



## の教室・行事予定

日	曜	教室・行事等
1	水	フォークダンス (10:00~12:00)
3	金	健康体操 (13:30~15:30) 南子ども会 (19:30~21:00)
6	月	健康・太極拳教室 (14:00~15:30)
10	金	健康体操 (13:30~15:30) 南子ども会 (19:30~21:00)
11	土	人権啓発指導者育成講座(13:30~15:30) 詩吟 (19:00~21:00)
13	月	健康・太極拳教室 (14:00~15:30)
14	火	茶道 (13:30~15:30)
15	水	ふれあい料理教室 (9:00~12:00) フォークダンス (10:00~12:00)
16	木	健康相談 (13:30~15:30)
17	金	健康体操 (13:30~15:30) 南子ども会 (19:30~21:00)
20	月	健康・太極拳教室 (14:00~15:30)
24	金	健康体操 (13:30~15:30) 南子ども会 (19:30~21:00)
25	土	詩吟 (19:00~21:00)
27	月	健康・太極拳教室 (14:00~15:30)
28	火	茶道 (13:30~15:30)

～毎月10日は人権を考える日～  
『正しいことを見極めて正しい判断を！』

新型コロナウイルス感染症が、依然として終息のめどが立たない状態です。新型コロナウイルス感染症については、いろいろな噂が飛び交いました。どこの会社の方が感染したとか、どこの職場の方がPCR検査を受けたとか・・・。

ここで、正確な情報だとしても考えなければならないことがあります。いたずらに世間の人々を不安に陥れるものは発信すべきではないと判断しなければなりません。

私たちがまずしなければならないのは、自分が感染しないようにどのように対策していくかということです。また、感染してしまった方の人権をどのようにして守るかということです。

今はネット社会で、あらゆる情報が瞬時に入ってきます。そして、ネットで検索して出てくる情報は膨大です。西条市の小・中学校では、全員がタブレットを持って学習を進めています。タブレットを使って調べ物をしたり、友達と情報を共有し、友達と情報を交換し合って、何が正しいかを見極めていくのです。指導者は、正しい判断ができているかどうかをチェックして授業を進めています。情報は簡単に手に入れることができるようになります。その情報をどのように生かしていくかは、しっかりと大人が伝えていく必要があります。

子どもたちの喧嘩の原因を聴いていると、間に入った友達の言葉を信じ込んでしまってトラブルになるということがあります。指導者立ち合いで本人同士が直接話をすると、誤解が解けて納得できるものがほとんどです。子どもたちには、相手に直接確かめることの大切さを伝えます。私たちは子どもたちに信頼してもらえたい大人になりたいものです。そのために、正しい人権感覚をさらに磨いていきましょう。

西条市人権教育協議会・西条市人権擁護課

【開館時間】9:00～17:00  
【休館日】土曜日 日曜日  
国民の祝日 年末年始(12/29～1/3)

※新型コロナウイルス感染症拡大状況により、予定が変更または中止になる場合があります。

## 第260回 会館ミニ展示会

### 『書道作品展』

【日程】12月13日(月)～25日(土)  
【場所】大町会館 玄関ホール  
【提供】南子ども会&桜会(児童)

一人で悩まないで、まずはお気軽にご相談ください。

ここ大町会館(隣保館)は、人と出会い、交流、つながる場です。偏見や差別、排除のない多様な生き方やこれからの社会の在り方を語り合う場です。人と人がつながり合う社会に関心がある方、何かを始めたいと思っている方、お気軽にお立ち寄りください。ご心配事、悩み事など各種相談、お申込み・お問い合わせは、**西条市大町会館(☎0897-55-5393)**まで、お気軽にご相談ください。

# 大町会館 だより12月号

2021年12月 第260号  
発行:西条市大町会館  
西条市福武甲1644番地1  
TEL・FAX: 55-5393  
eメール  
omachikaikan@saijo-city.jp



## 今一度考えてみたい。人権と、そして命の重みを

～第2回人権啓発指導者育成講座を開催しました～

11月6日(土)、本館主催の人権啓発指導者育成講座を開催することができました。と申しますのも、7月下旬ごろからの第5波となるコロナ禍に伴い、本来予定しておりました8月並びに9月の講座が共に延期となり、延期としていた10月の講座(第1回目)もやむ得なく中止としました。今回の講座は8月予定であったものを、講師の白石さんの快諾により何とか開催することができる状況となつての講演会となりました。季節は秋本番を迎え、会場の2階大会議室には30名を超える受講の皆様のお出席を得て、さわやかな「学びの場」となりました。

今治市より白石由紀子さんを講師にお迎えして、『今一度考えてみたい。人権と、そして命の重みを』と題してご講演いただきました。

ハンセン病療養所国立大島青松園(高松市沖の大島)に入所されていた方が書かれた一冊の本を通してのハンセン病との出会いを始めとして、子ども会と入所の方々との声や手紙、折り鶴などの交流、ご自身並びに婦人会の皆さんとの大島青松園への訪問・交流など、約40年にも及ぶ入所者の方々との心の交流やハンセン病問題に関わる様々な学びをご自身の体験を想起しながら、その思いを熱く語っていただきました。

交流し始めた頃のご自身の無知を恥じるとともに、この無知から生じる無理解が人間に予断と偏見、そして差別を助長させていくことである、だからこそ行動することが大切なことであり、これからも「今から、これから、自分から」動いていきたい、と語られたことに強く共感を覚えました。

「生きていくことは、当たり前ではない」、その命の重みを自らの生活や生き方に問い続けていきたいと思えます。

聴講者の方々から、講演後に温かい言葉や感想をいただきました。ご参加いただきました皆様、誠に有難うございました。





## 感染症に負けない食事を摂っていますか？

～会館地域交流事業 第2回健康教室を開催しました～

新型コロナウイルス感染症の波もようやく落ち着き始めた晩秋の11月9日(火)、今年度第2回健康教室を開催しました。当初9月に実施予定でしたが、コロナ禍に伴い延期となった教室でした。済生会西条病院栄養科長の越智 泉先生を講師にお迎えして、『感染症に負けない食事』というテーマでお話いただきました。越智先生のやわらかい語り口調で、ユーモアを交えながらのとても有意義な教室でした。

感染症を予防するための大きなポイントは、『免疫力』をアップさせることです。『免疫』とは、身体にもともと備わっている細菌やウイルス等の外敵や病気から身体を守り、正常な状態を保つシステムのことです。免疫機能は、自律神経のバランスを整えることで正常に働きます。そのため大切なキーワードは、[食事][運動][睡眠][笑顔]の4つです。特に、笑顔(愛顔)の大切さに共感しました。

[食事]の最大のポイントは、『バランス食』です。先生から食事の摂り方について4つのポイントが示されました。皆さんもご自身の食事について振り返ってみてください。

- ① エネルギーをとる
- ② たんぱく質をとる
- ③ ビタミン(A・C・D)をとる
- ④ 腸内環境を整える

一日3回、朝・昼・晩の食事、主菜・副菜・果物とバランスのとれた食事を心がけながら、感染症に負けない食生活を送りましょう。肝に銘じなければならないことは、「自分の身体は、自分で守る」ことです。

本教室にご参加いただいたヨガサークルの皆様、並びに地域の皆様、有難うございました。



## 人権啓発指導者育成講座のご案内

令和3年度第3回人権啓発指導者育成講座(大町公民館と共催)を下記のとおり実施します。

《日 時》12月11日(土) 13:30~15:30

《場 所》大町公民館 2階大ホール

《講 師》谷口 晃 さん 西条市青少年育成センター 指導員

《演 題》今、輝くために

会場は大町公民館です。  
お間違えのないように!



※ご参加の際は、マスクの着用、手洗い・手指の消毒、検温等をお願いします。  
※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、中止となる場合もございます。

## お知らせ

### 小・中・高校生の人権ポスターを 展示します。

例年、大町会館文化祭において小・中・高校生の人権ポスターを展示して参りました。コロナ禍に伴い昨年に引き続き本年度も文化祭をやむを得ず中止することとなりましたが、「差別をなくする強調月間」の取組にあわせて、児童生徒の人権ポスターを会館1階ロビーにて展示いたします。

ぜひ、ご覧になってください。

展示期間  
11月29日(月)~12月10日(金)

## 第2回 ふれあい料理教室

【日 時】12月15日(水)

9:00 ~ 12:00

【場 所】大町会館 1階調理室

【講 師】土井 沙織 さん

【費 用】200円

【定 員】8名(先着順)

【申 込】大町会館(55-5393)まで

パン🍞を  
作りまーす♪

