

三原市人権文化センターだより

発行／三原市人権推進課
編集／三原市人権文化センター
所在地／三原市長谷一丁目6番1号
電話／0848-66-1111
FAX／0848-66-1112

健康教室に行こう！

今あらためて生活習慣病を考える

三原市の死因の上位を占めるがんや心疾患，脳血管疾患は生活習慣病に含まれ，私たちの身近にある怖い病気です。また，生活習慣病は誰もがかかる恐れのある病気でもあり，自分のみならず家族がかからないために，どのように生活習慣を改善すればよいかみんなで学びましょう。

と き **2月22日（水）10：00～11：40**

ところ 三原市人権文化センター 2階大会議室

血圧測れます！



| | | | |
|-----|--------|---------|-------------------------------|
| 日 程 | 9：30～ | 受付・血圧測定 | 血圧測定を希望される方は9時30分に受付へお越しください。 |
| | 10：00～ | 開会・講演 | 講師：三原市保健福祉課職員 |
| | 10：45～ | 運動の実践 | 自宅できたんに続けられる運動を実際に行ってみます。 |
| | 11：00～ | 施設紹介 | 高齢者相談センターおそらの紹介 |
| | 11：10～ | メニュー紹介 | 食生活改善メニュー（魚料理と野菜を多く使った料理）の紹介 |
| | 11：25～ | 料理の試食 | 上記の料理が実際に試食できます！ |
| | 11：40 | 閉会 | |

定 員 40人（先着順，申し込み不要）

参加費 無料

料理の試食あります！



※ 新型コロナウイルス感染拡大防止対策を行ったうえで実施します。

料理教室を開催します！ 「春の色彩り（地産地消）」

- と き 3月12日（日）9:30～12:00
- ところ 三原市人権文化センター
- 参加費 700円
- 申込み 3月8日（水）までにセンターへ
- 定 員 12名（申し込み先着順）
- 料理名 ①わけぎのロールめた②大根と干し柿の柚子酢
③鮭のパセリバターソース④三色そぼろ丼 他
- 持参物 米1合，エプロン，マスク，三角巾，料理持ち帰り容器

本をご利用ください

三原市人権文化センターでは，人権に関するものを中心に700冊以上の本が常に関覧できます。また，貸し出しも可能ですので，希望する方は事務室までおたずねください。

☆おすすめの1冊

「人種差別撤廃条約と反差別の闘い」

※国際化が進む一方で外国人を排斥する動きは国内外で起きています。お互いの人権が尊重される国・地域にしていけるために，その歴史から学べる1冊です。

人権相談

人権相談員が相談をお受けします。◇ と き 土・日・祝日を除く10時～16時
相談は無料で，秘密は守られます。◇ と ころ 三原市人権文化センター
お気軽にご相談ください。 ◇ 電 話 0848-66-1111



「誰か」のことじゃない。自分自身のこととして考えよう。

人権のひろば



学ぼう！SDGs (持続可能な開発目標) (6)

SDGsは、持続可能でよりよい社会の実現を目指す世界共通の目標として、2030年度を達成年限とし、17のゴール(目標)で構成されています。「人権のひろば」では、人権に関する目標を紹介していきます。

5 ジェンダー平等を実現しよう



【目標5. ジェンダー平等を実現しよう】

すべての女性と女の子の能力を伸ばし、可能性を広げること及び男女の性別にかかわらず平等に機会が与えられる社会をつくるのが目標です。

「なくなる児童婚・暴力」

世界では人身取引からの児童婚や強制結婚は多く、18歳の誕生日を迎える前に結婚した女の子は推定で6億5,000万人と言われています。そして今も年間1,200万人の女の子は18歳未満で結婚していると推定されています。そのうちアフリカでは、25年前には7人に1人だった児童婚が、最近では3人に1人となり、増加傾向にあります。児童婚の多くは女の子が対象になりますが、18歳未満の結婚で早期の妊娠や出産をすることで、妊産婦の死亡リスクが高まります。それだけでなく、弱い立場であることから暴力や虐待、強姦性交の被害を受けやすく、学校を途中退学することなど教育機会が奪われることで将来的なリスクを抱えたり、家庭内労働力としてのみ強制させられる実態も見逃せません。

また、世界の女性の3人に1人は、暴力被害にあっています。2012年に殺害された女性の2人に1人は、パートナーや家族によって殺されたといったデータもあります。そのうち助けを求められる女性の数は少なく、暴力を受けた女性のうち40%未満しかいないのが現状です。

「ジェンダーとは」

ジェンダーとは、生物学的な性別に対して、男性と女性の役割の違いによって生まれる性別のことをいい、例えば「料理=女の仕事」とする性別をいいます。ジェンダーによる差別をなくし、一人ひとりの実力が平等にいかされる社会をつくることは全世界の課題です。



★きょうは何の日？ 2月 人権カレンダー

2月21日は「国際母語デー」

1999(平成11)年ユネスコが、「人類が使う全ての言語の保存・保護を推進する」ことを目的に決めました。世界には7,139の言語がありますが、そのうち約2,500の言語が消滅する危機にあるといわれています。母語とは幼児に自然に習得する言語のことですが、地域では母語を使いながら、公共では英語など公用語を使う人は多くいます。母語など言語の数だけ異なった文化が存在し、他の文化を知ることは、多様性を認め合うひとつのきっかけになるのではないのでしょうか？