

つるし飾りを作ろう！

3月3日のひな祭りに向けて、つるし飾りを作ってみませんか？
地域の方とゆっくり交流しながら、作品作りを楽しみましょう！
皆様のご参加をお待ちしています！



日時 … 1回目 1月14日(土)

2回目 1月28日(土)

3回目 2月18日(土)

いずれも10:00~12:00



※3回のサロンで作品を完成させるので、**原則3回の参加**をお願いいたします！

場所 … 倉吉市人権文化センター

講師 … 中尾 美千代さん



参加費 … 300円(材料代) 第一回サロンの際に持参してください

申し込み… 0858-22-4768 までお電話ください！

※新型コロナウイルスの流行状況や気候の状態によっては事業を延期することもありますので、ご了承ください。

差別落書きを見たら！人権侵害に気づいたら！すぐに知らせてください。

人権侵害や差別落書きは許されない行為です。私たちの故郷、自慢の町を落書きで汚され傷つけられるのはごめんです。みんなで気持ちの良いまちづくりをしていきましょう。

連絡先：倉吉市人権文化センター ☎・FAX (0858) -22-4768



みずな

倉吉市人権文化センターだより

2023年1月1日 発行 No.144号

発行所：倉吉市人権文化センター

住所：倉吉市鍛冶町1丁目2971-2

電話/FAX：0858-22-4768

メールアドレス：jinkenbunka@ncn-k.net



謹賀新年



謹んで新年のおよろこびを申し上げます。

昨年中は、倉吉市人権文化センターの事業及び運営について、ご協力とご支援をいただき、心より感謝申し上げます。

昨年に引き続き、新型コロナウイルス感染拡大の影響のために実施できなかった行事もあり、市民のみならずには大変ご不便をおかけしてしまっているところですが、ご理解の程、よろしくお願いいたします。

倉吉市人権文化センターでは、一人ひとりが安心して、いきいきと暮らすことが出来る社会を目指して、手話教室、外国にルーツをもつ方の日本語学習会、子ども育成事業など様々な取り組みをコロナ禍の中ではありますが、感染対策に十分に気を配りながら学び合いの取り組みを行っています。

また、人権問題の啓発活動、生活・福祉・教育・人権の相談、人権に関するDVDの貸し出しなども行っています。お気軽にご相談ください。

未だ、新型コロナウイルスの収束を見込むことは出来ませんが、その中でも、様々な人権問題を少しずつ、自分の事として考え、誰もが困ったときに声を掛け合えるような地域、社会の実現のために、本年度も様々な事業を計画しております。

また、3月3日はひな祭り、そして全国水平社創立101年を迎えます。今まで部落差別と闘い、素晴らしい文化や歴史を継承して下さった先人方の思いをしっかりと受け継いで、精進して参ります。

お互いが尊重され、認め合える社会の実現のため、一緒に出来ることを考え、行動していきましょう。

本年度も職員一同、よろしくお願いいたします。

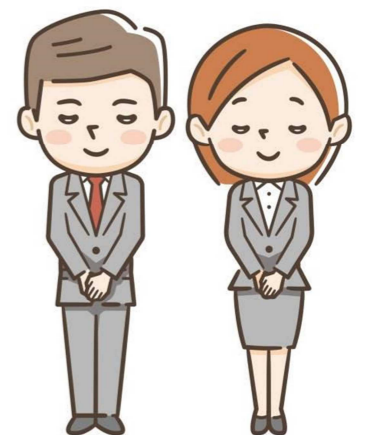
お知らせ

年末年始のため、次の通り人権文化センターを休館します。

12月29日(木) ~ 1月3日(火)まで

1月4日(水)から通常通りの開館となります。

(9:00~17:30)



先月に引き続き精神障がいについてみなさんと一緒に考えていきましょう。

精神疾患は、国民の五大疾患の一つになっています。(2013年に含まれました)

(五大疾患＝がん・脳卒中・急性心筋梗塞・糖尿病・精神疾患)

近年、患者数が増え一生の間に4～5人に一人が精神疾患になっています。私たちの周辺にもたくさんおられ、誰でも発生する可能性があるありふれた病気で、特別視するものではありません。

★原因はー

精神疾患の発病には、

生物的要因(精神疾患の発病による脳機能の障害)、

心理的要因(物事の捉え方や考え方)、

身体的要因(過労による睡眠不足や身体疾患)

社会的要因(人間関係によるストレスや環境の変化)

また、コミュニケーションの苦手や過度の不安による緊張などの生活のしづらさがあり、症状などは一人ひとり違います。

★主な精神疾患ー

総合失調症⇒幻覚・妄想の他意欲や感情が乏しくなる

うつ病⇒ゆうつで落ち込む気分や興味や喜びを感じなくなる

不安障害等⇒人前で行動する場面で強い不安が生じ過度に緊張しパニックが起きる

摂食障害⇒体重や体型について認識の障害により拒食、過食が繰り返される。

★今日的課題ー

最近ではコロナによるストレスや不安により、自殺者も増加しています。予防としては、**早期発見、早期治療が最も重要です。**

(症状)

- 意欲が低下し、以前からの趣味や楽しみにしていたことに興味を示さなくなる。
- 疲れやすく集中力が保てず、人づきあいを避け引きこもりがちになる。
- 入浴や着替えなど清潔を保つことが苦手となる。
- 自分の悪口やうわさ、指図する声等が聞こえる幻聴が多くなる。
- 周囲のことが何でも自分に関係しているように思える関係妄想などがある。

★精神疾患からの回復

まず病的な部分の緩和を図るため治療薬が必要です。同時に病気を引き起こした多様な問題からの回復です。その課程は一人ひとり違いますが、家族や友人、周りの人たちのサポートする人間関係があり、日々の生活に充足感が持てるようになると回復していきます。

周りの人たちの病気に対する理解が重要なのです。

★学校現場での教育が始まりました。

2022年度から高校の学習指導要領が改訂され、学校では保健体育の授業で「精神疾患の予防と回復」を学んでいます。こうした取り組みが広がることで、正しい知識を学ぶ機会がふえ、病気に対する理解が進み相談しやすい場が広がることを願っています。

誰の責任でもはなく、治療や適切な対応・支援で回復できる病気です。

「倉吉市精神障がい者家族会」より

精神疾患は、誰でもなりうる可能性があります。本人の性格や育った環境により発症するものではありません。早期発見や早期治療で回復します。

誰にも相談できず、一人で悩んでいませんか。一緒にわかり合っていきましょう。

心配なことはありませんか？

倉吉市精神障がい者家族会は、精神障がいがある人やその家族で組織され、本人やその家族の人権が守られ、安心してのびのびと暮らせる社会を目指して活動している団体です。毎月一回同じ思いを持つ会員が集まり、悩みや苦しみを共有し、少しでも安心して暮らせるような活動をしています。

- 1 支え合い、わかり合い ⇒ 情報交換
- 2 学び合い ⇒ 研修会、施設見学、交流研修会など
- 3 要望・啓発運動 ⇒ 県市町村への要望。

市民向け 第14回心の健康フォーラムの実施

お問い合わせ 相談窓口 倉吉市精神障がい者家族会事務局

(倉吉市社会福祉協議会地域福祉課) ☎ 0858-23-5600

「発達障害」の子 8.8% 4割は支援受けず

(2022年12月14日付け朝日新聞記事より)

発達障がいとは・・・

「学習障害」・・・生まれつきの脳の働き方に起因するといわれ、読み、書き、計算など特定の学習に困難が認められる。

「注意欠如・多動性」・・・落ち着きがない、注意が持続しない

「自閉症」・・・言葉や表情などの用いてのやりとりや相手の気持ちを読み取るコミュニケーションが苦手であまり伝わらない

全国の通常学級に通う児童生徒の8.8%に発達障害がある可能性が文部科学省の調査で分かりました。35人学級であれば1クラス3人程度いることとなります。このうち4割強は授業中に丁寧な配慮・支援を受けていませんでした。調査は10年ごとに行われ、2022年1月～2月に実施したところ、10年前の2012年度より6.5%増えました。

その理由は、前回より教員や保護者の理解が進み、見過ごしていた子どもに気づき増加につながったともいえます。保護者からは、個々の児童生徒の特性に応じた支援を求める声が上がっており一方では、そうした子どもたちを支援するには、教員の専門性も人数も圧倒的に足りない。教員の育成も含めて根本的な改革が必要だと話す教員もいます。身近な問題として考えてみましょう。

さまざまな人権課題が多岐にわたり存在しており、何をどう学べばいいのか戸惑うこともあります。倉吉市人権文化センターでは、みなさんが安心して暮らしていける地域づくりの一つとしてこれからも啓発をしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。