

# あやべ「人権かがやき」だより

令和3年3月

## 令和2年3月「第3次綾部市人権教育・啓発推進計画を策定」

～ 誰もが安心して心豊かに暮らしていける  
真に 人権が尊重される まちづくりをめざして～

愛称：人権かがやきプラン

綾部市では、社会情勢や人々の価値観の変化により複雑多様化する人権問題に対し、市民誰もが等しく人権について正しい理解を持ち、その問題を自分事としてとらえ、問題解決に向け主体的に取り組む意識や態度を育む人権教育・啓発の推進に努めるため「第3次綾部市人権教育・啓発推進計画」を策定しました。



計画期間

2020(令和2)年度から2024(令和6)年度までの5年間

令和2年トピック

## 綾部市制施行70周年記念事業

### 「あやべ人権・あいフェスティバル」を開催しました!



男女共同参画社会づくり图画・ポスターコンクール表彰式



杉浦太陽さんトークショー



人権擁護委員活動報告



広め隊コンサート(鮎川めぐみさん・X+)  
エクスト



人権啓発展示





「ただいま」「おかえり」…そんな、何げないひとことが、自然と言いあえるまち綾部に。

# みんなで広げよう！ シトラスリボンプロジェクト！

新型コロナウイルス感染症に感染された方やそのご家族、私たちの暮らしを支えてくれる医療従事者やエッセンシャルワーカーの方々の人権への配慮を第一に考え、その方々にエールを贈り、安心して日常生活が送ることができるまちを、みんなで作りましょう！

市民一人ひとりが生きる喜びを感じられ、綾部に住んでよかったと言える真に人権が尊重される心豊かな社会となるよう、それぞれの暮らしの中で「ただいま」「おかえり」が言いあえる、安心・安全が守られるまちづくりを目指し、綾部市はシトラスリボンプロジェクトに賛同しています。

## シトラスリボンプロジェクトとは



Citrus Ribbon  
PROJECT

「シトラスリボンプロジェクト」とは、コロナ禍で生まれた差別、偏見を耳にした愛媛県の有志グループ「ちょびっと 19+」が進めるプロジェクトです。

誰もが新型コロナウイルス感染症に感染するリスクがある中、たとえ感染しても地域や職場（学校）の中で笑顔あふれる暮らしを取り戻せることの大切さを伝え、それぞれの暮らしの中で「ただいま」「おかえり」が言いあえる、受け入れられる雰囲気をつくり、安心・安全が守られるまちづくりを目指す取組です。

リボンやロゴで表現する3つの輪は、「地域」「家庭」「職場（学校）」を象徴しています。

シトラスリボンプロジェクトの詳細については以下のホームページをご覧ください。

シトラスリボンプロジェクト公式ホームページ

<https://citrus-ribbon.com/>



手作りリボンの作り方の動画なども紹介されています。ひとりでも多くの皆さまにご賛同いただき、すべての人に優しさと思いやりの心を表すシトラスリボンの輪を広げましょう。



# 新型コロナウイルス感染症に関する 偏見や差別をなくそう！

新型コロナウイルスの感染が広がる中、感染への不安から、感染された方やそのご家族、濃厚接触者、医療従事者等に対する誹謗中傷やSNSでの心ない書き込みが見られます。

こうした行動は、重大な人権侵害にあたるだけでなく医療受診をためらわせるなど感染拡大防止を妨げることにもなりかねません。

憶測やデマに惑わされず、国や府、市が発信する情報をご確認いただくとともに、人権に配慮した冷静な行動を心掛けましょう。



## みんなができる 約束事



### 感染者を非難しない！

感染は誰にでも起こる可能性があり、感染者は非難される対象ではなく、守られるべき存在

### 不確かな情報をむやみに拡散しない！

いわれのないデマや噂など誤った情報や不確かな情報をむやみに拡散させない

### ひとりで悩まず身近な人や相談窓口相談しよう！

困ったことがあればひとりで悩まず、身近な人や各種相談窓口相談する

### 感染者の出た職場や家族を非難しない！

感染者だけでなく、その職場、家族等への差別的な言動は感染の表面化を遅らせることになる

### 正しい知識や情報で冷静な行動をしよう！

国や府、市が発信する正確な情報に注目し冷静な行動をとる

### STOP コロナ差別！



私たちが克服すべき相手はウイルスです。一日でも早く安定した日常生活を取り戻すためにも、正しい理解を深め差別のない社会づくりを、私たちで取り組みましょう！

■人権推進課 (☎42-4249)

## ご存じですか？ フレイル予防



皆さんは、「フレイル」という言葉をご存じですか？「フレイル」とは、日本語で「虚弱」を意味し、加齢に伴って心身の活力が低下した状態のことを指します。多くの高齢者が「フレイル」の段階を経て、介護が必要な状態になると言われています。新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防のため、外出や人との集まりの機会が減り、自宅で過ごすことが増えています。生活が不活発になることで、フレイル状態が知らず知らずの間に進んでいるかもしれません。フレイル状態は、予防・改善することが可能です。ポイントを3つご紹介します！

### ①栄養バランスのとれた食事

筋肉の元になるタンパク質をしっかり摂ることが大切です。お魚やお肉、卵などの摂取を心掛けましょう。

### ②適度な運動

お勧めの運動はウォーキングです。普段している家事も、立派な運動の一つです。室内でできる運動等、無理なく取り組めることを実践してみましょう。

### ③社会参加

新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、地域の行事やイベント等の縮小・中止が相次ぎ、人との交流の機会が減っています。感染予防に努めつつ、地域活動や電話等を活用する等、工夫しながら人との繋がりを大切にしましょう。



■高齢者支援課 (☎42-4262)



# あなたとつながる 相談窓口

～ひとりで悩まないで、まず相談してください。～

## 〔綾部市〕

相談名	内 容	申込・問い合わせ先
人 権 相 談	いやがらせ、強要、差別、いじめ、虐待、子どもや高齢者の人権、その他人権に関する事などの相談	人権推進課 ☎0773-42-4249 (直通)
女 性 相 談	自分の生き方や性格、結婚、離婚、夫婦、男女関係、親子関係、配偶者・恋人からの暴力(DV)、セクシャル・ハラスメントなどの相談	あいセンター (男女共同参画センター) ☎0773-42-1801
家庭児童相談	育児、養護、虐待など子どもに関する相談	こども家庭支援相談室(こども支援課) ☎0773-40-1088 (直通)
教 育 相 談	不登校、非行、就学援助、発達障害等の相談	教育相談センター(学校教育課) ☎0773-42-1214
障 害 者 相 談	在宅で障害のある人の日常生活の向上のための相談	障害者支援課 ☎0773-42-4318 (直通)
こころの健康に関する相談	こころの健康や病気についての相談	
消費生活相談	消費生活や多重債務に関する相談	消費生活センター(商工労政課) ☎0773-42-4263 (直通)
健 康 相 談	健康に関する相談	保健福祉センター(保健推進課) ☎0773-42-0111

## 〔国・京都府〕

相談名	内 容	申込・問い合わせ先
人権問題法律相談 ～京都府人権リーガル レスキュー隊～	差別的な取扱いや誹謗中傷、プライバシーの侵害などによる人権問題について、京都弁護士会の弁護士による相談	舞鶴総合庁舎 ☎0773-62-2500
みんなの人権 1 1 0 番	人権問題一般についての相談	全国共通(電話相談・面談)予約不要 ☎0570-003-110
女性の人権 ホットライン	女性の人権問題全般についての相談	全国共通(電話相談・面談)予約不要 ☎0570-070-810
子どもの人権 1 1 0 番	子どもの人権問題全般についての相談	全国共通(電話相談・面談)予約不要 ☎0120-007-110
外国語人権相談 ダイヤル	日本語を自由に話せない方からの人権相談に応じるための通訳を配置した専用電話	全国共通 ☎0570-090-911
Foreign-language Human Rights Hotline		

発行：綾部市 市民環境部 人権推進課

〒623-8501 京都府綾部市若竹町8-1 TEL 0773-42-4249 / FAX 0773-42-4406