

はじめに

この冊子は、令和4年度と令和5年度に高知新聞に掲載した人権啓発コラム14回分と、令和5年度発行の季刊誌「こころんだより」の特集1（取組紹介やお知らせ）及び特集2（取材記事）を掲載したものです。

さまざまな人権問題について考えるための資料として、ぜひ、多くのみなさまに活用していただきたいと願っております。

令和6年 6月

公益財団法人 高知県人権啓発センター

理事長 山 本 治

目次

(令和4年 6月27日掲載) 差別問題に「中立」はない	松村 元樹	4
(令和4年 7月21日掲載) 生まれつき「悪い子」はいない	山脇 文子	6
(令和4年 8月27日掲載) 安心と未来への希望求めて	入交 智子	8
(令和4年 9月24日掲載) 共に生きる社会の実現へ	田沼 順子	10
(令和4年10月28日掲載) 共に笑える日本に	にしゃんた	12
(令和4年11月27日掲載) 犯罪被害者等の人権を守る	大岡 由佳	14
(令和4年12月23日掲載) インクルーシブ教育を考える	坂井 聡	16
(令和5年 6月24日掲載) 差別の現実 どこにある?	奥田 均	18
(令和5年 7月12日掲載) 無意識に潜む思い込み	バイオレット・パチレオ	20
(令和5年 8月17日掲載) やさしい日本語で包括的な社会を	尾崎 裕子	22
(令和5年 9月20日掲載) 言葉は正しさより優しさ	スマイリーキクチ	24
(令和5年10月25日掲載) 共に暮らし育む共感の日々	星野 ルネ	26
(令和5年11月23日掲載) 子どもの表現受け止めて	土居 寿美子	28
(令和5年12月20日掲載) 「分からない」を受け入れる	村山 綾	30

◆こころんだより特集1・2

令和4年度高知県人権に関する県民意識調査の結果について	32
高知と世界をつなぐ架け橋に ～国際交流員の活躍と多文化共生～	34
知らん間に、当たり前になっちゃあせん? ～ヤングケアラーとその家族を支える社会を目指して～	36
人にやさしく災害にも強い町へ ～黒潮町・防災によるまちづくり～	38
「人生会議」してみませんか? ～最期まで自分らしく生きるために～	40
広がる、フードドライブ ～食品ロスをなくし、困窮者支援につなげる～	42
防ごう! サイバー犯罪 ～子どもや高齢者をネットトラブルから守る～	44
ひとり親家庭を社会で支える ～困った時のワンストップ相談窓口～	46

※執筆者のプロフィールについては、掲載当時のまま記載しています。

(令和4年6月27日掲載)

差別問題に「中立」はない



松村 元樹 (まつむら・もとき)

反差別・人権研究所みえ常務理事兼事務局長。1981年、三重県伊賀市生まれ。旧伊賀町職員を経て、2005年に財団法人「反差別・人権研究所みえ」(現在は公益財団法人)の研究員に就任。2017年から常務理事兼事務局長。一般社団法人「部落解放・人権研究所」の理事なども務めるほか、インターネットによる差別や人権侵害などについて執筆・講演活動中。

差別問題に関して「特権」という概念があります。上智大学の出口真紀子教授(文化心理学)が日本の第一人者です。

「特権」についての私の解釈は「努力せず偶然に得た属性が社会的多数派(日本人、健常者、異性愛者、そして被差別部落にルーツのない人たち等)であることによって、特定の社会で自動的に得られる、あらゆる優位性や恩恵」です。

まず、次の7項目に幼少期のご自身が該当するかどうかチェックしてみてください。

- ①両親が離婚をしていないなど、経済面で「安定」した環境で育った
- ②学習塾に通っていた、通おうと思えば通えた
- ③高校や大学の学費は保護者が全額負担してくれた
- ④経済的な理由で家に食べ物がなかったことがなかった
- ⑤ガスや水道・電気を止められたことがなかった
- ⑥家族から虐待を受けたことがなかった
- ⑦ヤングケアラーではなかった

この7項目が全て該当する方(以下「該当者」という)は、ご自身が何か努力して得たものではなく、該当しなかった方(以下「非該当者」という)は何か努力をしなかったことで得られなかったわけではありません。

しかし、両者には間違いなくスタートラインに差が生じます。

該当者は優位な位置から、非該当者は該当者よりも後方で不利な位置からスタートを強

いられます。そして、該当者がわずかな努力で達成できることを、非該当者は何倍も努力しないと達成できないという不平等を生み出します。

該当者は、こうした「特権」に気づきにくく、自己責任論や少数派の声を「偏っている」と処理する多数派は、大抵が「特権」に無自覚です。この社会は、社会的多数派に優位に傾いています。

部落問題で特権を考えてみると、①被差別部落の出身ではない（以下「非出身」という）ことを誰かにカミングアウトをする必要がない②非出身を理由に偏見・ステレオタイプで見られない③非出身を理由に差別を受けない④非出身であることを子や孫に伝える必要がない—などです。

スタートラインの違いだけでなく、人生のさまざまな場面で社会的少数派は、壁にぶつかるため、乗り越えたり迂回したりしないといけないう状況に置かれていますが、社会的多数派は壁のない最短ルートを進めるということです。

この社会には「努力せずとも多くの『特別な支援や配慮』が既に用意されている人たちと、前者に既に用意されていることにより、いまだ用意されていない人たちが社会的に存在させられている」ということです。

「自分は差別をしていないから関係ない」「寝た子を起こさない方がよい」などは、今ある差別に何もしないという点で「現存する差別を肯定してしまう」結果を生むだけでなく、「差別を受けている・受ける可能性のある被差別の側の人たちに、差別問題解消の責任まで押し付けてしまう」という「加害性」をも生み出します。

能動的に知識や認識を身に付けることを放棄し、被差別当事者に被差別体験を語らせることを前提にはいけません。

「無関心」でいられても、「無関係」ではいけないのが人権問題です。社会的多数派が社会的多数派を教育することが差別問題の基礎・基本です。知識は常にアップデートし、インプットした知識や認識を身近な人にアウトプットしたり、交流サイト（SNS）などを含めて発信したりするなど、今から始められることはたくさんあります。

差別問題に中立はありません。私たちは常に差別を「残す」側か、「なくす」側かを問われています。

(令和4年7月21日掲載)

生まれつき「悪い子」はいない



山脇 文子 (やまわき・ふみこ)

キャリアコンサルタント・公認心理師。人と心のコンサルティング「トラスティ」代表。1児の母。太平洋学園高校評議委員。国家資格のキャリアコンサルタント、公認心理師などを生かし、企業のパワハラやメンタルヘルス対策・経営後継者や管理職育成・健康経営支援など、個人では、仕事と家庭の両立・不登校・ひきこもり・メンタルなど多様な相談に応じる。県と高知市が共同設置している「ひとり親家庭支援センター」(高知市)にも相談員として勤務。

子どもは、真っ白。生まれつき「悪い子」はいない。というのが私の信念です。では、そもそも私たちはどういう子を「悪い子」と思うのでしょうか？

例えば、集団行動ができない。周りの子をたたいたり、かんしゃくを起こして暴れるなど他人に危害を加えたり、迷惑をかける。朝起きなくて、学校に遅刻したり休んだりする。勉強しなくて成績が悪い。夜徘徊^{はいかい}したり非行行動をする。親の言うことをきかない。親の望む進路に進まない。世間的に恥ずかしいと感じる子である。

どうでしょう？後半になってくるとだんだん、「悪い子」なのか、「親の言いなりにならない子」なのか、分からないですね。子どもは親と全く違う「一人の人間」です。全てにおいて親の思い通りにしようとすることは、子どもへの人権侵害ともいえます。

また、前半については、暴力行為・物をとるなど非行行動をすると「悪い子」と、つい思ってしまいますが、生まれつき悪い子はいません。被害は防ぎつつも、何かしらの事情があって、そういう行動に表れている。という視点を持ちたいものです。子どもの性格や行動を決めるのは、環境と脳の構造など生まれつきの特性です。

環境というと「親の育て方」が悪いという方もいますが、子どもを取り巻く環境は親だけではありません。祖父母・親戚・近所の人・友達・保育園や幼稚園、一時預かり保育の先生・学校や児童クラブの先生・行政職員や福祉の専門家・医師など医療機関の職員…その他もろもろ。子どもに関わる人は数限りなくいます。

もちろん子どもにとって、親の関わりが非常に大きいことは間違いありませんが、子どもは地域の宝であり、大人になれば地域社会を担う人です。超少子高齢化で労働人口が激減していく日本において、より一層大事な子どもの育成を、親だけに丸投げして、十分な

育成ができなかった場合に、それを親のせいにして責めたり、「自己責任」で片付けたりしていいのでしょうか。

親も人間です。親自身が特性を持っていて子どもとの関わりが上手でない場合もありますし、経済・仕事・日常生活で手いっぱい、子どもにきちんと関わる余裕がない場合もあります。心や体の具合が悪くて適切な養育ができない場合もあります。

また、生まれつきの問題では、子どもに発達障害や知的障害、持病があるかもしれません。発達障害などに関しては、見た目では分からず、重度でなく診断が下りていない子であっても、困難を抱えて苦しい思いをしている子どもは少なからずいます。

子どもは周りの方の関わり方一つで良くも悪くも驚くほど変わります。親が手いっぱいな時は、一層、学校や発達支援の専門家などの寄り添った関わりが必要です。日本もそういう方針にはなってきていますが、実際のところ、必要な親子に支援が十分届いているとは言えない状況です。

子どもたちを育てるのは周りの大人、地域社会です。ぜひ子どもにも、保護者にも優しい視線を送り、積極的に温かい関わりをしてほしいです。

そして、子どもたちも親御さんも、つらい時やいろんなことがうまくできない時には、「誰かに助けを求める勇気」を出してほしいです。遠慮はいりません。長い人生お互いさまです。もし、どうしても申し訳ないと思ってしまうなら、困難を乗り越えた後に、お世話になった人の、もしくは自分と同じように困っている人の力になりましょう。そうやって恩送りの精神で温かい高知家をつくっていけば、私たちも子どもたちの未来も明るいはずですよ。



高知市内の中学校で開いたキャリア講話

(令和4年8月27日掲載)

安心と未来への希望求めて



入交 智子 (いりまじり・ともこ)

「すずめ家族の会」会長。1960年、高知市生まれ。長女が2005年4月からすずめ共同作業所、現在はすずめ旭天神センターに通所中。「すずめ家族の会」は社会福祉法人「すずめ福祉会」が運営する施設(すずめ共同作業所、すずめ通所センター、すずめ旭天神センター)の利用者とその家族約160人で構成される。2015年4月から会長を務め、バザーや研修会の開催、会報誌の発行などの活動をしている。防災士。

すずめ共同作業所は、年齢も障害もさまざまな方が利用している多機能型の通所施設です。作業所が立つ高知市丸池町は、近いうちに必ず発生するとされている南海トラフ巨大地震により、30～40分後には最大浸水深2～3mの津波が到来。液状化による道路の寸断なども想定されている地域です。

特に津波は海からだけでなく、江ノ口川、丸池川、国分川などの河川遡上によるダブルでの被害を受けることが想定されています。津波から避難するためには、平屋である作業所から一定の高さのある場所まで、全員が限られたわずかな時間内で移動しなければなりません。そのための避難訓練を毎月1回行っていました。

そんな訓練を続ける中、防災士で一般社団法人「福祉防災コミュニティ協会」認定の福祉防災上級コーチでもあり、特別支援学校や福祉施設などで支援を行っている湯井恵美子先生と出会いました。

先生からの助言により、緊急時に利用者のできること、できないこと、1人ではできないけど手伝ってもらったらできそうなこと(例えば1人で歩けるが階段は上がれない、でも肩を支えてもらったら上がれるなど)を整理していきました。

整理していく中、「手伝ってもらったら」の部分を「職員」だけでなく「地域の方々」にも一緒に手伝ってもらうことができないだろうか? どうしたらそれができるだろうか?と考えました。それが「すずめ共同作業所SOSカード」です。

初めてカードを目にする人が目的や内容を一目で把握できないといけません。そのため、地域の皆さんにも運動会やお祭り会場でカードを見てもらい、意見を頂きました。

カードの内容を必要最小限に絞り込み、文字も大きく分かりやすくなるよう工夫を重ね、

湯井先生や施設、行政の担当の方々はもちろん、下知地区減災連絡会を中心とした地域の皆さんら、多くの方々の知恵と力を頂きながらようやく形にすることができました。

今はまだスタートラインに立った状態です。災害の発生前に少しでも多くの人に知ってもらい、助かる人が増えてほしいと願っています。何でも自分一人ですることができるようになってもいい。できないことをできないと周囲に認識してもらい、助けてもらうことも大切だと思います。

そして私たち障害者とその家族はただ守ってもらう存在だけではなく、もっと主体的に自分たちを守るために動くことができるのではないかと。そして地域防災に貢献できる存在にもなり得るのではないかと気づきました。

これからは、支援する側・支援を受ける側という区別をせず、皆が主体的に防災に取り組むことが重要だと考えます。すずめ共同作業所は現在建て替え工事中で、完成すれば利用者はもちろん、地域の皆さんにも利用していただける、新たな避難場所として生まれ変わる予定です。

今回紹介したSOSカードは、利用者も職員も「全員」が、「確実に」安全な場所へ安全な方法で行くことを目的としています。つまり「命を守る」ことを第1の目的としています。

災害の発生から命を守る、命をつなぐことはもちろん大切です。でも、災害はいつ起こるか分からない。「いつ起こってもみんな助かる」「自分も助けてもらえる、きっと大丈夫！」みんながそう思えるような、未来に希望が持てる日々の暮らしをつくるのが大切だと思います。

防災とは、今、安心して豊かな気持ちで暮らすことができるようにすることも含まれるのではないのでしょうか。



すずめ共同作業所の避難訓練の様子



地域の人の意見も参考に作った「SOSカード」

(令和4年9月24日掲載)

共に生きる社会の実現へ



田沼 順子 (たぬま・じゅんこ)

国立国際医療研究センターエイズ治療・研究開発センター医療情報室長。東北大学医学部卒、同大学院博士課程修了。2014～2016年、米ハーバード大学公衆衛生大学院客員研究員。長年エイズウイルス(HIV)の診療や研究に従事し、国連合同エイズ計画との連携や薬害エイズ被害者への救済事業に携わる。

私の働くエイズ治療・研究開発センターは、今年で設立25周年を迎えます。エイズウイルス(HIV)感染症は、1980年代は治療法がありませんでしたが、1990年代後半に治療法が確立し、感染していない人と同じく長生きができるようになりました。

さらに、血中のウイルスの量を低く抑えることで性行為の相手への感染リスクまでゼロになり、性行為も含めた日常生活上の制限がなくなったのです。今では2030年までのエイズ流行終結と、感染者に対する差別根絶が、世界共通の目標として掲げられています。しかし、そのような治療上の進歩はあまり知られておらず、HIV感染症に対する偏見も払拭されずにいることをもどかしく思うこともしばしばです。

■根深い差別

そもそも普通に生活している上で、相手にHIVを感染させるリスクは全くありませんが、感染者に対する差別は続いています。家族や友人に病気を伝えられず、一人悩み苦しんでおられる方や、就職などで根拠のない差別を受けられる方も多数いらっしゃいます。

2020年前半に新型コロナウイルス感染症の世界的流行が始まった時、まるで1990年代のエイズ流行初期を見ているようだと、当時を振り返る方がいました。二つのウイルスは全く感染経路が異なりますが、感染者に対する社会的差別という共通の問題が発生しました。感染症対策においては、感染した個人に罪はなく、むしろ支援の対象者であるという視点を持つことが重要です。

さらに切実かつ複雑なのが医療機関による差別です。2020年の厚生労働省研究班の調査によると、首都圏の医師の約半数が勤務先の医療機関でHIV感染者の受け入れができない

と回答していました。感染者は、差別により医療を受ける機会が著しく損なわれているのです。

標準的な感染予防策を行っている限り、医療や介護の現場でHIVに感染する可能性はほぼありません。感染者も徐々に高齢化しており、複数の医療機関や介護施設が連携してケアに当たる場面が増えています。医療や介護の専門家こそ、正しい医学的知識を身に付け、感染者に対する差別を根絶しなければなりません。

■人権を守る戦い

HIV対策の歴史は、人権を守る戦いの歴史でもあります。抗HIV薬は大変高額ですが、貧しい国にも治療が行き渡るよう2000年代前半から世界的な仕組み作りが行われました。

安い薬が作られるようになり、資金調達の仕組みも多数作られました。これらは日本が率先して取り組んでいる新型コロナウイルスワクチンの公平な分配に関する国際連携にとっても良い影響を与えています。

また、HIVに感染した当事者や市民の声を、実際の政策に生かす取り組みも早くから行われてきました。患者さんの人権を尊重し、患者さんが専門家とともに未来の医療をつくる、その精神がとても大切にされてきた領域なのです。

国連は、まだエイズ対策にはさまざまな格差があり、新型コロナウイルス感染症の流行でその格差がより鮮明になっていると指摘しています。治療法が確立されウイルスそのものを制御することは可能になりましたが、社会問題としてのHIV感染症との戦いは続いているのです。

一人一人が正しい知識と思いやりを持ち、HIV感染者と共に生きる社会を実現することが必要です。

(令和4年10月28日掲載)

共に笑える日本に



にしゃんた

羽衣国際大学現代社会学部教授。1969年、スリランカ生まれ。7万円と片道切符を手に来日し、現在はタレント、羽衣国際大学教授のほか、落語家、随筆家、講演家、空手家、子育て中の父親など多くの顔を持つ。多様性の語り部(ダイバーシティスピーカー)として、全国各地で多文化共生や人権などをテーマに講演活動も行っている。

「外国人との共生」は、日本において古くて新しいテーマだ。私が来た35年前は、この国はバブル経済の真ただ中だった。この国で当時「国際」がはやっていた。外国人がさほど住んでいなかった、私が住んでいた地域ですら週末にもなると、あちこちで国際交流パーティーが開かれていた。今思えば、当時の日本は金銭的にも精神的にも余裕があって、「国際」という言葉は楽しく集うための便利な言葉だったに違いない。

ただ、こうしたパーティーに、全ての外国人が招かれていたわけではない。集まったのは、留学生を中心とした来日間もない者だけ。いわゆる「オールドカマー」と呼ばれる、戦前から日本に住んでいる人たちや、その子孫の姿はなかった。オールドカマーと出会った場所は、人権イベントだった。「国際」の場の外国人は笑っていたが、人権集会にいる外国人は悲しそうだった。

この経験は、私にとって日本社会で外国人を取り巻くダブルスタンダードのようなものを感じた瞬間だった。華やかで楽しい国際交流パーティーの時間は、非日常的なまやかしてはないか、と思えるまでさほど時間がかからなかった。私のちょっとした気づきはあながち間違いではなかった。

日本にも「外国人差別」や「人種差別」などという言葉はあるが、この短い在日期间私なども、それらを一通り経験しているに違いない。入居拒否されたり、乗車拒否されたり、デバ地下で試食を拒否されたことさえある。人間として見てもらえないことで心に深く傷を負うと同時に、日本社会で外国人との共生を妨げている心の壁を痛感した。

中には、私が経済学博士号をもって大学教授になっている姿を見てうらやむ人がいるが、その点について個人的には全く違う評価をしている。仕方がなく今の生き方をしていると

いうのが答えだ。

私は大学卒業を控え就職活動をしたが、その時思い出したのは、来日早々に温かく受け入れてもらった「国際」だった。国際と名の付く組織の一覧表を作って片っ端から接触した私が、そこで初めて聞く日本語、「国籍条項」と出くわしたのだ。

日本国籍がないと国際機関に就職できない、「日本国籍限定の国際」はジョークにすら思えた。それは日本の社会にある制度の壁を身に染みて感じた瞬間でもあった。これは過去の話ではなく、国際性を自慢する私が住む街には、今でも消防団員や民生委員になるための資格として国籍条項が残っている。

日本においての外国人との共生はもはや現実的な問題だ。受け入れ態勢が整っていない現状を鑑みると、私は移民受け入れに慎重だ。ただ、日本政府や経済界が中心となって外国人の受け入れを確実に進めている。社会の構成員として、2人に1人が男女のいずれかであると同じように、決まった割合の障がい者がいるのと同じように、当たり前外国出身者がいる景色は今後ますます進むことになる。

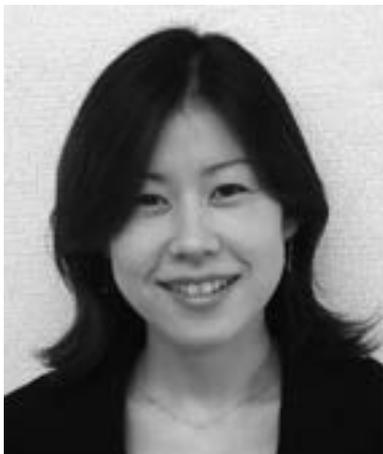
日本社会で外国人住民が増えることが決まっているが、問題はわれわれがどう生きるかだ。現状は外国人の友達がいる、助け合い、学び合い、楽しんでいるような日本人は一握りしかない。海外に出掛けるとなると金も時間もかかるが、隣に外国人が来てくれると思うと、ありがたい話に思えなくもない。おのおのの幸せや成長のためにも、日本のさらなる繁栄のためにも、社会に存在している人権侵害をもたらす心や制度の壁を互いに乗り越えながら、共に笑える日々を目指すしかない。



講演活動はライフワーク

(令和4年11月27日掲載)

犯罪被害者等の人権を守る



大岡 由佳 (おおおか・ゆうか)

武庫川女子大学准教授。2010年より現職。2016年に犯罪被害者支援の現場と専門職集団により団体「くらしえん」を設立、兵庫県地域安全まちづくり推進審議会委員のほか、警察庁・交通事故被害者サポート事業検討会などの委員を務める。一般社団法人TICC(トラウマインフォームドケア&コミュニティ事業)の共同代表。

日本では被害者は国から手厚い補償があると思いませんか？

裁判所は加害者を処罰して、被害者の無念を晴らしてくれる場所と思いませんか？
あなたやあなたの家族は犯罪の被害に遭わないと思いませんか？

これらの質問は、2022年3月に再結成した「新あすの会」(新全国犯罪被害者の会)の前身「あすの会」から、チラシで市民に投げかけたものですが、これらはとんでもない“錯覚”だったとしています。

「犯罪被害者等」とは、犯罪等により害を被った者およびその家族または遺族を指すとされます。具体的には、刑法犯に当たる凶悪犯(殺人・強盗、強制性交等罪、放火等)、粗暴犯(暴行・傷害等)、窃盗や、近年では、DV(ドメスティックバイオレンス)や児童虐待を受けた方も、被害者として捉えられるようになっていきます。2021年の高知県の刑法犯だけで2859件に上ります。支援現場の相談件数は減ることはありません。今まで潜在化してきた性犯罪・性暴力などに至っては相談が増える一方です。

犯罪被害者等になると、その日を境に生活が一転します。司法の問題に加え、生活、住宅、就労・学校、精神的な問題などが急に押し寄せてきます。心の準備がない中で起こるため、心のけが(トラウマ)となりやすいです。

被害者からは「事件が起きると、最初は加害者が悪く言われるが、いつしか風向きが変わり被害者も悪く言われるので、つらい思いをする」「加害者が守られ、被害者が困る、今の社会はおかしいと思います」といった悲痛な被害者の声が多数届いています。

前身「あすの会」の署名活動等によって、2004年に犯罪被害者等基本法が成立しています。

近年、地方公共団体における犯罪被害者等に特化した支援条例もでき、民間団体の支援も活発化しています。2019年に全市区町村に「犯罪被害者等のための総合的対応窓口」が設置され、高知県も100%市町村に窓口ができました。しかし、それらの窓口は市民に広く知られていません。

犯罪被害者が、被害者参加制度という形で裁判に関与できるようになったのはつい最近のことです。今まで、人権を守ってくれるはずの裁判所で犯罪被害者は蚊帳の外に置かれてきたのです。ようやく、犯罪被害者の人権を守る制度に切り替わりましたが、いまだに課題は山積しています。

具体的には、加害者から賠償金はほとんど支払われておらず、国から犯罪被害給付金の対象になったとしても十分な額は支給されません。被害現場が自宅で起こった場合の住宅転居費や、生活費、医療・介護費、育児介護や子どもの学習支援等、さまざまな生活課題への手当ては整っていません。

地方公共団体で条例をつくって見舞金制度等で対応しようとするところもありますが、額やサービスは限られ、地域格差があります。高知県では、2020年に県の犯罪被害者等支援条例が施行されましたが、条例がある市町村は34分の4（11.8%）にとどまり、見舞金・貸付金制度がある市町村は皆無です。

二次被害という言葉があります。二次被害とは、「犯罪の結果としての被害に付随してもたらされる追加的苦痛」を指します。周囲の無関心や無知により、犯罪被害者は数えきれない二次被害を受けると言います。被害者問題は、明日のわが身です。犯罪被害者等の苦悩を想像する力と、腫れ物に触ったかのような関わり方ではない、親身になったサポートが求められています。

(令和4年12月23日掲載)

インクルーシブ教育を考える



坂井 聡 (さかい・さとし)

香川大学教育学部教授。1962年、京都府生まれ。専門は障害児の教育方法やコミュニケーション指導。香川大学教育学部附属坂出小学校校長と幼稚園園長、同大学バリアフリー支援室室長も併任し、教育現場に身を置きつつ実践的な研究を進めている。言語聴覚士、公認心理師。

2022年9月9日、国連から「障害者の権利に関する条約」に関する審査を受けての勧告が出されました。勧告には「インクルーシブ教育の権利を保障すべき」との記述があります。

国連教育科学文化機関（ユネスコ）の「インクルージョンへのガイドライン（2005）」を参考にすると、インクルーシブ教育は「教育における排除をなくし、学習活動への参加を平等に保障するための改革プロセス」と言うことができます。それは障害のある人だけを念頭に置くものでも、単純に特別支援学校をなくすということでもありません。性的マイノリティーの子ども、外国にルーツのある子ども、貧困等の問題を抱える子どもが在籍している学校のカリキュラムや指導法、施設のあり方を問い直すものです。

このプロセス実行のためには、多様な子どもが在籍していることを前提とした学校になっているかを問う必要があります。校内環境は多様な子どもがいることを前提としているか。カリキュラムはどうかといったことです。

そして、ここで意識しなければならないのは「私がいる学校は、主流と言われている人たちだけを対象とした学校になっていないか」と問うことです。そのような学校は、主流でない人たちにとっては公正な場とは言えないからです。学校は、そこに在籍する全ての子どもたちが、平等に教育を受ける権利を保障される場所であるということを再度確認する必要があるでしょう。

私は約20年間、特別支援学校の教員をしていました。その間、ここに在籍する子どもについて、ここで学ぶのは当たり前とっていました。それは「障害のある子どもは別の場所で学ぶのがよい」と勝手に思っていたからです。

中学校の時、同級生が年度の途中で急にいなくなったことがありました。その時の説明が「〇〇さんには障害があったので養護学校に転校しました」というものだったと思います。子ども心に、障害のある人は養護学校（特別支援学校）へ行くのが当たり前だと学んだのです。ここで学んだことはずっと大人になっても生きており、その結果、障害のある子どもは特別支援学校で学ぶのが当然と勝手に考え、何の疑問も持たなくなっていたということです。

しかし、これは安易な排除につながる可能性もあります。地域の学校に障害のある子どもがいないということが前提となっていれば、障害のある子どもは、別の場で学ぶのが当たり前というメッセージになっている可能性があるからです。

その延長線上に、障害のある子どもや保護者は学びの場を選択できる余地はなく、特定の場を選ばざるを得ない状況があるのだと思います。特別支援学校があることが問題なのではなく、学校を選べない現実があるならそれが問題なのです。

冒頭でインクルーシブ教育はプロセスであると述べました。国連の勧告を受けて私たちができることは、特別支援教育やインクルーシブ教育についていろいろな場で議論することだと思います。

よりよい学校教育をつくるためのプロセスであると考え、個人でもできることがあるはずです。それが、考え、議論することです。まず一人一人が考え、学校教育のあり方を議論することから始めてみようではありませんか。

(令和5年6月24日掲載)

差別の現実 どこにある？



奥田 均 (おくだ・ひとし)

近畿大学名誉教授。関西大学文学部教育学科卒業。関西外国語大学助教授、近畿大学人権問題研究所教授などを経て、2021年4月より近畿大学名誉教授。博士（社会学）。現在、差別の法規制問題に取り組んでいる。著書に『差別のカラクリ』『見なされる差別』『「人権の世間」をつくる』『部落差別解消推進法を学ぶ』など（いずれも解放出版社）。

差別の現実には「被差別の現実」と「加差別の現実」の両面から成り立っている。そんな当たり前のことを学生たちに教えられたことがある。

大学教員になって間もないころのことである。「人権論」の講義で「部落差別の現実は今」というテーマで、部落の当事者のつらかった体験談や厳しい生活実態の調査結果を地元大阪の資料で伝えた。ところが受講生の反応はいま一つ。「未知との遭遇」のような雰囲気漂い、中には、「先生、大阪って大変ですね。まだそんな部落差別があつて…」との感想を漏らす学生さえいた。

他県の資料を用いて講義を進めても反応は変わらず、私は苦肉の策として「部落差別の現実についてレポートを作成してくるよう」にという課題を投げ返した。作成方法がわからないという学生には、「友人や家族など自分の周囲の人と一度ゆっくり部落問題について話をし、その内容、自分の感想を書いてみる」ように提案した。

ある受講生は、レポート作成のために大学近くの喫茶店で友人に部落問題について話を聞こうとしたという。ところが話し始めたところに友人が急に声を静めて「お前、こんなところでそんな話するなよ。間違われたらどうするんや」と話を抑えにかかった。

その友人が言うには、喫茶店というような公衆の場で「同和」とか「部落」という言葉を出して話していると自分たちも部落出身者だと見なされるかもしれない。そんなことになったら大変だからというのである。

「先生、これって部落差別の現実ですよ。部落問題って喫茶店で普通に話題に上らせることすら避けた方がよいという取り扱いをされていること自体、差別ですよ」と書いてきた。

また別の学生は母親と部落問題について話をしようとしたとき、「そんな問題には深く関わらないように」ときつくくぎを刺されたという。レポートには、「部落問題に関心を持つなどという母の態度、これって差別の現実ですよ」とつづられていた。

同様の多くのレポートを見て、ハッと気づかされた。私は「部落差別の現実」を部落の人々が被っている「被差別の現実」にだけ焦点をあてて伝えようとしていたのだった。おそらくそれが受講生たちには自分とは別世界のリアリティーを欠くものとして映ったのだろう。

これに対して、受講生たちが発見してきた部落差別の現実には、例えば喫茶店での友人の対応や家での母親の反応など、「部落の外」での「部落出身者が登場していない」部落差別の現実だった。さしずめそれは部落差別の「加差別の現実」と言えよう。

「加差別の現実」の発見と自覚は、「女性差別の現実」が男性の日常生活の中にあり、「障害者差別の現実」が健常者中心の日々の営みの中にあることにも気づかせてくれる。差別の現実には私たちがごくありふれた日常の中に潜んでいる。差別問題の解決とはこの「被差別・加差別両面の現実」の解消であることがそこからは見えてくる。差別の現実に関係のない人などいない。

(令和5年7月12日掲載)

無意識に潜む思い込み



バイオレット・パチレオ (VIOLET・PACILEO)

アンコンシャスバイアストレーナー。英アストン大学国際ビジネス経済学部卒。日本の株式市場や香港のヘッジファンドで勤務後、2020年に大豊町に移住し「クロスフィットおおとよストレングス」新設。NHKワールドリポーター、大豊町商工会女性部副部長、「VP Advisors」代表取締役、「ストラテジックキャピタル」社外取締役。

「この外国人著者は日本語が上手」と思った方が、いらっしゃるかもしれません。

15年ほど前、東京で日本株式運用部のファンドマネジャーを務めていた頃、同じく日本で育ったハーフの同僚と投資先を訪問した際に、名前がカタカナなのか漢字なのかで、相手の態度がガラッと変わる（無意識のうちに見た目や名前で判断される）ことは日常茶飯事でした。

この「無意識の思い込み（アンコンシャス・バイアス）」は、全ての人が持っています。人間は自分の身を守るために体や感情で体験した情報を脳に蓄積し、素早く反応ができるようにしています。言い換えると、反射能力です。

例えば、ピンクを女の子が好んでいるのを見て育つと、「ピンク＝女の子の色」と脳が直感的に判断します。実は、ピンクは1900年頃まで欧州では貴族が男の赤ちゃんに着せる色でした。1940年代に経済不況が続いた米国で、デパートが消費者にもっと子供服を買わせようと考えた結果、マーケティング戦略を打ちました。「赤ちゃんが生まれたらプレゼントをしよう！女の子にはピンク、男の子には青！」。これが日本にも渡り、固定観念が広まったと思われます。

アンコンシャス・バイアスのうち、「ピンクは女の子」「○○だから、△△だ」という直感的判断は「ステレオタイプ・バイアス」といいます。

1970年、米国5大オーケストラの女性演奏者比率は5%以下でした。1980年代にかけて入団審査で演奏者の姿が分からないようにカーテンを導入すると、女性演奏者の審査通過率が増加。差別の意識がなくとも、力のある女性の応募者がはじかれていたことが発覚しました。その後は性別の固定観念に左右されず優秀な演奏者を採用できるようにな

り、オーケストラの質も向上したそうです。

専門家や権威のある人に言われると深く考えずに信用してしまうのが「権威バイアス」です。アシスタントの指摘を聞かずに会計事務所の提出した決算内容を信頼しそのまま通してしまうケースのように、無意識の権威バイアスが働き、費用や時間を無駄にして見直す機会を失ってしまった事例もあります。また、社長や取締役の経営方針に対して誰も疑問を口にせず、会社の経営が悪化するケースもよく見られます。

変化を避けてしまう「現状維持バイアス」では、会社で新しいシステムがなかなか導入されない、などの事例が挙げられます。失敗を避けたい心理作用、慣れているものを好む傾向、過去の成功体験を引きずるなどさまざまな無意識が働いているかもしれません。人間は本質的に変化やリスクを避け、自分の心地良い場所から動きたがらず、自分の身を守ろうとする特性、不合理的な理由を探してでも、無意識のうちに現状を維持しようとする性質を持っています。

その他、命に関わると言われる「集団同調性バイアス」、自分自身に制限をかけてしまう「インポスター症候群」など、バイアス用語は200以上あると言われています。

大切なのは、客観的な視点でものを見ることです。自分のバイアスに気がつくことは簡単なことではありません。まずは、多様な属性と触れ、いろいろな経験をするのが大切です。日本は今後、ダイバーシティー（多様性）を受け入れないと経済が成長しないと言われています。次世代のリーダーは子供たちです。小さな頃からたくさんの経験をさせてあげるよう心がけてほしいと思います。



gstudioimagen, Freepik.com

(令和5年8月17日掲載)

やさしい日本語で包括的な社会を



尾崎 裕子 (おざき・ひろこ)

高知県文化国際課・日本語教育総括コーディネーター。1960年、高知市生まれ。東京外国語大学インド・パキスタン語学科卒。オーストラリア国立大学アジア研究科修士課程修了。1980年代より日本語教育に従事。1997年から2021年まで国際交流基金派遣専門家としてオセアニア、アジア、欧州など7カ国で日本語教育に携わる。2022年より現職。

私は2022年4月から、県日本語教育総括コーディネーターとして活動しています。少子高齢化が進む高知県では、近年外国籍の住民が増加し、今や特産のハウス野菜作りも、カツオ漁も、外国人労働者なしには成り立たなくなっています。

高知県の外国籍住民の数は全国の中では少ないほうですが、それでも2022年6月には5000人を超えました。しかし、技能実習生などの形で就労している外国人のほとんどが地域の日本人コミュニティと接点がなく、外国人は日本人から見えない存在となっています。「外国人と日本人の共生」や「地域日本語教室での住民の交流や居場所づくり」は、多くの一般市民にとってまだまだ「他人ごと」というのが実情だと思います。

2019年、国は日本語教育推進法を策定し、地域日本語教育の体制づくりは都道府県の責務となりました。これを受けて、県では2021年度に「日本語教育の推進に関する基本的な方針」を策定し、2022年度から県内の地域日本語教室の拡充に本格的に取り組み始めました。外国籍住民の多い市町村と県、県国際交流協会、日本語ボランティア団体など関係団体や人をつないで、新しい地域日本語教室を開設したり、既存の教室の円滑な運営、活動の支援をしたりするのが私の仕事です。

2023年6月現在、県内10市町村に地域日本語教室があり、地域の外国人と日本人ボランティアが集まって、交流したり、外国人の日本語学習を支援したりしています。そこで使われるのが「やさしい日本語」です。

「やさしい日本語」は、元々1995年の阪神淡路大震災で外国人が多く被災したことから、多様な言語を話す外国人に必要な情報を伝える手段として研究が始まりました。その後、多文化共生の地域社会での共通言語として、役所や病院、図書館などで外国人への対応

で使われたり、ろう児への教育にも活用されたりするなど、より広範囲に、言語的に弱い立場にある人へのサポートとして普及が進められています。

新しい地域日本語教室開設後の最初のクラスでは、参加する外国人と日本人ボランティアがお互いに自己紹介した後、ボランティアが外国人参加者の登録フォームの記入を手伝います。その時に、丁寧に話そうという気持ちから、日本人はつい「〇〇と申します」「ご出身はどちらですか」など、敬語を使ったり、文を長く続けたりしがちです。外国人が「何？」という表情をするのを見て初めて、「敬語は難しいかな？」とか「じゃ、もっと分かりやすく言ってみよう」と、ボランティアは気づきます。

外国人を受け入れるということは、必然的に社会に変容をもたらすものだと思います。多様な言語や文化を持つ人に対して寛容であり、多様な人々が対等な関係で地域で共生していけるような開かれた社会をつくっていく覚悟が今私たちに求められているのではないのでしょうか？

町で困っている外国人を見たら「だいじょうぶ？」と「やさしい日本語」を使って声をかけてください。勇気がいることですが、そこから社会を開く小さな一歩が始まります。「やさしい日本語」の根本は、「分かり合いたいという気持ち」と「思いやり」だと思います。私たち自身も多様な言語や文化を学び、多言語社会を目指す努力を続けながら、「やさしい日本語」をうまく活用することによって、多文化共生がみんなの「自分ごと」となるような包括的な社会をつくっていければいいなと思います。



南国市国際交流協会が開いている日本語教室

(令和5年9月20日掲載)

言葉は正しさより優しさ



スマイリーキクチ

タレント。1972年東京生まれ。1993年、漫才コンビ「ナイトシフト」でデビューし、翌年解散。1999年、殺人事件の犯人とネット上に書き込まれ、いわれなき誹謗中傷と闘い続けることになる。2011年、その闘いの記録をつづった著書『突然、僕は殺人犯にされた ネット中傷被害を受けた10年間』を発刊。現在は自身の体験を基にネットの危険性やいじめをテーマとした講演活動を行い、2019年に一般社団法人インターネット・ヒューマンライツ協会を立ち上げ、代表を務める。

日本ではGIGAスクール構想で小学生にタブレット端末が配布されるようになりました。ICT（情報通信技術）教育に活用される一方で、チャット機能などを悪用したネットいじめが原因で命を絶ってしまう子どももいます。情報モラルを学ばないと教材が凶器に変貌します。

SNS（交流サイト）のいじめや不適切投稿は若年層が、差別や誹謗中傷^{ひぼう}は中年層が多く、インターネットの人権侵害は増加傾向にあります。誤った情報をうのみにすれば気付かぬうちに加害者にもなります。言葉は刃物と同じで使い次第では人の命を奪う。私たちはそれぐらい危険なツールを扱っています。

1999年、インターネットの掲示板に、私が犯罪史に残る凄惨^{せいさん}な殺人事件の共犯者だというデマを書き込まれました。事実無根の情報が瞬く間に拡散されて真実のように化けてしまったのです。

デマを信じた不特定多数から殺害予告が毎日のように投稿されて、出演しているテレビ局やスポンサーにまで「殺人犯をテレビに出すな」といった抗議の電話やメール、ファクスが一日100件以上も届きました。警察に何度も相談しましたが、「そんなの気にしなければいい」「殺されたら捜査しますよ」と全く相手にしてもらえず、捜査をしてくださる刑事さんに出会うまで9年かかりました。

名誉毀損罪^{きそん}や脅迫罪で摘発されたのは19人。警察の取り調べで「正義感でやりました。私はネットのウソにだまされた被害者です。悪くありません」などと供述したそうです。国立大学の職員や教育関係者、大手企業の情報セキュリティーの担当者や主婦など、大半は大人でしたが、その中には高校生も2人いました。家庭や学校では、子どもに「ネット

に悪口は書いてはいけません」と教えていますが、摘発された全員が悪口や誹謗中傷の自覚もなく「悪を成敗した、自分は正しいことをしている」と思っていました。

正義感は本来、弱い立場の人を守ることであり、誰かをつるし上げたり、匿名で言葉の集団リンチをしたりはしないでしょ。しかし、正義と暴力は紙一重。ゆがんだ正義感是人権侵害に直結します。本人は意見や正論のつもりでSNSに投稿したコメントも、それはあくまでも自分だけの価値観であって、受けた側には悪口や差別、誹謗中傷だと感じる人もいます。

SNSを見ていると「正しさ」を伝えたがる人ほど「優しさ」に欠けているように思います。自分の正しさを証明するためにネット検索している人もいます。SNSは情報よりも感情が流れていて、ユーザーは回転ずしのように目の前を通る喜怒哀楽の中から自分好みの感情を選びます。

その中で需要が高いのが怒りです。インターネットには一つの疑問に対してさまざまな結論があります。都合の良い情報だけを寄せ集めて理想の答え以外は認めない。SNSなどのコミュニティーに没頭すると偏見や差別も正論だと錯覚する恐れがあります。

価値観の違う人を責めて人を傷つけても、本人は正論だと主張して罪悪感もない。悪口で傷つく人はSNSは向いていないと言う意見もありますが、本来向いていないのは悪口や文句を書く人です。

侮辱罪が厳罰化されて言葉でも犯罪になると明確化されました。情報化社会の中で被害者や加害者にならないためのメソッドを学ぶ必要性を感じます。

(令和5年10月25日掲載)

共に暮らし育む共感の日々



星野 ルネ (ほしの・るね)

タレント・漫画家。1984年アフリカ中部のカメルーン共和国生まれ。4歳目前で母の結婚に伴い来日し、兵庫県姫路市で育つ。高校卒業後、兵庫県内で就職したが、自分の生い立ちが人々の関心や共感を集めることを発見し、25歳で上京。タレント活動の傍ら、ツイッター上で発表していた自分の日常のエッセー漫画が話題となり、2018年に『まんがアフリカ少年が日本で育った結果』（毎日新聞出版）を出版。現在は放送作家を中心に、メディア方面でも個性を生かし活躍中。異文化理解・多文化共生などをテーマにした執筆、講演も多数。

物心がついた頃、私は日本の保育園に通い、多くの日本の園児に囲まれていました。しかし、私は1人だけ肌の色が異なり、アフリカ系の背景を持っていました。

私はアフリカ中西部のカメルーンという国で生まれました。

当時、日本の研究者たちがマンドリルの研究のために私の生まれた村の周辺の熱帯雨林を調査していました。私の母は日本人の研究者たちの補助スタッフとして彼らと行動を共にし、後に私の養父となる星野と出会いました。

これが私が星野ルネとして新たな生活を始めたきっかけでした。

2人の結婚後、私は日本へ移住しました。その時点で私は4歳になる目前。日本語を話すことができないアフリカの少年でした。

両親は私を受け入れてくれる幼稚園があるか心配していましたが、姫路市内のある保育園が私を受け入れてくれることとなりました。

私は外国人であり、日本語での意思疎通が難しい立場でした。母もフランス語とカメルーンの現地の部族語しか話せませんでした。保育園のスタッフは初めは受け入れをちゅうちょしていましたが、前例のない挑戦に取り組み、私を受け入れてくれました。

日本への移住と地域社会への適応は大きなチャレンジでしたが、外国人の母子を受け入れるという保育園の前例のない決断は、私たちにとって希望の光でした。

以降、姫路市内で育ちました。

外国人と言えば、一時滞在者や観光客、留学生、出稼ぎの労働者などを想像するかもしれませんが、実際のところ、外国人は多種多様で、私たち母子はその多様性の一部でしかありません。外国人の中には日本社会で暮らし、子供を育て、働き、税金を納め、

地域の友人となり、お祭りに参加するなど社会の一員となっている人たちがいます。

現代の日本には、種々さまざまな外国人が暮らしています。私は見た目だけでは完全にアフリカ系の外国人にしか見えませんが、幼少期から日本で育ち、日本語で会話をし、日本食を食べ、日本文化に浴して生きてきました。精神的には同世代の日本人の方が、カメルーンと同世代の人たちよりも通じ合えることが多いと感じます。

私の母は、人生で暮らした期間が、カメルーンよりも日本の方が長くなりました。日本にすっかりなじんだ部分があれば、生まれ育ったカメルーンの文化が色濃く残っている部分もあります。

マルチカルチャーで生きている母は、アフリカ出身の友人と出かけたり、姫路市内の行きつけの居酒屋で地域住民と酒宴を楽しんだりすることもあります。そんな私たち家族を受け入れてくれる方々が多くいる一方で、外見の違いから敬遠される方もいるように感じます。

日本で暮らす人々の層は多様です。一般的な日本人だけでなく、海外ルーツを持つ日本人、観光客などなど、外国人は単なる一時滞在者のみならず、日本社会の一部として受け入れられるべき人々も多く暮らしています。

異なるバックグラウンドを受け入れ、人々がお互いを理解し合う文化を育てることは、より温かく、共感に満ちた社会を構築する最初のステップになるのではないのでしょうか。

(令和5年11月23日掲載)

子どもの表現受け止めて



土居 寿美子 (どい・すみこ)

地域子育て支援センター「いるかひろば」理事長。1961年梶原町生まれ。近畿大学豊岡女子短期大学卒。1999年から保育士。2007年から高知南福社会運営の地域子育て支援センター「いるかひろば」(保育園併設)の仕事に従事。2019年、有志とともに特定非営利活動法人いるかひろばを立ち上げ、理事長に。高知南福社会から事業を引き継ぎ現在に至る。

「地域子育て支援センター」をご存じでしょうか。主に就学前の親子が利用できる無料の施設で、親子の交流や相談、育児に関する情報提供、育児講座などが行われています。私は高知市で地域子育て支援センター「いるかひろば」を運営しています。

いるかひろばには毎日さまざまな親子が遊びに来てくれます。中には子どもが「泣く」「怒る」「やけになる」などで悩まれている保護者もいます。

「子どもの人権」を考える時、私はいるかひろばで出会うお子さんたちを考えます。「人権」とは「人間が人間らしく生きる権利で、生まれながらに全ての人を持っている権利」を言います。堅苦しい言葉と思われる方もいるかもしれませんね。よろしければ一緒に考えてみませんか。

私には息子が2人います。長男はよく泣く子どもでした。俗に言う「背中スイッチ」があり、布団に寝かせるとすぐに泣いて起きます。家にいる時はずっと抱っこで過ごしていました。当時の私は寝不足でも、「子どもはこんなものだ」と思っていました。

ところが、次男を出産し、気持ちに変化が…。次男は長男と違い、そんなに泣かず、日中もベッドで寝ました。「寝る」ということ一つでもわが子でこんなに違いがあるのかと気づきました。

長男は次男に比べると、自分の思いを言葉で表現したり、人前で何かをしたりするのが苦手でした。保育園では「あれができない」「これもできない」と報告を受けた記憶が残っています。

今、冷静に思えば、寝ないことも、表現が苦手なことも、長男の「個性」なのです。でも、子育て真っ最中の頃は子どもが泣いたり、怒ったりするたびに、ストレスをためていま

した。成長と共に個性を変化させていったわが子たちのおかげで、子どもの個性の違いを理解して、関わる大切さに気づかされました。

いるかひろばでは、子どもたちがさまざまな姿を見せてくれます。泣く、怒る、わめく、固まる…。大人の言う通りに行動するいわゆるいい子もいます。

子どもの喜怒哀楽の表現の仕方には、個性があります。中でも、私が大事にしているのが困っている時の表現です。

「泣く」「怒る」という子どもの行為は、大人にはネガティブに受け取られがちです。「泣いたらいかん」「怒ったらいかん」という声掛けもよく耳にしますが、私は困っていることを「困っている」と表現しているのではと考えています。

幼児期は表現の仕方が上手ではなく、言葉でうまく説明できません。そんな時はまず、子どもの「泣く」「怒る」という表現を否定せず、受け止めます。そして、子どもが何を訴えようとしているのかを考えます。「ママがトイレに行ったから不安なのかな」「お友達が持っているおもちゃが欲しいのかな？」など、状況から子どもの思いを代弁しています。

子どもの表現から「困っている」を受け止める。そして、子どもの思いを「代弁」する。「何だ、それだけ？」と、ささいな行為のように思えるかもしれませんが、日常生活で受け止めと代弁を繰り返していくことが、子どもの人権を大事にしていくことにつながっていくように思います。

自分が困っていることを「困っている」と伝えられることは、「生きていく力」にもなると思います。大人になっても大切な力です。

子育てで何か困っていることがあれば、一人で抱え込まず、誰かに相談してくださいね。それが子どもを守り、あなたを守ることににもなるのではと思います。

あなたは、決して一人ではありません。



いるかひろばで子どもを抱っこする筆者（高知市六泉寺町）

(令和5年12月20日掲載)

「分からない」を受け入れる



村山 綾 (むらやま・あや)

近畿大准教授。1979年高知市出身。土佐高を経て米国の州立モンタナ大学心理学部を卒業後、大阪大学大学院人間科学研究科で博士前・後期課程修了。博士(人間科学)。日本学術振興会特別研究員を経て現職。専門は社会心理学。集団や社会で生じるコミュニケーションの齟齬について研究する。著書に『「心のクセ」に気づくには—社会心理学から考える』(筑摩書房)がある。

「そんな時間にそんな場所にいたからでは?」「服装のせいでは?」「逃げられたのでは?」事件や事故のニュースを耳にし、詳しいいきさつを知らないにもかかわらず、このようなことを心の中で思ったり、不特定多数の人たちが閲覧できるインターネットのサイト上で発信したり、身近な人に直接伝えたりした経験はありませんか。実は、被害者を責めるような反応や発言をとっさにしてしまうことには、私たちが社会に対して知らず知らずのうちに抱えている期待や理想が影響しています。

私たち人間は、予想外の出来事に遭遇したり、先の見通しが立たない状態で過ごし続けたりすることがとても苦手です。できる限り安定して、秩序だっていて、人はその人にふさわしいものを手にしているような、次に何が起こるか予測可能な社会で暮らしたいと望みます。

勉強を頑張ればテストで良い点数を取れるし、健康に気をつけていたら病気なんかしないし、隠れて悪いことをしていても後から必ず見つかって罰を受ける。そんな社会が理想です。映画やドラマ、時代劇、子ども向けのアニメや絵本にも、良いことをしたら良い結果が、悪いことをしたら悪い結果がもたらされるという描写はたくさん登場します。

この秩序を信じて暮らすことは、心の安定につながります。将来の目標に向けてコツコツ努力をしたり、自分は幸せだと感じたりすることを助けてくれます。その一方で、自分の信じる秩序が乱されるような出来事を目の当たりにすると、強い不安が生まれます。

事件や事故の被害者のニュースは、まさに、この不安を生み出すきっかけとなるのです。正しく生きていれば、ひどい目にはあわないはずだ。だから、そんなひどい目にあった人には、なにか落ち度があったに違いない。正しく生きている私にはそのような不運は

起こらない—。この思いが、冒頭で示した言葉を生み出します。そうやって、なんとか自分の不安を打ち消そうとするのです。

被害者を責めれば、自分の不安はいくぶん解消されます。しかし、事情をよく知らない第三者から一方的に非難される被害者の方はどうでしょうか。また、不運にも自分が事件や事故の被害者になった時に、「自己責任だ」と言われ、誰も手を差しのべてくれない社会は皆が生きやすい場所でしょうか。

他人に起こった不運な出来事の原因を知りたい気持ちは誰にでもあります。原因が分かればなんだかスッキリします。その不運な出来事を自分だったら避けられる気にもなりません。しかし、何が原因かは分からない、という曖昧な状態を受け入れる力も、最近は特に必要になっているように感じます。

「この人は助けるに値するか？ 同情に値するか？」そんなことは事情をよく知らない第三者には判断しようがないですし、判断する立場にもありません。

原因が分からずとも、事件や事故の被害者には同情や共感を示す。助けを求めている人がいたら手を差しのべる。そして、もし誰かに助けてもらったならば、次は自分が誰かを助ける側に回る。この考えが広く共有されていることが当たり前の社会を目指していきたいと思います。

こころんだよりvol.25 (2023年 6月発行) より



令和4年度高知県人権に関する 県民意識調査の結果について

高知県 子ども・福祉政策部 人権・男女共同参画課

■はじめに

すべての人々がそれぞれの一人の人間として人を大切にし、大切にされる人権尊重の社会をつくることは、私たちみんなの願いです。

高知県では、すべての人の人権が尊重され、安心して生活できる社会をつくるため、5年ごとに「高知県人権施策基本方針」を改定し、人権教育や人権啓発などの取組を進めています。

この基本方針に基づいて、5年ごとに実施されているのが、「人権に関する県民意識調査」です。この調査は、これまでの人権施策の成果や課題などについて点検と見直しを行い、今後の人権施策推進の基礎資料とすることを主な目的としています。

ここでは、昨年7月から8月に実施した最新の調査結果の一部を抜粋してご紹介します。※1

※1：調査は各市町村の選挙人名簿から無作為で抽出した3,000人に、無記名による郵送方式で実施しました。
(有効回収数1,333票、回収率44.4%)

■県民の人権意識の変化は？

「あなたはこの5年間に、ご自分の人権が侵害されたと思ったことがありますか」という設問(※2)では、「ある」が16.2%と、前回(H29)調査より14.9ポイント減少しています。

Q. あなたはこの5年間に、ご自分の人権が侵害された
と思ったことがありますか ※2



■関心のある人権問題は？

「あなたが関心のある人権問題は」という設問(※3)では、最も多かったのが「インターネットによる人権侵害」の55.0%で、前回調査より12.6ポイント増加していました。その次に、「障害者」46.5%(前回調査より-1.1%)、「高齢者」40.9%(前回調査より-2.4%)、「子ども」36.9%(前回調査と±0%)、「女性」35.6%(前回調査より+11.2%)と続いています。過去の調査と比較すると、「インターネットによる人権侵害」の割合が最も増加しており、県民の関心が特に高いことが分かりました。

また、今回の調査から新たに項目に加わった「性的指向・性自認」については、「人権上の問題点は何か」を問う設問で、「差別的な言動をされる」53.3%、「性的指向や性自認などについて、本人の了承なく他人に漏らす」41.5%、「職場、学校等で嫌がらせやいじめを受ける」40.9%が回答の上位でした。

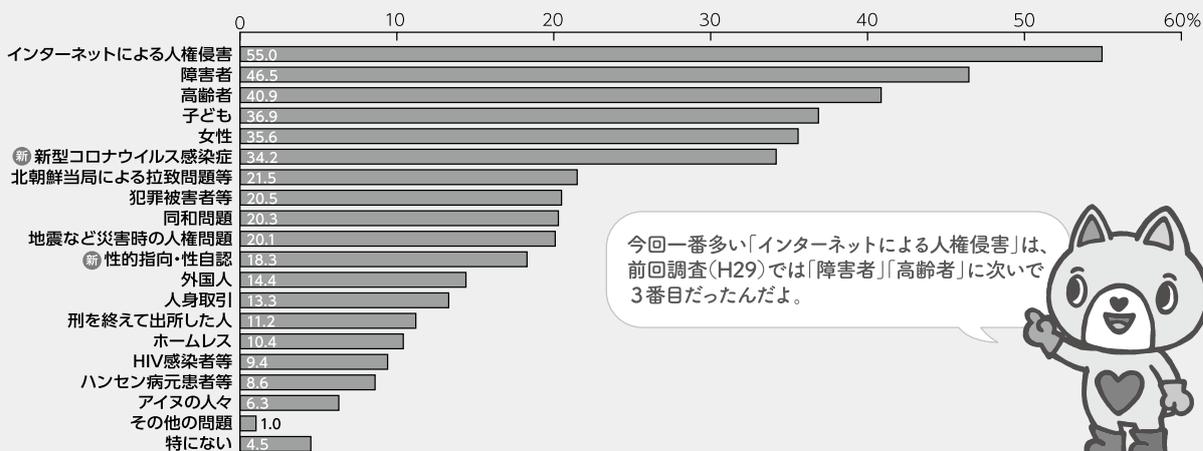
「令和4年度 高知県人権に関する県民意識調査」

すべての結果はこちらから

<https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/060901/2022081700189.html> (高知県人権・男女共同参画課ホームページ)



Q. 日本の社会における人権にかかわる問題として、あなたが関心のあるものはどれですか。(R4年調査) ※3



■人権を尊重する心や態度を育むために学校で必要な教育は何か

「人権を尊重する心や態度を育むために学校で必要な教育は何か」という設問では、「すべての児童・生徒が『自分や他人の人権』について考えるような教育を進める」が最も高く、65.0%という結果でした。

■人権尊重の社会の実現に何が必要か

さらに、「人権尊重の社会の実現のためにどのようなことが必要だと思いますか」という設問では、「学校教育や社会教育を通じて、人権を尊重する教育活動を積極的に行う」が65.5%と最も高く、次に、「行政が県民の人権意識の高揚に向けた啓発や様々な施策を積極的に行う」が38.3%でした。

これらの結果から、人権が尊重される社会に向けて、今後も引き続き、学校や社会など様々な場面で、教育や啓発・研修などの取組を進めていくことが大切だと思われます。

■さらなる人権尊重の社会に向けて

高知県では、今回の調査結果も踏まえ、学識経験者や関係機関で構成する「高知県人権尊重の社会づくり協議会」やパブリックコメントなどでご意見をいただき、今年度末に「高知県人権施策基本方針」の第3次改定を行うこととしています。

皆さんも、ご自身の身近にある人権問題について、ぜひ考えてみませんか。

令和4年10月に高知県が公表した「高知県の人権について」では、インターネットを悪用した誹謗中傷や、掲示板等への差別的書き込みなど、その匿名性、情報発信の容易さを逆手に取った人権侵害が続いている実態などを明らかにしたところです。

このため、高知県では、インターネット上において人権侵害を受けられた方のご相談に応じるため、弁護士による無料の相談窓口を、本年4月に開設いたしました。

相談窓口では、弁護士が法的な観点から、インターネット上の差別的投稿や誹謗中傷等に関するアドバイスを対面で行っています。こうした被害に遭われた方は、一人で悩まずにご相談ください。

インターネット上において 人権侵害を受けられた方の相談窓口

日 時	毎月第3火曜日 午前9時30分から午前11時30分
場 所	高知県立人権啓発センター4階 研修室
人 数	3人(要予約、お一人40分以内)
対 象	18歳以上の方
申 込 先	高知県人権・男女共同参画課
申込方法	電話 088-823-9805

● お問い合わせ先

高知県 子ども・福祉政策部 人権・男女共同参画課 ☎088-823-9804

こころんだよりvol.25 (2023年 6月発行) より

高知と世界をつなぐ架け橋に ～ 国際交流員の活躍と多文化共生 ～



高知県 文化生活スポーツ部 文化国際課

国際交流員(CIR)とは、地域における国際交流の推進をサポートするために海外から招致された人材のこと。県や市町村に所属し、様々な国際交流事業の現場で活躍しています。そんな国際交流員の皆さんに、こころんがお話を聞きました！

▼お話ししてくれた人 高知県国際交流員



テオ フィ イン ヴァレリー Teo Hui Ying Valerie さん
オウ シンウ 王 沁雨 さん
シンガポール出身 中国出身



大川村の小学生と交流(高知市 CIR)



海外大使と濱田知事の会談を通訳(高知県 CIR)



小学校を訪問した海外公使の通訳(高知県 CIR)



ハロウィンイベントで交流(黒潮町 CIR)



食のイベントに参加(四万十町 CIR)



オンラインツアーに出演(四万十市 CIR)

■高知県の貿易や観光など国際事業をサポート

国際交流員は、国のJETプログラムという仕組みを通じて地方公共団体に派遣された外国人です。現在、高知県庁には私たちを含めて5人の国際交流員が駐在しており、その出身国は中国、ベトナム、韓国、アメリカ、シンガポールです。私たちの主業務は、外国からの使節などの接遇や通訳、国際関係の資料や刊行物の翻訳などで、そのため近年は高知県にとって重要な位置づけにあるアジア諸国や英語圏の出身者が任用されています。

また、県だけでなく市町村に派遣された国際交流員もおり、ともに語学力や国際文化に関する知識を活かして、世界の国と高知をつなぐ橋渡し役として活動しています。

■地域や学校で交流活動も

また国際交流員は、学校や民間の団体が行うイベントなどに参加し、国際理解や他文化共生につながる講演や交流を通じて草の根的な国際交流に取り組んでいます。

例えば小・中・高校などの出前授業では、国際交流員の母国の文化や年中行事などのクイズを出して、日本との違いを知ってもらいます。一例をあげると、学校の新学期。これは国によって全く違い、中国は9月、シンガポールは1月です。子どもたちはそれを聞くとみんなびっくりします。

他にも、小学校なら母国の伝統的な遊びやゲームを一緒にやってみたり、高校なら母国のSDGsの取り組みを紹介する授業をしたりと工夫を凝らし、異文化や多様性を受け入れる素地を育てるお手伝いをしています。

■それぞれの国の“あたりまえ”はこんなに違う！

一方で、私たちが日本に来て驚いたこともたくさんあります。例えば中国では、家で晩ご飯を食べた後、みんな広場や公園に行って太極拳やダンスなどの運動をします。だから夜でも街に人がいますが、高知の住宅街の夜はとても静かです。また、中国ではバスや電車の中では仲間同士おしゃべりをしますが、日本では静かにするのが普通です。

他にも、日本では相手と仲良くなるためにその人を褒めますが、そういう文化のない国の人は、例えば「外国人なのにお箸の使い方が上手ですね」と言われたら、逆に壁を感じてしまうことがあります。受け止め方、考え方も様々なのです。

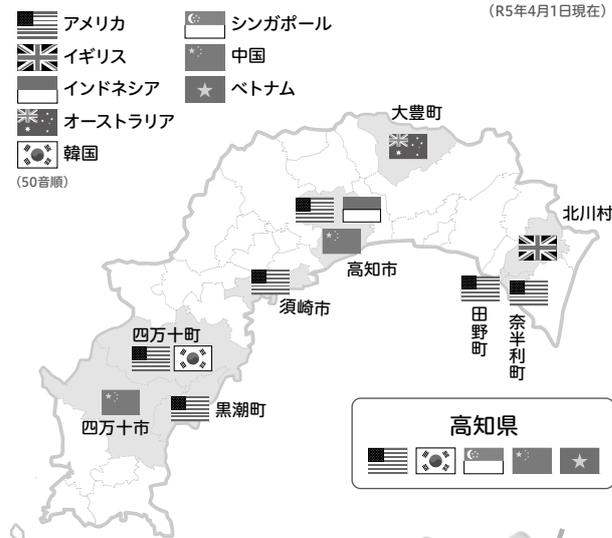
■多様な文化や価値観を受け入れて

世界には多民族の国が多くあり、そこでは人種も言葉も宗教も違う人々が一緒に暮らしています。シンガポールもその一つで、中華系、マレー系、インド系など複数の民族がありますが、例えばマレー系のムスリム（イスラム教徒）の人たちの教義に基づいた食事（ハラールフード）や断食などの習慣は、職場や学校でも当然、尊重され、配慮されています。

そんなふうに、自分とは違う文化や価値観に対して否定をするのではなく、理解し、尊重しようとする気持ちがとても大切です。皆さんも外国の人に出会ったら、このことを意識して接したり、話したりしてみてください。

自治体における国際交流員の任用状況

(R5年4月1日現在)



Teoさん&王さんからの異文化理解クイズ



- Q1 シンガポールの面積はどれくらい？
 1. 高知県の1/10 2. 高知県の1/5 3. 高知県の1/2
- Q2 中国は多民族国家です。民族の数は？
 1. 16 2. 36 3. 56

答えはページの右下にあるよ！

違いがあることに気づくこと、それを理解し、受け入れることが、多文化共生社会への第一歩なんだね！



発見こころん 7月15日 オーテピアで異文化理解のイベントがあるよ！

「多民族国家シンガポールの文化と見所」

- 日 時：2023年7月15日(土) 13時～15時
- 問合せ：高知県文化国際課 テオ まで
- 場 所：オーテピア4階研修室
- 申込みはこちらから
- 参加費：無料
- ☞ bit.ly/SGKouza2023



高知県 文化生活スポーツ部 文化国際課

所在地／高知県高知市丸ノ内1丁目2-20 ☎088-823-9605

写真協力：高知市、四万十市、四万十町、黒潮町

© 2023 高知県文化国際課

こころんだよりvol.26 (2023年 9月発行) より



知らん間に、 当たり前になっちゃあせん？

～ ヤングケアラーとその家族を支える社会を目指して ～

高知県 子ども・福祉政策部 子ども家庭課

■ヤングケアラーとは例えばこんな子どもたちです

「ヤングケアラー」は法令上の定義はありませんが、一般的に、「本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っている子ども」とされています。



障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。



障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている。



目の離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている。



日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている。



家計を支えるために労働をして、障がいや病気のある家族を助けている。



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している。



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている。



障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

引用：こども家庭庁HP

■ヤングケアラーの問題とは

家事などの手伝いや大切な家族の世話をすることはすばらしいことです。子どもの年齢や成熟度に合った家族のケア、手伝いは子どもの思いやりや責任感を育むと言われてしています。

一方で、子どもの年齢や成熟度に合わない重すぎる責任や負担により、学校への遅刻や欠席が増えたり、勉強の時間がとれない、友達と遊ぶ時間がない…など、学業や友人関係などに影響が出てしまうことがあります。



■ヤングケアラーと子どもの権利

子どもの権利条約では様々な子どもの権利が定められており、教育を受ける権利や休み・遊ぶ権利をはじめとして、意見を表す権利、健康・医療への権利、社会保障を受ける権利、生活水準の確保などが挙げられます。

ヤングケアラーは、睡眠時間や、勉強をする時間がとれないなど、子どもの権利が侵害されている、または、権利の侵害までには至らなくとも、何らかの支援が必要な状況にある場合が多いと考えられます。

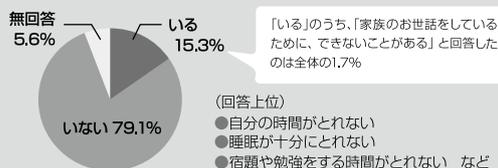
しかし、ヤングケアラーは物心ついた時からケアを担っている場合が多く、今の状況が当たり前になっているため、自らそのことに気づけない場合や、自覚があっても「知られたくない」という思いから誰にも相談できない場合もあります。



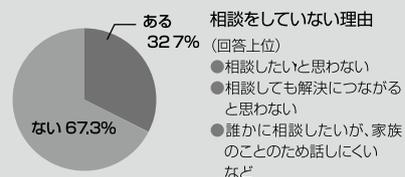
高知県における「ヤングケアラー実態調査」の結果

- 対象:高知県内の中高生
- 回答数:3,218人
- 調査方法:インターネット調査 (任意回答)
- 調査期間:R4.6~R4.7

お世話※をしている家族の有無



お世話※をしていることを相談したことの有無



※「お世話」とは本来、大人がすると考えられる食事のしたく、洗濯などの家事や家族のお世話などを日常的にすること。

■ヤングケアラーに必要な支援

上記調査結果からも、本県においてもヤングケアラーは一定数存在し、その多くが相談につながっていないことが明らかとなりました。

さらに、ヤングケアラーの状態は様々で、経済状況やケア対象者の状況など、複合的な課題を有する場合が多く、市町村や地域の支援機関などの多職種が連携し、既存のサービスなどを組み合わせるなどして、総合的な支援を行う必要があります。

■周りの方々へのおねがい

ヤングケアラーの問題は潜在化しやすいため、周りの方が気づき、相談につなげることが大切です。

もし、ヤングケアラーと思われる子どもを発見したら、本人に対して気にかけていることを伝えていただくとともに、気になることがある場合は、最寄りの市町村の児童福祉担当などにご相談ください。

相談窓口

● 家族や地域の方からの相談先

(本人や友達からも相談可能)

各市町村の相談窓口(児童福祉担当)の連絡先を、高知県子ども家庭課のホームページに掲載しています。



高知県 ヤングケアラー

検索

インターネットで「高知県 ヤングケアラー」と検索しても出てきます。

● 本人や友達からの相談先

相談窓口	心の教育センター相談窓口
電話番号	☎ 088-821-9909 ※相談予約
受付時間	月～金曜日、土曜日(第1・第3)、日曜日 9時-17時(祝日、年末年始、第5日曜日を除く)
相談窓口	24時間子供SOSダイヤル
電話番号	☎ 0120-0-78310 なやみいおう
受付時間	24時間・365日受付

相談窓口	児童相談所 相談専用ダイヤル
電話番号	☎ 0120-189-783 いちはやくおなやみを
受付時間	24時間・365日受付
相談窓口	親子のための相談LINE
受付時間	月～金曜日 9時-17時 (祝日、年末年始を除く)

● お問い合わせ先 高知県 子ども・福祉政策部 子ども家庭課 ☎088-823-9655

こころんだよりvol.26 (2023年 9月発行) より

人にやさしく災害にも強い町へ ～ 黒潮町・防災によるまちづくり～



▼お話ししてくれた人

黒潮町役場 情報防災課

カツオの一本釣りや美しい砂浜などで知られる黒潮町は、豊かな海・山の自然に恵まれる一方で、南海トラフ地震においては日本一厳しい津波浸水想定が示されています。そんな黒潮町で、いざという時に人々の命や人権を守るため、また町の未来を切り拓いていくために、日頃からこういった取組が行われているのか——こころんが訪ね、お話を聞きました。



黒潮町情報防災課長
村越 淳さん



保・小・中・高校 合同避難訓練



地区防災計画に向けた住民ワークショップ



避難所開設訓練(夜間津波避難訓練)

■自然豊かな黒潮町で誇りを持って暮らし続ける

東日本大震災から1年後の2012年3月31日、国が発表した南海トラフ地震の新想定において、黒潮町には最大震度7、最大津波高34.4mという厳しい数字が示されました。

そのショックは大きく、当初は「どこにも逃げられない」、「逃げてみてもむだだ」と避難を放棄する人や、町を離れる人が出るのではないかと危ぶまれました。けれど、ここは私たちの生まれ育った故郷です。「この町での営みを否定しない」「命や暮らしをあきらめない」という強い意思を持って、官民一体で防災対策と意識改革に取り組んできました。

目標は、「犠牲者ゼロ」。ハード面では津波避難タワーや避難路の整備、ソフト面では防災教育や防災訓練を推進し、“地震・津波と日本一うまく付き合うまち”を目指しています。

■全世帯の避難カルテを作成

推進における鍵となったのは、役場の全職員が防災業務を兼務する体制にしたことです。職員は町内にある62の自主防災組織に配置され、より一層、地域に関わっていくようになりました。これは単に人手を増やすというだけでなく、総務や保健・福祉、土木など多様な担当課の職員が防災の視点を持つことで、誰一人取り残さない防災の実現にもつながるものです。

その成果の一つが、津波浸水区域全世帯の戸別津波避難カルテです。これは家族構成や発災時の避難場所、避難経路、住宅の耐震化や家具の固定状況などを確認・記入したもので、その作成過程で隣近所の助け合いについて話し合ったことにより、地域コミュニティのつながりがより深くなっています。

■地域の様々な方が避難訓練に参加

また、防災訓練にも力を入れています。日中だけでなく夜間の避難訓練や、避難所・福祉避難所*の開設訓練は繰り返し実施。その際、配慮や支援が必要な高齢の方や障害のある方、妊産婦や乳幼児連れの方、また地域に暮らす外国人技能実習生などにも積極的に参加を呼び掛けています。

地域の高齢の方から「山側まで逃げられない」と声があった時は県立大方高校の生徒たちが避難訓練アプリ「逃げトレ」を使って一緒に避難路を歩き、それが新たな避難場所の整備にもつながりました。こうした取組によって、住民の意識も「あきらめない」へと大きく変化してきています。

*一般の避難所生活では支障をきたす要配慮者を受け入れる避難所

■日頃の人権感覚こそが災害時の思いやりにつながる

「日頃できないことは、いざという時にもできない」——防災においてよく言われる言葉ですが、これは避難行動だけでなく、災害時に配慮が必要な方への対応にも当てはまります。思いやりや配慮は災害時に急にできるものではなく、日頃から人権感覚を磨いておくことが大切なのです。

南海トラフ地震の新想定発表から今年で12年を迎え、黒潮町では防災が日常の風景となりつつあります。今後もさらに取組を進め、防災が地域の文化として受け継がれていくことで、人々の命と営みを未来につないでいきたいと考えています。



住民が主体! 命を守る取組

黒潮町では他にも様々な取組が行われています!

学校 / 自助・共助

防災教育



佐賀中学校では、防災委員会が中心となって地域の高齢者宅を訪問。寝室から玄関まで出てくる「屋内避難訓練」を支援するほか、中学生が津波避難訓練への参加を呼びかける取組も行っている。

地域 / 自助・近助

世帯・地域ごとの取組



戸別避難カルテ作成の懇談会は参加率62.9%と、住民の関心の高さが伺われる。さらに地区防災計画では、避難場所への世帯ごとの備蓄や地区一斉の家具固定など、住民の知恵を結集した取組が進んでいる。

地域 / 共助

防災かかりがま士の会



「防災には“かかりがましい(必要以上に世話焼きな)”助け合いが必要だ」と住民有志の「防災かかりがま士の会」が立ち上がるなど、地域の様々な主体が動き出している。

発見こころん

津波避難訓練支援アプリ「逃げトレ」

京都大学防災研究所矢守研究室が監修した無料スマホアプリ。陸上に浸水した津波の動きと自分の行動の両方をスマートフォンの画面上で確認しながら避難訓練ができるよ!



黒潮町役場 情報防災課

所在地 / 高知県幡多郡黒潮町入野5893番地 ☎0880-43-2188

こころんだよりvol.27 (2023年 12月発行) より



「人生会議」してみませんか? ～最期まで自分らしく生きるために～

高知県 健康政策部 在宅療養推進課

■「人生会議」とは

誰もが、年齢を重ねていくうちに命に関わる大きな病気やけがをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると、医療や介護のことなどについて自分の希望を伝えることが難しくなります。万が一の時に備えて、人生の最終段階をどう過ごしたか、どのような医療・ケアを受けたいかを元気なうちから考え、大切な人と話し合うことを人生会議（ACP※）と言います。

※アドバンス・ケア・プランニングの略。

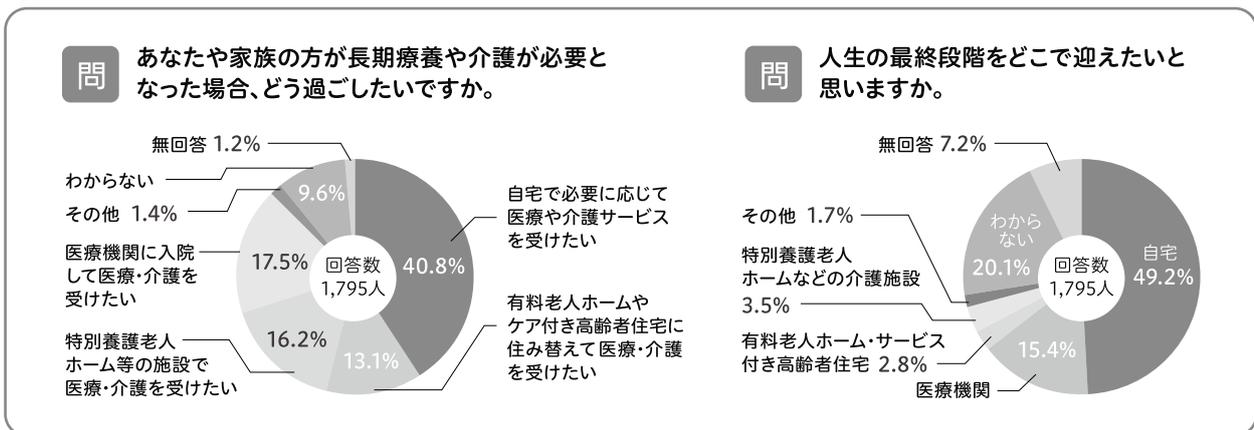


■人生の最終段階、あなたはどうか考える？

高知県が実施した令和3年度県民世論調査によると、あなたや家族の方が長期療養や介護が必要となった場合、「自宅で必要に応じて医療や介護サービスを受けたい」と回答した方が約4割を占めました。また、「人生の最終段階をどこで迎えたいと思いますか」という質問には、約半数の方が「自宅」と回答しています。（下記グラフ参照）

一方で、厚生労働省が実施した令和3年度人口動態調査によると、本県において自宅でお亡くなりになった方は、死亡者全体の約1割に過ぎず、希望と現実には大きなギャップがあります。

あなたが望む生活を最期まで全うできるよう、自分自身が望む医療やケアについて日頃から考えてみる機会を持ってみませんか？



■人生会議の必要性

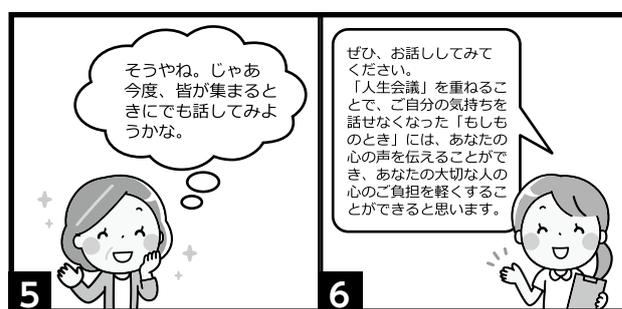
なぜ事前に人生会議をしておく必要があるのか？と疑問に思う方がいるかもしれませんが、実際に生命の危機が迫った場合には、約7割の方は自分の意思決定ができない状態になり、自分の意思を家族や医療従事者に伝えることができないと言われています。

近年は、医療の発達により、回復が見込まれない状態でも延命処置が可能な状況が増えています。本人の意向が事前に伝えられていないと、家族が医療・ケアの選択に悩んだり、本人の望まない延命処置が行われたりする場合があります。



■人生会議の始め方

まずは、自分が大切にしていること、気がかりなことなどの価値観から始めて、希望する医療・ケア、療養場所などについて話を進めていきましょう。本人の思いは変化するため、繰り返し話し合いを重ねることが大切です。



■どうやって話し合えばいいの？

●いつ？ どこで？

話し合う時期や場所は、いつでもどのような場所でも大丈夫です。

●誰と？

家族や親しい友人、ご本人の治療に当たっている医師、看護師、ケアマネージャー、介護従事者の方などが候補となります。ご自身が信頼できる方と話し合ってみましょう。

●何を？

1. あなたの大切にしていることは何ですか？
2. あなたの信頼できる人は誰ですか？
3. あなたが病気やけがにより、自分の考えが伝えられなくなった時に、あなたが望む治療は何ですか？

(例) ◎一日でも長く生きられるような治療

◎痛みや苦しみがなく、自分らしさを保つことに焦点を当てた治療

◎できるだけ自然な形で最期を迎えられるような必要最小限の治療

などを、その理由も含めて話し合ってみましょう。

詳しくはこちら

人生会議について、詳しく知りたい方は高知県在宅療養推進課HPをご覧ください。

- 人生会議リーフレットの掲載
- 人生会議啓発動画の紹介 (厚生労働省、安芸市)
- 講座のご案内

HP QRコード



● お問い合わせ先 高知県 健康政策部 在宅療養推進課 ☎088-823-9104

こころんだよりvol.27 (2023年 12月発行) より

広がる、フードドライブ ～食品ロスをなくし、困窮者支援につなげる～



▼お話ししてくれた人

NPO法人 こうち食支援ネット

フードドライブとは、家庭で使いきれない未利用の食品などを寄付し、必要としている方に届ける活動です。生活に困窮されている方々の支援につながるだけでなく、家庭の食品ロスを減らす解決策の一つとして注目されています。そこで、高知県内で活動を展開するNPO法人こうち食支援ネットをこころんが訪ね、お話を聞きました！



NPO法人こうち食支援ネット
川口 玲子 さん



食品を集める (JA 高知県)



ボランティアによる食品の仕分け作業



交流イベントには、支援に関わる様々な人が参加



登録している支援団体に食品を手渡し



交流イベント内でニーズや課題を意見交換

■フードドライブは無理なく参加できる支援活動

皆さんはフードバンクやフードドライブ、フードパントリーという言葉を知っていますか？フードバンクは、企業や生産者から品質に問題はないけれど賞味期限が近くなった食品や包装不備・規格外などで販売できなくなった食品を集める“場所”、フードドライブは、家庭で眠っている贈答品や過剰在庫などの食品を市民が持ち寄る“寄付活動”のこと。フードパントリーは、コミュニティ単位などで行われる食品の“配布活動”を指します。

これらの取り組みは全て、様々な理由により生活に困窮されている方々に食品を提供する社会福祉活動。同時に、近年社会問題となっているフードロスの解決策として、高知県内でも大きく広がりつつあります。

■どうやったら参加できるの？

私たちこうち食支援ネットでは、フードドライブ活動を「食材を集める」「食材を活用する」「食支援に携わる方々をつなげる」という3本の柱で進めています。

1つ目の「集める活動」では、企業や団体からの寄付の他、県内各所に常設または期間限定の「フードドライブBOX」を設置し、そこでご家庭からの食品の寄付を募っています。また、不定期で県内の様々なスーパーや量販店でイベントを行うこともあります。(次ページの表を参照)

ポイントとなるのは、食品寄付のルールです。①賞味期限が明記されており期限が1カ月以上あること、②梱包されている袋や箱が開封されていないこと、③常温で保存可能なこと（冷凍・冷蔵・生鮮食品・酒類は不可）。これさえ守っていただければ、どなたでもフードドライブに参加可能です。

■食の支援が、困っている方の課題解決のきっかけにも

寄付いただいた食品は、2つ目の「活用する活動」で、登録先である福祉団体や子ども食堂、社会福祉協議会などを通じて、必要とする方々に届けられます。

以前、支援者の一人からこんな報告がありました。あるご家庭に玄米をお届けしたところ、ずっと学校に行けずに自宅にいた子どもさんが、重い玄米を精米しに行くお母さんを手伝おうと外に出たこと、その道すがら親子でいろんな会話ができて、その後、少し学校に行くことができるようになったというお話でした。食の支援が、子どもさんやご家族の一步に結びついたことが、とても嬉しかったですね。

■相手を思いやる、やさしい社会へ

3つ目の「つながる活動」では、食材を提供する側の企業、提供を受ける側の支援団体、行政組織などが意見を交わす交流イベントを実施。課題を異なる角度から見ることで、新しい気づきや知恵が生まれ、活動拡充につながっています。

取り組みを続けていて感じるのは、変化やストレスの大きい現代社会では、支援する側、される側は紙一重だということ。だからこそ、もし自分が困っている立場なら？と想像力を働かせて、一方的な支援にならないよう気を付けています。そんなふうに関心を持って考え、行動することで、世の中は少しずつやさしくなっていくのではないかと思います。

●こうち食支援ネットのフードドライブBOX設置場所

常設		
こうち勤労センター1階ロビー		高知市
有限会社嶺北観光自動車(バス待合所)		土佐町
宿毛市役所		宿毛市
ファミリーマート	宿毛駅前店、宿毛小深浦店	宿毛市
	中村具同店	四万十市
	高知北竹島店、高知市役所店、高知瀬戸店	高知市
	土佐山田談議所店	香美市

※他にも期間限定で香美市役所、いの町役場などに設置されています。

●高知県作成の手引書もあります

フードドライブ実施の流れや留意事項をまとめています。



もしも生活に困窮したら・・・

様々な事情から食支援を希望される方は、お住まいの市町村の社会福祉協議会までご連絡ください。

🔍 発見こころん

フードドライブでは、食品以外に衛生用品（おむつ、生理用品、トイレットペーパーなど）も集めて、困っている人に届けているんだって！



受け取る人の立場で考えれば、食品寄付のルールを守ることが大切だって自然に理解できるね。



NPO法人 こうち食支援ネット
所在地／高知市本町4-1-32
こうち勤労センター5階
☎088-824-3583



安定した食料・食材支援を通じて公的支援に結び付けるなどの新たな生活困窮者支援の仕組みを構築することを目的に、2021年7月発足。食品の収集と配布、そのマッチングや関連団体同士のつながりづくりなどを行っている。

こころんだよりvol.28 (2024年 3月発行) より

防ごう! サイバー犯罪

～子どもや高齢者をネットトラブルから守る～



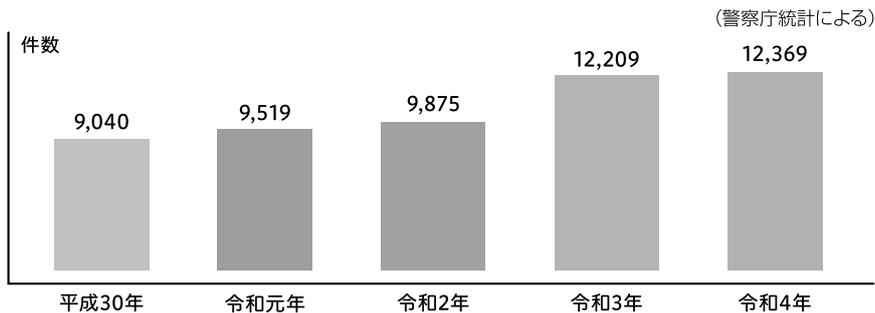
高知県 警察本部 生活安全部 サイバー犯罪対策課

■サイバー犯罪とは

“サイバー犯罪” (Cyber-crime) という言葉は、2001年11月に日本を含む各国が署名した「欧州評議会サイバー犯罪に関する条約」で、不正アクセス、コンピュータ関連詐欺、児童ポルノ関連犯罪などの「情報技術を悪用した犯罪」を意味する言葉として使われ、国際的に定着した用語です。

近年、サイバー犯罪はその手口をますます巧妙化させ、被害も多数発生しています。高知県警サイバー犯罪対策課では、サイバー犯罪に関する取り締まりや被害防止に関する活動のほか、サイバー犯罪に関する相談支援などを行っています。

— サイバー犯罪の検挙数の推移(全国) —



■サイバー犯罪の被害にあわないために ～安全なインターネットの利用～

ネットワーク上で様々な相手と交流したり、オンライン手続きやインターネット取引など社会経済活動を行ったりする中で、サイバー犯罪に巻き込まれないために以下のようなことに注意しましょう。

●ID・パスワード、個人情報等は、安易に入力しない

インターネットでは、利用者の情報を抜き取ることを目的とした、フィッシングサイト、メール等が多数存在しますので、安易に情報を入力しないでください。

また、ID・パスワード等を他人に教えたり、同じものを使いまわしたりしないように注意しましょう。

●ウイルス対策を行う

パソコンやスマートフォンの「OS」や、「アプリ」は、適宜アップデートを行い、常に最新の状態にしておきましょう。バージョンが古いままだと、機能上の不具合が発生したり、セキュリティの欠点（脆弱性）をついた攻撃を受けたりする可能性があります。

併せて、ウイルス対策アプリをインストールしている場合は、検知用データを常に最新のものに更新しておくことも大切です。





■「闇バイト」に注意 ～被害者にも加害者にもならないために～

SNSや掲示板で、仕事の内容を明らかにせず「裏バイト」「高額報酬」「荷受け」「現金回収」等の文言で犯罪の実行者を募集する投稿が掲載されています。簡単に高収入を得ようと思って応募し、強盗や詐欺等の犯罪に加担することとなった人が多くいます。

インターネット上で、このような誘いに絶対に乗せられたりしないでください。

また、インターネット上でこのような書き込みがされているSNS等を発見した場合は、すぐに、URLや投稿内容等を右下の窓口に通報してください。

■インターネットの情報モラル ～誰もが情報の送り手であり、受け手である～

インターネットの世界では、SNS等での発信内容が一方的なものになってしまったり、感情的で乱暴な表現を使ったり、無許可で個人情報や、プライベートでのやり取り等を公表したり、ということが発端となって多くのトラブルが発生しています。

インターネットには、強力な拡散力と、人々の生活に与える影響力があり、時にその力は、発信者の想像を超えて制御が効かないものとなる場合があります。

インターネットで発信された情報は、見るのも、聞くのも、感じるのも、すべて生身の人間です。

相手が見えないインターネットの世界だからこそ、モラル(人が現実社会において守るべき規範)を持ちましょう。

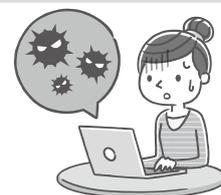
— 代表的なネットトラブルの例 —

SNS等での仲間はずれ、悪口、いじめに発展する行為

インターネットオークション、通販サイト等での販売をめぐるトラブル

SNS等で知り合った者に対するストーカー行為

違法アップロード等による著作権等に対する侵害行為



■もしもの時は、迷わずご相談を

サイバー犯罪やSNSトラブルに巻き込まれた時は、「通報するほどのことじゃない」「どうせお金は返ってこない」などと思わず、最寄りの警察署、または下記窓口までご相談ください。相談の内容に応じて適切に対応します。また、通報・ご相談いただくことがさらなる被害を防止することにもつながります。ためらわず警察に相談をお寄せください。

サイバー犯罪やネットトラブル
もしもの時は…

通報専用サイト

- インターネット・ホットラインセンター
<https://www.internethotline.jp>



相談・通報窓口

- 高知県警察本部HP「こうちのまもり」
<https://www.police.pref.kochi.lg.jp>
- 警察総合相談電話 #9110
- サイバー犯罪相談電話 088-875-3100



● お問い合わせ先

高知県警察本部 生活安全部 サイバー犯罪対策課 ☎088-826-0110(代表)

こころんだよりvol.28 (2024年 3月発行) より

ひとり親家庭を社会で支える ～困った時のワンストップ相談窓口～



▼お話ししてくれた人

ひとり親家庭支援センター

ひとり親家庭は、子育てと家計の維持を一人で担っていることから、様々な困難を伴う場合があります。そこで、ひとり親家庭の支援を目的に高知県と高知市が共同で設置したのが、「ひとり親家庭支援センター」です。今回はこころんがこの窓口を訪ね、ひとり親家庭を取り巻く状況や支援内容についてお話を聞いてきました。



ひとり親家庭支援センター
副センター長
たの
田竺 千晴 さん



やさしい雰囲気相談スペース



キッズスペース



入口の様子

■ひとり親家庭、高知県の現状は？

国の調査^{*1}によると、現在、高知県内で20歳未満の児童を養育しているひとり親家庭は、約8,000世帯（他の世帯員のいる世帯を含む）。その約9割が母子家庭です。

ひとり親は、子育て・家事・仕事を一人で担っていく中で様々な課題に直面します。特に多いのは経済的な問題で、高知県の調査^{*2}によると、母子家庭の約半数が年間就労収入「200万円未満」であり、母子・父子家庭ともに7割以上が家計が「やや苦しい」「とても苦しい」と回答しています。また、経済的な不安は日々の生活だけでなく、子どもの教育や進学、老後の問題などにも影響を及ぼします。

そこで、これら様々な相談をワンストップで受け、必要な支援につなげているのが、ひとり親家庭支援センターです。

※ 1：令和2年国勢調査（総務省）

※ 2：令和3年度高知県ひとり親家庭等実態調査（高知県）

■子育てや仕事、法律に関する相談を無料で提供

ひとり親家庭支援センターの支援対象は、20歳未満の児童を扶養しているひとり親の方や寡婦の方、これからひとり親になるかもしれない方（離婚を考えている方など）です。

相談内容は、手当や助成金など公的支援制度のこと、就労や資格取得・技能習得に関する事、子どもの就

園・就学・進学や教育費に関する事、また、離婚に伴う親権や養育費に関する事などが中心となっています。

相談は、対面だけでなく電話やメール、オンライン、LINEなど多様な方法があります。さらに、弁護士や司法書士、心理カウンセラー、キャリアコンサルタント、ファイナンシャルプランナーなど各分野の専門家による無料相談（原則予約制）や、役所等での手続きへの同行支援なども行っています。

■ひとり親はもちろん子どもにも寄り添えるように

ひとり親になる理由には未婚や死別もありますが、最も多いのは離婚です。離婚により、子どもと離れて暮らしていても、親は子どもの生活を保障し健やかな成長を支える義務があり、法律上、養育費の支払いの責務が明記されています。

養育費は単なる金銭の問題ではなく、子どもにとって、自分が双方の親から大切に思われていることを確認できる大事なつながりです。しかし、離婚時に取り決めをしていない、支払いが滞ったなどの相談も多く、課題の一つだと感じています。

■周囲の理解も大きな支えに

ひとり親家庭の支援については、公的な制度だけでなく、地域のコミュニティや企業にもできることがあります。例えば、何かの時にお互い声掛けができるような関係性を築いておくのもその一つです。また、ひとり親の場合、子どもが病気になった時の預け先がなく困ることがありますが、職場に理解があれば働きやすさも違ってきます。

家族の在り方が多様化する中、ひとり親家庭の大変さに少しでも目を向けてもらうことで、みんなにやさしい社会になっていくのではないのでしょうか。

●ひとり親家庭支援センター相談一覧（いずれの相談も無料、原則予約制）

相談員による相談

月～金曜日	9:00～17:00 ※毎月第2水曜日は休み
土曜日	9:00～17:00 ※12:00～13:00を除く

弁護士・司法書士による法律相談

弁護士	第1木曜日 14:00～16:00	1回 約25分
	第4水曜日 10:00～12:00	
司法書士	第2木曜日 10:00～16:00	1回 約50分
	第3水曜日 10:00～16:00	
	※12:00～13:00を除く	

専門家相談

心理カウンセラー	第1土曜日 13:30～15:30	1回 約50分
社会福祉士 精神保健福祉士	第2土曜日 13:30～15:30	
ファイナンシャル プランナー	第3土曜日 13:30～15:30	
キャリアコンサルタント 公認心理師	第2火曜日 13:30～15:30	

いろんな家族のかたちがある中で、
誰ひとり取り残されない
高知家になっていくといいよね！



発見こころん

ひとり親家庭支援センター公式LINE
「エールの森」

公営住宅情報や職業訓練情報などお役立ち情報の配信や、チャット相談機能があるよ！



ひとり親家庭を支援する
こんな取組も！

子育てコワーキングスペース
パレット
「palette」

ひとり親家庭の収入アップを目指し、IT講座やキャリア相談などを提供するワークスペースが高知市内にオープン！週一回、託児サービスもある。運営は、ひとり親家庭支援センターの運営団体でもあるNPO法人GIFT。




詳しくは、
Instagramから



ひとり親家庭支援センター

所在地／高知県高知市旭町3-115 こうち男女共同参画センター「ソーレ」2階

☎088-875-2500

相談時間／月～金曜日 9:00～17:00

土曜日 9:00～17:00(12:00～13:00を除く)

※日曜日、祝日、第2水曜日、年末年始は休み



“高知のひとり親のお母さん、お父さんの困った時の相談窓口”として、就業支援や給付金、子育てや法律に関する事など、個々の家庭の事情に対応した相談を無料で行っている。また、県内各市町村役場への出張相談も実施している。

