

気 づ く こ と
で き る こ と

気 づ く

つな がる

ひろ がる

「人権ってなあに?」「わたしには関係ないよ」

人権って、そんなにむずかしいものじゃないよ。

ちょっとまわりを見わたせば、気づくこと、できること、たくさんあるよ。

そんな“気づきのかたち”をひろげたい。

HUMAN RIGHTS



くらしのなかに人権を

奈良市



いくつあるかな？

これは、わたしたちがふだん生活しているまちのようすです。
注意深く見つめれば、まちにひそむさまざまな人権問題が見えてきます。
いくつあるかがして下の項目をチェックしてみましょう。



公園では…

- ☐ 女の子が野球に加わりたようです。▶ P3へ
- ☐ 寂しそうに座っているおじさんがいます。▶ P6へ

会社では…

- ☐ 採用試験で必要のない質問をされています。▶ P8へ
- ☐ お客さんにお茶を出している女性がいます。▶ P3へ

路上では…

- ☐ 点字ブロックの上に自転車が置かれています。▶ P4へ
- ☐ 横断歩道を渡るおばあさんを車がせかしています。▶ P6へ
- ☐ 子どもたちが赤と黒のランドセルを背負っています。▶ P3へ
- ☐ 外国人に道を聞かれて逃げ出しています。▶ P7へ
- ☐ 子どもの言っていることを聞こうとしない親がいます。▶ P5へ
- ☐ 外国人を珍しそうに指さす子どもがいます。▶ P7へ
- ☐ 車いすの人が横断歩道を渡れずに困っています。▶ P4へ

家庭では…

- ☐ 子どもに暴力をふるっている親がいます。▶ P5へ
- ☐ 子どもの結婚を認めようとしない親がいます。▶ P8へ
- ☐ 女性が働いている横で男性が昼寝をしています。▶ P3へ

不動産屋では…

- ☐ 外国人が入居を断られています。▶ P7へ



「女らしく」「男らしく」、そんな言葉を言ったり聞いたりしたことはありませんか？
身近な女性問題として起こっていることから考えてみましょう。

本当の「らしさ」って何!?

女 性社員が
お茶くみをしています。



STEP 1

気づきポイント

- ① お茶くみは女性だけの仕事ですか？
- ② 性別によって仕事を決めつけていませんか？

女 の子が
野球をしたがっています。



STEP 1

気づきポイント

- ① 野球は男の子だけのスポーツですか？
- ② 女の子が男の子と一緒にスポーツするのはおかしいですか？

STEP 2

わたしのできること

性別で役割を固定してしまう考え方は、人それぞれがもっている個性
や能力を発揮できない原因につながります。

最近、男女に関係なく当番制でお茶くみをする企業や、男性が家事を
こなす共働きの家庭などが増えてきています。一人ひとりが、性別にこ
だわらず、自分らしさを出していくことが大切です。

わたしたちが何げなくしていることでも、さまざまな障がいをもつ人々には
障壁（バリア）と感ずることがあります。障がいをもつ人の立場で考えてみましょう。

まちのバリア!?!心のバリア!?!

視 覚障がい者が
自転車にぶつかりそうです。



STEP 1

気づきポイント

- ① 点字ブロックの上に自転車が置かれていませんか？
- ② 点字ブロックは視覚障がい者にとって大切なものだと思いますか？

車 いす利用者が
横断歩道を渡れません。



STEP 1

気づきポイント

- ① 車が通っていて渡れずに困っていると思いませんか？
- ② 車いす利用者をさけようとしていませんか？

STEP 2

わたしのできること

障がいのある人たちが、一人の人間としてあらゆる社会の場に参加
し、当たり前の生活をするためには、障がいのある人も、ない人もお互
いに助け合うことが大切です。まちのバリアを取り除いていくことはも
ちろん、自分の身のまわりに困っている人がいるときは、気軽に声をか
けていきましょう。

つながる
ひろがる

奈良市男女共同参画センター（あすなら）

女性問題に関する相談や各種講座の開設、男女共同参画に関する情
報提供などを行っています。また、センター内のスペースを提供し、女性
団体やグループの交流、男女共同参画に関する調査研究や広報などとさ
まざまな活動を支援しています。

tel / 0742-34-1525 開館時間 / 9:00～21:00

休館日 / 毎週火曜日・国民の祝日 ※祝日が火曜日のときはその翌日も休館



つながる
ひろがる

バリアフリー

現在では、「障がいをもつ人たちの社会参加を困
難にしている、社会的・制度的・心理的な障壁を取り
除く」という意味で使われるようになってきていま
す。つまり、バリアを取り除くことによって、誰もが平
等に参加できる社会がえられるという意味です。



大人は子どもを「まだ半人前」と考えていることがあります。
自分の幼い頃を思い出して考えてみましょう。

子どもは大人の半分!?

子 どもが話を聞いてもらえません。



STEP 1

気づきポイント

- 1 「子どものくせに生意気だ」などと子どもの主張を軽視していませんか？
- 2 子どもの意見を聞こうとしていますか？

子 どもが大人から暴力を受けています。



STEP 1

気づきポイント

- 1 子どもの「しつけ」はたたくことですか？
- 2 「しつけ」が「虐待」になっていませんか？

STEP 2

わたしのできること

子どもにも大人と同じように考え、意見を述べる権利と一人の人間として幸せになる権利があります。大人は子どもを「まだ半人前」と軽視するのではなく、子どもがもつ「よさ」を引き出すために、子どもの意見をよく聞き、適切なアドバイスをして、のびのびと成長できる環境を整えていきましょう。

高齢者は人生の先輩です。長い道のりを歩んできた経験と知恵を豊富にもっています。
高齢者の視線で考えてみましょう。

歳をとるって寂しいこと!?

高 齢者がゆっくり道路を渡れません。



STEP 1

気づきポイント

- 1 道路を早く渡ってほしいと思いませんか？
- 2 高齢者を邪魔者あつかいしていませんか？

高 齢者が一人で座っています。



STEP 1

気づきポイント

- 1 高齢者が一人だと寂しそうに見えませんか？
- 2 「何か話しかけよう」とは思いませんか？

STEP 2

わたしのできること

人が歳をとることは、寂しくてかわいそうなことではありません。高齢者には長い道のりを歩んできた経験と知恵があり、子どもや青壮年者は、その多くの知識を高齢者から学ぶことが大切です。自分から話しかけて、高齢者の知識を学び、さらに考え方や習慣を理解するとともに、助け合う気持ちを持ちましょう。

つながる
ひろがる

子どもの人権110番

地方自治法に専用相談電話を設置し、人権擁護委員が相談に応じえています。自分の身のまわりで起こっている人権問題や一人で悩んでいることなど、電話で気軽に相談することができます。相談内容についての秘密は厳守されています。

連絡先／奈良地方自治局「子どもの人権110番」

tel 0742-23-5734 (月曜～金曜の8:30～17:00)



つながる
ひろがる

シルバーハラスメント

高齢者を対象とする虐待や介護拒否などをシルバーハラスメントといいます。虐待は、介護する側のストレスや閉鎖的な人間関係が大きな要因といえます。高齢者を支える人が限定されることで、こうした状況が起こりやすくなっているのです。虐待をなくすには、介護にいくに多くの人が関わっていくことが大切です。



国際化がすすみ、日本でもいろいろな国の人びとと接する機会が多くなりました。
外国人との接し方を考えてみましょう。

みんな同じ人間なのに!?

外 国人が
好奇の目で見られています。



STEP 1

気づきポイント

- 1 心の中でバリアをつくっていませんか?
- 2 肌の色や目の色など、外見で人を判断していませんか?

STEP 2

わたしのできること

言語や宗教、思想、生活習慣がことなる外国人に対して、偏見をもっている人もいます。誰もが歴史を見つめ直し、人種や民族、文化、思想の違いをこえて理解し合うためには、外国人や外国文化に接することが大切です。そのきっかけづくりをあなたからはじめてみましょう。



つながる
ひろがる

ワークプラザ・なら

「ワークプラザ・なら」では仕事に関する情報収集や相談を受けつけています。また、外国人求職者などへの就業相談や職業紹介も行っています。

連絡先／外国人雇用サービスコーナー

tel 0742-36-8010

(月曜～金曜の9:00～17:00)

「ある地域で生まれた」ことで差別を受ける、それが同和問題です。
「自分には関係ない」ではなく、一緒に考えてみましょう。

出身地で判断されるの!?

就 職の面接で不必要な
質問をされています。



STEP 1

気づきポイント

- 1 就職するのは本人なのに出身地などで判断していませんか?
- 2 本人の適性や能力が採用の基準にならないのですか?

STEP 2

わたしのできること

出身地を理由に、自由や権利を侵害されることが今でも身のまわりで起きています。わたしたちは、日々の生活の中で、偏見や世間体にとらわれた、差別につながる考え方に気づくことが大切です。日頃から人権意識を身につけ、身のまわりで差別を感じたら、その場で発言していきましょう。

出 身地などを理由に
結婚を反対されています。



STEP 1

気づきポイント

- 1 出身地を理由に結婚を反対していませんか?
- 2 本人同士の意味だけで結婚はできないのですか?

つながる
ひろがる

全国統一応募用紙

就職活動のときに、履歴書に「本籍」を記入させ、出身地が理由で採用を取り消されたり、就職ができたとしても職場で偏見や差別を受けることがあります。すべての人が公正な判断のもとで就職の機会が得られるよう、「本籍」「家族」などの記入欄が削除されています。

気づく・つながる・ひろがる >>>

これまで、さまざまな場面の人権問題について考えてきました。

あなたはどう感じましたか？少し視野をひろげるだけで、多くの問題に気づかされませんでしたか？

ふだん何げなく言っていることやしていること、考えていることをもう一度ふりかえってみてください。

“見てるだけ”
になっていない？

外からまちを眺めている
この人に気づきましたか？

あなたも決して無関係ではありません。
他人ごとだと思っていないですか？
家庭・学校・まち・社会のいたるところに人権問題は存在しています。
見て見ぬふりや「自分には関係ない」と思うのではなく、
あなたにとっての身近な問題であると気づくこと、
それが解決の第一歩となるのです。



あなたが気づいたこと
できることを書き出してみよう！

あなたがふだん感じている人権問題について書き出してみましょう。
きっと自分からはじめられる何かが見えてくるはずです。

あなたが気づいたこと

あなたができること

小さな気づきが大きくつながる。

「気づき」をもったら、いろんなことが見えました。
「行動」にできたら、みんなが幸せになりました。
それをつなげたら、世界に平和が訪れました。
小さな気づきが大きくつながる。
あなたにできること、はじめてみませんか。



気づきからはじめ
できることから行動しよう



発行年●2004年

発行●奈良市人権教育・啓発推進本部

奈良市人権啓発センター

〒630-8106 奈良市佐保台西町114番地の3

tel 0742-72-1510 fax 0742-72-1511