



きずな



発行元：四国中央市人権教育協議会 〒799-0497 四国中央市三島宮川4-6-55
電話：0896-28-6028 E-mail:jinkyo@city.shikokuchuo.ehime.jp

人権ポスター

川之江高等学校 1年 白石 しらいし ももな 桃菜さんの作品



作者からのメッセージ この絵のテーマは「あたたかさ」です。今はストレス社会で、悩みや日々の不安など、いろいろな思いを抱えている人が多いと思います。だからこそ、この絵を見てくださった人に改めて支え合うこと、助け合うことの大切さを感じてほしいと思い、描きました。私自身、このポスターを描くことによって誰かにとって支える、支えられる存在になっているのだと改めて実感することができました。

人権教育講演会(社会教育部)



講師：島田 妙子 さん
演題：虐待の淵を生き抜いて
～人にも自分にもあたらぬ社会をめざして～

日時：令和5年1月6日(金)18時30分開演
場所：土居文化会館 大ホール(ユーホール)
要申込：0896-28-6028

内容：虐待によって命を落としかけた私は、自分も子育てをする中で孤独感や不安感から嫌な感情をむき出しにしてしまったことがありました。大人でも、「そんなつもりじゃない」感情を出してしまうのはごくごく自然なこと「誰か、うちのお父ちゃんの心助けたって・・・」子どもの頃、ずっとこう思っていました。人は心の中がいっぱいいっぱいになると自分でも想像できない感情を出してしまうことがあります。感情はクセになっていくだけ・・・通報する前にできることが沢山あります。

今月の主な記事

- 1 ページ 人権ポスター
- 2～3 ページ 地域住民をつなぎ身近な学習拠点としての公民館
- 4 ページ 人権作文・編集室から

人権教育協議会
ホームページ
QRコード



人権作文

「起立性調節障害への理解を」

土居高等学校 二年 高橋 たかはし 愛理 あいり

皆さんは、起立性調節障害という病気を知っていますか。この病気は、自律神経の調節の乱れにより、起立時に脳に血流が届きにくくなる病気です。主な症状として、起立時の立ちくらみやめまい、倦怠感、さらに朝起きられない、動悸や腹痛などがあり、その症状の重さも人それぞれ違います。この病気は、思春期に発症することが多く、中高生合計で約七十万、軽症例も含めると約百万人いるとされ、高校生では約四人に一人の割合で発症していると言われています。こんなにも多くの患者さんがいるにもかかわらず、遅刻や欠席が多いことから、周りの人からの理解をあまり得られないまま「さぼり」や「怠けている」、「仮病」などの心無い言葉を掛けられることも少なくありません。

私がこの病気を知ったきっかけは、起立性調節障害と闘うある高校生に関する動画を見たことです。その高校生は、起立性調節障害を知ってもらおうと、自らの病をテーマにした映画を製作していました。また、テレビ取材の質問に対して、この病気のつらさを、「孤独以外の何ものでもない。」と言い表していました。きっと誰にも理解してもらえないつらさを、「孤独」だと感じていたのでしょう。私は、この「誰にも理解してもらえないつらさ」にとっても共感しました。

その他にも、頭痛や腰痛など、一度に複数の痛みを感じることもあります。しかし、生理痛は痛みが少ない人もいれば、生理痛自体がない人もいるため、自分の痛みを理解してもらえないことがよくあります。以前、友達から、「生理痛なんて大したことないよね。」と言われたり、痛みがつかなくて保健室に行くこととしたときには、「生理痛で保健室に行くの？」と言われたりして、とてもつらかった経験があります。今は自分と同じ痛みを持つ友達に会い、苦しいときも相談し合うことができましたが、周りに理解してもらえない人がいなかったときは、まさに「孤独」でした。だからこそ、私は、起立性調節障害を持つ高校生の気持ちに共感することができたのだと思います。

痛みは、その人自身にしか分からないものです。そのため、自分の痛みを理解してもらえず、一人で抱え込んでしまうことがほとんどだと思います。しかし、痛みを正確に知ることができなくても、その痛みを理解しようとすることは誰にでもできます。私は、起立性調節障害を知ることによって、自分自身の心の視野が広がったように感じます。もし、私の周りにこの病気の症状があり、困っている人がいたら、起立性調節障害について詳しく伝えたり、「痛み」や「つらさ」について共感したりするなど、私にできることを、全力でしたいと思っています。そして、この病気を持つ人の「つらさ」について周囲の人に理解を求めたり、多くの人に知ってもらえるように広めたりして、「孤独」を感じている人を一人でも減らしていきたいと思っています。今後、社会全体でも起立性調節障害に対する理解が更に深まり、つらいときには休むことができる制度などの対策が充実し、この病気を持つ人も過ごしやすい社会になることを、私は心から希望しています。

編集室から

次の八つの問いに 答えてみてください。

- ①血液型で性格を想像してしまう
 - ②出身地でお酒が強いかどうかを想像することがある
 - ③単身赴任中と聞くと父親が単身赴任中だと思う
 - ④普通は〇〇だ、たいていは〇〇だという言葉を使うことがある
 - ⑤雑用や飲み会の幹事は若手の仕事だと思ふ
 - ⑥お茶出しは女性がするとよいと思ふ
 - ⑦お酒が飲めないとききあいが悪いと思ふ
 - ⑧動物好きな人に悪い人はいないと思ふ
- いくつか「はい」と思ったことはないですか。私はいくつもあり、「はっ」としました。
- これは先日、ある研修で知った言葉「アンコンシャス・バイアス」というものだそうです。「アンコンシャス・バイアス」とは日常生活の中で、自分自身では気付いていないものの見方や捉え方のゆがみの事だそうです。これは誰もが持っているものです。しかし、自分の先入観や思い込み、勝手な解釈で、無意識に発した言葉や態度が否定的なメッセージとなり、相手を傷つけたりストレスを与えたりすることがあるのなら問題です。自分の考えが常にこれでよいのかどうか、思い込みや決めつけがないかを振り返ることが大切だと学びました。
- (Y・F)

家族で回覧して下さい