもたちは見ています。そうすると、子どもたちは「暴れる子は迷惑、困るよな。」と考えるようになります。暴れている子は本当は「困っている子」なのに、「困る子」にしているのは私たちだと気づきました。「指導より、環境（空気）を豊かにつくろうよ。」となったのです。

地域の学校を、誰もが来て、誰もが吸える空気の学校に、みんなで変えていきませんか？みんなが主役です。

令和5年度第1回静岡県人権会議を開催しました

11月12日 もくせい会館

- ・県では、県の人権施策に対する意見・提言を頂き、人権啓発センターとの車の両輪として人権啓発を推進していくため、「静岡県人権会議」(会長 犬塚 協太氏(静岡県立大学国際関係学部教授))を設置し、現在、県内の人権のリーダーや学識経験者等の15人を委員として委嘱しています。
- ・本号では11月に開催しました令和5年度第1回の会議で述べられた意見から、一部ではありますが御紹介します。

<頂いた意見から>

【議題1】「静岡県人権施策推進計画の進捗状況等」について

*県の人権施策に係る各部局の取組の概要についての報告内容への意見を頂きました。

- 人権教育は特定の教科や教師が担うのではなく、何より当事者である子どもたちを巻き込みながら一緒に取り組むこと、さらに、地域や企業等と連携するなど、学校全体での組織的な推進体制が必要ではないか。
- 人権教育についても年間指導計画の作成を進めるとともに、それをPDCAでチェックしながら、循環型・発展型の学校運営を進めることが大切である。
- 話している人は「やさしい日本語」を使っているつもりでも、受け止める外国人がどう感じるかは別である。そうした言葉遣いによって、受け止める側の理解が進み、自分たちの権利が尊重されていると実感できるかという点にも注意しなければならない。

【議題2】意見交換「災害に起因する人権侵害」について

*災害の発生はあらゆる人に関わる問題であることに加え、様々な人権分野の課題等とも密接に関係すると考えられることから、今後の人権啓発活動の参考とさせていただくため、意見交換を行いました。

- 情報を自らつかんで行動できる人は比較的支援を受けやすいが、高齢者や障害のある方、外国人などの特に配慮を要する方には情報が届きにくく、支援にたどり着くことが難しい。そういうところでも人権が尊重されにくくなっているのではないか。
- 外国籍の方は「要配慮者」という位置づけになっているが、いざとなれば支援される側ではなく、支援する側に回る力は十分にある。外国籍の方が参加できる環境づくりも必要なのではないか。
- 例えば、自治会活動で運営されている避難所では高齢男性たちが中心となって意思決定がなされ、女性や要配慮者の視点が意思決定に入っていないために、現場の当事者ニーズとマッチしないという現象が発生している。避難所運営に男女共同参画の視点や多様性の配慮が取り入れられるよう、取組が弱い市町に対しては県の役割としてフォローアップしていただきたい。



企業と人権セミナー

令和5年12月8日～12月21日 アーカイブ配信

メンタルヘルスの基礎知識と不調対応から予防まで
～貴重な社員を減らさない・健康で長く働いてもらうために～

守田 浩 氏

(一般社団法人産業メンタルヘルス協会 代表理事

/医療法人ひつじクリニック 労働衛生コンサルタント・公認心理師)



①メンタルヘルスの基礎知識

- 育児や介護など、様々なライフイベントがある。ストレスはポジティブ・ネガティブで決まるものではなく、必要なエネルギー量は感じるストレス量に比例している。
- 睡眠障害、適応障害など様々な精神科領域の疾患がある。うつ病は慢性的な不眠がもたらす「脳」の回復不全である。
- 相談してくるのを待つのではなく、積極的に声をかけ、自分に答えがなくても一緒に考え、従業員を孤立させない。

②従業員の異変と相談時に留意すべきチェックポイント

- 相談時に避けるべきワード「私の時はこんなふうだった」「私もそんなことがあった」…相談相手の情報を得るのが目的なので自分の経験談を語らない。
- 相談時には「眠れているか？食べているか？（量を聞く）」「日常生活・業務に支障はあるか？」「原因は有限？無限？エスカレートする？」を確認し、これらに支障がある場合は受診を勧める。
- 診療時間やキーワード（産業医・精神科産業医など）を確認しながら、医療機関のWEBサイトを検索。

③休職・復職時対応の実際とコツ

- 回復には医師との信頼関係と本人の服薬順守が必要。
- 「がんばれ！」は禁句？！…「今は休むこと・治療をがんばれ！」
- 不調・休職時の対応…「ストレス源の特定（本音を知る）」「連絡方法・窓口・頻度+音信不通時の手順を決めておく」「労働力の回復（職務に必要な能力をリハビリ）」が必要。休職したその時から復職の方法を考えること。
- 休職中に、休職の直接原因や背後の間接要因を見つめ直し、改善を。

④不調を予防する生活習慣と職場改善

- うつ病の場合、好調・不調を繰り返しながら徐々に回復していく。体調不調時を基準に業務量を本人と相談しながら決める。余裕ができたなら次の段階へ。出勤の継続が大事。
- 職場で、定期的に「通院と服薬順守」を確認してほしい。
- うつ病予防のエビデンスとして「睡眠」「運動習慣」「趣味の数」がある。
- 社員教育として、ラインケア研修やセルフケア研修を毎年テーマを変えて実施したい。ストレスチェックを行った後、その集団分析結果を管理職層にフィードバックして、職場改善につなげる。ポジティブなPDCAサイクルを回していく。

第2回人権講演会

令和6年1月12日～1月25日 アーカイブ配信

子どもたちの笑顔を守るために私たちにできること

島田 妙子 氏

(一般財団法人児童虐待防止機構オレンジ CAPO 理事長/関西大学客員教授)



〔講演概要〕

私は4歳の時、児童養護施設に入所した。7歳の時、父の再婚で家庭復帰したが、継母と実父による虐待が始まった。虐待は6年間続いたが、救ってくれたのは中学2年時の担任教師だった。

近年、虐待の相談対応件数が20万件を超えている。件数の多さに目が向きがちだが、相談しようとする人が増えていることは良いことと捉える。多くの人が、周りに向けてアンテナを立ててほしい。命を落とすこともあるので、迷いなく通報してほしい。子どもは、親に犯罪者になってほしくないと思っている。でも安心安全が第一である。

子どもたちに虐待の定義を教えることは大切である。虐待には身体的虐待、心理的虐待、ネグレクト、性的虐待があり、親であっても暴力はいけない。子どもが耐えがたい苦痛を感じたのなら、それはしつけではなく、虐待である。しつけという名の軽い体罰も、改正児童虐待防止法では禁止されている。

虐待を受けると、子どもたちは、自分を肯定できなくなる。生まれてこなければよかった、誰にも愛されていないのだと思ってしまう。居場所がなく、心が不安定になり、深い悲しみと怒りが内在している状態になる。だから、子どもたちには、自分の気持ち(本音)に気づいてもらい、それを発することで物事が変わっていったり、実現したりして、人生が大きく変わることを知ってもらいたい。

キってしまう人は、自分の感情をうまく認識できず、イライラやムカつきとして捉えてしまい、怒りを怒鳴ることとしてしまっている。実は、怒りは防衛感情である。何が大切なのかを伝えるサインである。FF行動(闘うか、逃げるか)は身を守るための防衛感情で瞬間行動である。やるか・やらないか、言うか・言わないかなど、相手次第で瞬間に決める。イラっとしたときはすぐに決めずに「固まって」ほしい。怒りのホルモンのアドレナリンが出ているときは、深呼吸などそれを鎮める行動をとってほしい。

子どもたちにとって安心安全な場所を増やしてほしい。自分の本音を言うことで人生や状況が変わり、親をも救うことになる。この先、暴力や暴言は必要ない。本音を言ってもいい場所づくりを増やし、すり合わせて支え合っていきたい。

令和6年3月発行

(令和5年度法務省委託事業)

静岡県健康福祉部福祉長寿局地域福祉課人権同和対策室(静岡県人権啓発センター)

〒420-0856 静岡市葵区駿府町1-70 静岡県総合社会福祉会館内

TEL 054-221-3330 FAX 054-221-1948

email jinken@pref.shizuoka.lg.jp

ホームページはこちら ▶

静岡県人権啓発 検索

