

■第一号■

「はい・こちらはくらしの相談所の木村です」
南島原くらしの総合相談所長 木村優仁



国内には35業種45万人の相談委員が活躍しており、総務省の行政相談委員がおこなう「行政相談」、法務省人権擁護委員が行う「人権相談」、民生委員が主として行う「心配ごと相談」などを見聞きされると思います。

「行政相談」は、行政に関する国民からの苦情、要望や意見を受け付け、それらを行政の改善に反映させることが目的です。

「人権相談」は、国民の基本的人権が侵犯されることのないように監視し、若し、これが侵犯された場合には、その救済のた

め、すみやかに適切な処置を採るとともに、常に自由人権思想の普及高揚が目的です。

「心配ごと相談」は、高齢者等の日常生活上のあらゆる相談に応じ、適切な助言指導を行うことにより、生活支援と福祉の向上を図ることが目的です。

また、世界各国が採用しているオンブズマン制度は、スウェーデン語でOmbudsmanと書き1809年にスウェーデンで生まれ、行政に対する苦情を国民より受け付けて、中立的な立場から原因を究明、是正措置を勧告して簡易、迅速に問題を解決する制度です。具体的には「法の施行の監視して不法行為の是正、行政の改革、人権の保護」などで、行政を監視して個人の人権保護が目的です。このように、国家（権力者）による意志決定が難しい事態に陥った時に、政治体制や身分階級の序列に加わらない人が、その仲裁や査定を行うものとして、制度化されてきたのがオンブズマン制度である。苦情を「処理する」行政側の代理人ではなく、「申し立てる」側の代理人である。行政当局か

ら独立した市民の権利を守るための制度です。これらを網羅した相談所こそ、「くらしの総合相談所」です。相談先がわからない時や何処に相談したらいいのか迷った時にご利用ください。

◆日常生活及び職場で習慣にしたら将来役に立ちます。

①メモする。記録する。日記をつける。

携帯のGPS（位置情報）、録音、写真機能も活用する。

②ポケットにボイス（IC）レコーダー。

③自家用車にドライブレコーダー。

④自宅に防犯カメラを設置し、月に一度は家の周りを見てまわりました。

⑤外出の時は、メモを置くか、家族共有の黒板などに外出先等を必ず記入して出かける。

⑥自宅の電話は、番号表示し録音機能のものにする。

⑦SNS（Facebook・Mail・LINE・Twitter・Blogなど）は必要最低限にて対応する。余分な発信や閲覧したりしない。

さあ自分を守るために、出来

るものから取り組みましょう。

■第二号■

■自宅の玄関に見覚えのないシールが貼ってないですか。

●自宅や事務所のドアや壁に見覚えのないシール（検査済・調査済・色シールなど）が貼ってあったり、文字や記号など書かれていないですか。次に来る者への目印の場合がありますので、見覚えがないものは、がしまししょう。月に一度は家の周りを点検すれば、家があなたに何かを語りかけることでしょう。

■電話機器の機能を活用した対策

①ナンバーディスプレイ、録音可能な型式の電話機に変える。

②特定電話や非通知には出ない。③相手が名乗るようになってから電話を取るような機器もあります。

④電話器に登録した表示者だけに出るようにする。⑤電話に出るから急に不安になった時は、「会話を録音させていただきます。」と告げて録音ボタンを押して会話する。また、

各警察署では、犯人からの電話

を警告メッセージと録音機能により未然に防ぐことができる。「自動通話録音機」の無償貸し出しをしているところもありますので、お近くの警察署にお問合せ下さい。

◆電話勧誘での対応

●はつきりと告げる。(YESかNOかの返事)「いいです」「結構です」「今回は見合わせます」などの曖昧な対応では、どちらにもとられ、商品が意思に反して送ってくる場合があります。① いらぬものは、はつきり「いいません」と断る。② 個人情報(名前、勤務先など)おしえない。③ 契約などで署名や捺印する時は、よく読み、そして考えてから行うようにしましょう。あなたの身近に相談できる方をもつていたら、一人で手続きしないように助けてくれるんです。

◆孤独はいいが孤立しないように

問題に直面した時や行き詰まった時に身近に相談できる人がいるかどうかです。特殊詐欺被害に被っている人は、一人で対応している場合が多いからで

す。職場でのパワハラ、セクハラ、学校などでのいじめも同じではないでしょうか。孤立している場合がほとんどです。人間も苦しんだり爆発したいときにシグナルを発します。自然でいう「前ぶれ」「前兆」「予兆」と言うように、その人に、何かが起こる前にそれを暗示するような現象があらわれます。その時、そばに心が通じ、互いに観察し合う人が居なくてはいけない時代です。さらに生活する上で医療の専門家、法律の専門家、そして身近に相談できる人をもつていたら生きていく上で心強い人生になると思います。(木村優仁)

★会社・組織・各種団体(経済・農業・漁業)・福祉施設・各学校の総務担当者 様

*くらし全般、人権問題研修の出前教室(講座)しませんか。特に職場などでの各種のハラスメントは、目に見えないので気づかない場合があります。事前に実施されていけば抑止力にも成ります。(開催は無料)

■第三号■

■何処に相談していいのか。こんな些細なことでも相談していいのか、悩んでいる人がいます。このように問題が大きくならないうちに、そのような方と接す



る機会(窓口)をより多く見いだす作業を優先しなければなりません。行政サービス関連の総合的及びワンストップ相談窓口としての機能を求められていることから「相談をしたいが、どこに相談したらいいのか、わからない」ときの行政相談」と、まず最初に思い描かれ、お気軽にご連絡いただけるような相談体

制や組織づくりが必要と考えております。

近年、ひとり住まいの方が増加してきており、相談会のあり方も地域に即した相談形態に変えてゆく必要があります。定例相談会のように待つ相談会も必要ですが、学校や職場での出前教室、老人会や自治会等での懇談会などで出かけて行くことも必要に成ってきました。私は、それを訪問相談と呼んでいます。

「あきない」も、当初はてんびん棒で担いで各家庭を訪問してました。リヤカーだったり、富山の置き薬、御用聞き、在庫方式(各家庭に置いてもらい使用した分だけ代金を頂く)など訪問が基本でした。待つ相談会も必要ですが、出かけていくことで相談者に沿った相談活動と考えています。身近では医師の往診、教師の家庭訪問、県や市町村の出前講座などがあります。

最近では生徒、経営者、NPO法人、学校関係、公的相談委員の方々にお話しする機会があり、参考になればと、まず高校の出

前教室の内容についてお話ししようと思います。

高校の出前教室は、高校生は4月から就職や進学して、社会と接触する機会が増え、多様なトラブルに遭遇したり、社会の仕組みなどで戸惑うことが多々あると思います。そこで、人生で何処に相談したらいいのか困ったときに、「総務省の行政相談」を思い出して、すぐ連絡してもらえよう「出前教室」を開催して理解していただくようと考え開催しています。一部が総務省行政相談課より日常生活と行政、人の一生と行政のかかわり、そして具体的改善した事案を説明します。まず当初、総務省の事務方のトップの事務次官の桜井俊さんを写し出し、子供が嵐の櫻井翔と告げたら、会場がどよめきます。次に私は、全国に820万戸ある「空き家」問題を取り上げます。住まわれない荒廃した家屋は、台風や強風の時に瓦など飛んできたり、シロアリや蚊や蛇が繁殖して生活に支障があるとの相談です。通学路の場合は子供たちへの安全面を考えてゆかねば成り

ません。市、自治会、警察、保護者の協力が必要となります。居住者の死亡や転居、相続人が考えられないことなど様々なものが考えられ、所有者にたどり着くことが困難

です。そこで、行政相談委員は、相談業務を通じて得られた様々な行政運営上の改善についても意見を総務大臣に述べること（行政相談委員法の4条）ができます。これを利用して①住宅建築時に車みたいにリサイクル料や保証金みたいに建築費の3%を市区町村に納める。②家屋と土地を市区町村に寄付したら市が責任を持って管理する。③地域内の不動産と連携して空き家の斡旋で市外からの移住者を募る。④解体には市区町村から補助金を出すことの提案です。①が注目され、②③④は各地で実施されています。

次に「不燃物の収集日の追加」は、収集日が日曜日だけだったので、会社、病院、商工会などは、休日に出勤して出さないといけないので、平日も追加してほしいとの事案で、平日が追加されました。ゴミは、指定日に

出すのが基本ですが、可燃物は指定日以前に出してある場合があります。仕事や用件で当日出せない場合など自治会の許可を受けてカラスなどの対策して出します。指定日以外に出しても不法投棄（廃棄物の処理及び清掃に関する法律）とはいえませんが、生活している自治体を通じてゴミを出すので自治体の条例・規則や一般廃棄物処理計画で定める廃棄物の排出方法に沿って出すように成ります。

こんなことを聞いたことがあります。指定日以外にゴミを出してある、点滅したままの（切れかかっている）防犯灯、必要ない看板や立て札がそのまま、うろろろしていても「どちらかをお探ですか」と声をかけてこない地区が犯罪発生が多いことです。互いに無関心ということでしょうか。第1号で月に一度は家の周りを見てまわれば、何かを語りかけるでしょうと、書きました。自宅の表（玄関周り）さえぼんやりとしか見ません。まして裏にはなかなか行きません。シールが貼ってあったり記号が書いてあったりしている場

合があるんです。（つづく）

■第四号■

■次に高校卒業後に直面するのは、アパート・マンションを借りることです。住居が気に入らなければ賃貸住宅契約書を結びます。まず契約書を十分に読むことです。その中に家賃、敷金、礼金の記載があります。敷金に関連しますが、退去時のトラブルで一番多いのが原状回復についての両者の考えの相違です。原状回復は「賃借人の居住、使用により発生した建物価値の減少のうち、賃借人の故意・過失、善管注意義務違反、その他通常の使用を超えるような使用による損耗・毀損を復旧すること」と定義されていますが、敷金で足りなくて高額な費用を請求される場合もあるようです。そこで、入退去時の物件状況及び原状回復確認リスト（チェックリスト）で相互で確認して、リストごとに写真を撮っておくことが大切です。

国土交通省住宅局より出されている「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」は、「原

状回復にかかるガイドライン」、
「トラブルの迅速な解決にかか
る制度」、「Q&A」、「原状回復にか
かかる判例の動向」、「参考資料」
から構成されています。貸借借
契約の当事者である貸借人（大
家）や貸借人（皆さん）が、積
極的に活用されトラブルの未然
防止と

円滑な解決に役立ててもらいた
めに作成されています。貸借人
の負担となるもの、借借人の負
担となるものなど列記されてお
り、貸借人・借借人の修繕分担
表もチェックリストもこの中に
あります。退去時にトラブルに
成りそうだったら「ガイドライ
ンに沿ってお願いします。」と
言ってみたらいいと思います。
次にネットトラブルですが、
多種多様な方法で誘導してきま
す。商品購入時や宿泊先を選ぶ
ときに「口コミ、お客様の声、
カスタムビュー」など参考にす
る人が多いですが、万人が満足
する商品やサービスは少ないも
のです。良いことばかりだった
ら関係者が書き込んでいる場合
があるんです。ホテルや旅館ご
とにある「お客様の声」の見方

として

、以前宿泊したところを、自分
の経験と照らし合わせて見たら
いいと思います。また、フィッ
ティングサイトは、実在する会社
などになりすまして、ID・パ
スワード・クレジットカード番
号などの個人情報不正に入手
しようとしていますので、極端
に安い商品などあれば注意して
ください。買い物途中で登録し
ていたのにクレジットカード番
号やパスワードなどの個人情報
を聞いてきたら買い物中止し
て完了まで行かないで、サイト
を確認してください。申し込み
後も撤回または契約を解除でき
るクーリングオフ制度がありま
す。訪問販売や電話加入販売は
8日、内職やモニター商法は2
0日、ネットや通販にはクーリ
ングオフはありませんので、返
品の手続きとなります。注意す
るのは、商品などが価格が消費
税込みか別か、送料は有料なの
か無料なのか、返品の場合の送
料はどちらが負担するのかわ
ず。

最終は決済となりますが、請
求書の内容が企業名の場合があ

るので、納品書は保管して請求
内容と対比するようにしましよ
う。これを行っていない人が多
いのです。私の場合、クレジット
ト会社の請求の中に架空請求が
記載されていましたので、カー
ド会社から請求内容を当該企業
（海外）に問い合わせてもらい
ました。回答がないので請求書
が再発行されて減額していただ
いた経験があります。コンピュ
ーターで管理しており大企業だ
からと安心するのではなく、デー
ターのはじめは、我々と同じ人
間がおこしているからです。

■第五号■日本の憲法の第11
条は、人間が人間らしく生きて
ゆくために社会によって認めら
れた権利、そして第13条には、
人間の生存と自由を確保し、そ
れぞれの幸福を追求する権利が
うたわれています。人は、一人
ひとり人間らしく、幸せな生活
ができると言うことで、人が生
まれながら身につけて持っている
のが**基本的人権**と言うこと
です。

今までお話しした行政相談も
全て社会の仕組みを良くして安

全で幸せな生活ができるように



有享が間人（権人らかだのもるす

する権利）と考えていいと思
います。

次に人権に特化したことに触
れたいと思います。SMA P（ス
マップ）の「世界に一つだけ
の花」という歌を取りあげられま
す。歌を流したらいいのですが、
事情により最近はできない状態
です。人は、一人ひとり違う、
これを個性と言うので比較でき
ないのです。だが人は比較して
自分の立場や位置を確認した
がるのです。それぞれの個性を大
事にして、互いを認め合いなが

ら生きてゆこうという思いが込められた歌です。

人権問題を考えるにおいて、加害者の立場から中立、そして現在は被害者の立場で考えるようになってきています。いわゆる、「**人権は進化する。**」ので、進化に応じて絶えず学ばないといけないのです。皆さんが、不快だと感じたら人権侵害も考えられることです。また逆に皆さんが、加害者になっている場合があります。何気ない発言が隣人に苦痛を与えている場合があります。知らないうちに地位や先輩の立場を利用して弱い立場の部下や後輩に圧力を与えている場合もあるんです。

また、無口で何言っても話を返してくれないので、面白くないから友達を付き合いをやめたという人がいます。

こんな逸話があります。東京電力の青木社長さんの若かりし頃、本社でやり手、うるさ型なのでうとまれていた。よって、営業所に左遷されました。すっかり落胆して口数もめつきり少なくなり、気力もなく、会議や会合でも一切意見を言わなく成

ってしまったのです。営業所のみんなは、今度の本社から来たやつは、すこしもいばらす、話せる男ではないかと、評判になったそうです。青木さんは、黙っていることで、ますます信頼され、人望を高めたそうです。普通の人の逆をすればいいのだと思つた。「有用だろうと思つていた言葉が、実は無用であつた。」とわかつたそうです。

いわゆる、無口な人は、聴くことが中心と成り、よく廻りの方々の会話を聞いているから、よく覚えていきます。良く聞いてくれるので「話がわかる人」と成つた。学校や職場や会議で、よくしゃべる人が有利とは言えないのです。**人はいちばん得意とする才能でつまづくことが多い**からです。失言での辞任を聞かれたことがあるでしょう。

また、人権問題を考えるのに、言葉も相手の状況を考えた発言をする必要があります。同じ言葉でも立場によつての異なる理解です。日頃何気なく皆さんも言います「**がんばってください**。」は、言う方の気持ち、言われる方の気持ちです。人生の

苦難を被っている方に「がんばってください。」の言葉は適切なのかどうかです。快く思わない方がいらつしやるのです。「生死をさまよい、全財産を失い、今ここにいる。これ以上何をがんばれと、あなたは言うのか。」です。相手の置かれている状況を考える必要があります。どのような言葉がいいのですかと、よく聞かれるのですが、これが良いというわけではありませんが、ひとつご紹介します。「どうか心を強く持つて、前に進んでください。」と。

■第六号

次に、「インフォームド・コンセント」という言葉が

あります。医療側からの理解、患者側からの理解として医療指針によく使われています。意味は、「説明・理解」と、それを条件にした「合意」です。医師が患者に対して、治療を開始する前にこれから始める治療内容について「なぜこの治療が必要なのか」「どのくらいの期間がかかるのか」「この治療をすることによる効果はどういったも

のか」「治療にかかる費用」等を、わかりやすく説明をし、その上で患者から同意を得ることを言います。説明後、治療方針を拒否しても双方が受け入れられていると言えます。同意しての署名ならいいのですが、「全部先生にお任せします」といつても十分に理解しないままに署名する人も多いのです。治療後、「このような結果になると思っていなかった」「こんなことになるなら治療をしなかったのに」などトラブルが少なくありません。

1ンフォームド・コンセントに関連してパターンリズム

と言う言葉があります。これは専門家と一般人の関係に当たります。強い立場の者が、弱い立場の者の利益のためだとして、本人の意志に反してでも行動に介入・干渉することを言います。かゆいところに手が届く行為はいいのですが、弱い立場の人の気持ちに添ったことが大切になります。たとえば、こんな事があった場合を考えてみてください。車いすの方がお客と

してレストランに入店されました。ウェイターのあなたはどうしますか。多くの方は、その方を見て、何も考えずにテーブルの椅子のひとつをどけて、そこに誘導するでしょう。



だが、人によっては車いすは蒸れるので、椅子に移って、ゆっくり食事したいときがあるんです。先入観（固定観念・偏見）をすてて普通に接することが大切です。無関心ではなく、言葉をはじめ、どのような関わっていかかを考えてみてください。

次に、学校を訪問することがよくあります。教室の中に「人の嫌がることはいないようになりましょう」と貼ってあります。

「人の嫌がることはしないようにしましょう」のキャッチフレーズは、どんな意図で表示しているか、わかる方がいますか。わかったようでわからないですね。

①人の嫌がることは、人とは人間ですが、わたしも人間です。皆さんは、私の嫌がることはわかりますか。わからないと思います。

②次に、あなたが座っている周りの方も人間です。その方々の嫌がることはわかりますか。これもわからないと思います。

③クラスで毎日顔を会わせる席の前後左右のお友達の嫌がることはわかりますか。毎日顔を会わせているので、ぼんやりとでもわかるでしょうか。

④毎日遊んだりする親友や仲良しのお友達の嫌がることはわかりますか。いつも一緒だからいくつかわかります。

⑤自分がされたら嫌と思うことはわかりますか。わかりますね。だが言えないですね。このように段階的に考えて見ることで人権を考える機会にしていただけだと思います。

よって、「自分の心の痛みとなるようなこと、また、自分が嫌だと思うことは、他人にしないこと」これが基本です。私が長々お話ししているのは、すべてその補足説明にすぎないのです。

■第七号■

テレビなどで最近出演者が「あなたの方はリスペクトされています」などと使っています。これは、フィリピンのロドリゴ・ドウテル大統領が、日本の安倍総理、中国の習近平総書記、ロシアのロシア・プーチン大統領は、私をリスペクトしてくれるけど、アメリカのバラク・オバマ大統領だけはしてくれないとの不満発言で話題になりました。リスペクトは、米語で **Respect** と書き、尊重する、尊敬する、敬意を払うの意味です。リスペクト

・ **アザーズ (Respect others)**

とは、相手に敬意をもって尊重しなさいとの意味です。アメリカの人種差別の中に息づいています。周りの人の個性を認め尊重していく中で信頼関係を築いて行く。ひどい人権差別を次の

世代に繰り返させないように、また人権差別が、心の中に芽生えないようにと社会全体で戒めています。

皆さんは、今までクラブでの各種スポーツや学校での競技をしてきている中で、ミスすると「この下手くそ、ちゃんとせんか、どこを見てるんか。」と言われたり聞いたことがあると思います。アメリカでは、周りから「リスペクト・アザーズ」と言う言葉が飛んできます。日本でもドンマイ・ドンマイ（don't + mind）と聞くことがあります。気にしない。気にしない。さあ、前に向かってがんばろう、でしょうか。

同じ人間は一人も居ない、個性を認め合い分かち合える（尊重し合う）こと、そして、出来なくとも一人ひとりが努力していくことの大切を教えています。

全国中学生人権作文コンテストにおいて、法務大臣賞を受賞した作品「リスペクト・アザーズ」は、アメリカと日本の対人関係を比較しながら、「人権」について理解を深めていったプロセスを描いています。ユーチ

ユーブ (YouTube) でも見れ
すから、一度見てください。

皆さんは、卒業して進学、就
職、家業を継ぐなどして、今ま
でより社会との接点が多くな
り、トラブルに遭遇する場合が
多くなるでしょう。ハラスメン
トもその一つです。ハラスメン
トとは、他者に対する発言・行
動等が、本人の意図には関係な
く、相手を不快にさせたり、尊
厳を傷つけたり、不利益を与え
たり、脅威を与えることです。
アメリカで1970年に女性雑誌M
にセクハラが掲載されたのが初
めてと言われています。内部の
問題だから刑事告発はせず内部
で解決しようという考え方から
ハラスメントという考え方がう
まれてきています。刑事告発し
た時点でハラスメントではなく
犯罪として捜査されます。

ハラスメントで代表的なもの
は、1. セクハラ 2. パワハ
ラ 3. マタハラ (妊婦や出産
を理由に) 4. セカンドハラ (二
次被害) 5. モラハラ (言葉や態度での
精神的暴力) 6. ソーハラ (職
場の上司が強制的にSNSで絡ん

でくる) 7. リストラ・ハラ (退
職に追い込む嫌がらせ) 8. ス
モハラ (たばこの受動喫煙) 9.
カジハラ (嫁が洗った食器を姑
が指先でこする。夫が洗った食
器を洗い直す。) 10. ブラハラ
(血液型で性格を判断) 11. オ
ワハラ (就職内定者への拘束、
他社には目を向けるな。) 12.
パタ・ハラ (育児参加の権利や
機会を職場の者が侵害する。) 13.
ジェンダー・ハラ (男のく
せに、女だてらに) 14. ハラハ
ラ (ハラスメントという大義名
分を武器に、言いがかりに近い
ことを言って周囲を困らせる行
為で、ハラスメントのハラスメ
ント。たとえば、言いまちがい
や言葉じりをとらえて、それは
ハラスメントですと騒ぎ立て
る。) などがありません。

■第八号■

ハラスメントで、最近のもの
がありますかと、ありましたの
で、付け加えます。日々、ハラ
語ができています。ケアハラ (家
族の介護と仕事を両立しようと
している者への嫌がらせ)、バ
レハラ (職場の上司がバレンタ

インの義理チョコの強要)、又
ーハラ (麺類を日本人がブルズ
ルと音を立ててすすめることに外
国人が嫌がること)、コクハラ
(相手のことも考えず、突然の
告白は、相手にとつて迷惑行為、
女性は恐怖を感じることも)、
ジタハラ (最近の残業問題の対
策で、上司が早く帰れと5時す
ぎたら言い続ける。時短ハラス
メント) などあります。何かを
強要したら〇〇ハラと作られて
います。たとえば、職場の慰安
会や忘年会にピコ太郎の PPAP
を強制することで、ピコハラの
言葉が生まれています。

次に、男女雇用機会均等法と
いう法律があります。1985
年に制定され、職場における男
女の差別を禁止し、募集・採用
・昇給・昇進・教育訓練・定年
・退職・解雇などの面で男女と
も平等に扱うことを定めていま
す。何度か改正され、女性保護
のために設けられていた時間外
や休日労働、深夜業務などの規
制を撤廃。さらにセクシャル・
ハラスメント防止のため、事業
主に対して雇用上の管理を義務
づけています。

だが、男女差別しないように
平等平等と言われていますが、
まだまだ人の心の中には男と女
の生まれながらのものがあるの
でしょう。

たとえば、こんな場面を作っ
て周りがどう反応するかを試し
たものがあります。街角で、男
性が女性に暴力を奮っていたら、
みんなが止めにかかり女性
に味方します。反対に女性が男
性に暴力振るっていたら、みん
なが微笑んで通り過ぎてゆきま
す。男性は力があり、女性は守
つてあげることと思われている
のです。男のくせに、女だてら
には、ジェンダー・ハラスメン
トですが、このような言葉がで
きる自体が男女差別の長い歴史
が存在したことがわかります。

最近、電車などでの痴漢行為
などで線路を走って逃げている
人の光景がテレビで放映されて
います。もしも見に覚えのない
ことで拘束されたり逮捕された
ら、あなたならどんな行動を取
りますか。

長崎弁護士会にホームページ
にこのように書いてあります。
逮捕されたらあなたの身柄は原

則として最大72時間拘束され

ます。その後、原則として二日以内勾留されます。さらに二日以内の勾留延長（通算して最大20日間の勾留）がなされ、身柄を拘束されます。逮捕・勾留のあいだ（最長23日間）ずっと警察の留置場などで孤独になったあなたは、今後のことが心配になるでしょう。また、実際には罪を犯していないのに、逮捕・勾留されてしまったという事態が生じるかもしれません。このような被疑者（罪の疑いをもたれ逮捕された人）の心配を受け止め、また不当な身柄拘束から一刻も早く解放するために、あなたのところに弁護士がいち早く駆け付けけるのが「当番弁護士」の制度です。逮捕されたら携帯も自由に使用できないので、知り合いの弁護士がいない場合は、あなたが警察官や裁判官に「当番弁護士を呼んでください」と言えば、弁護士会に連絡が入り、当番弁護士が原則24時間以内（離島は原則28時間以内）に出動します。あなたでなくとも、家族や知人が弁護士会に連絡することもできま

す。

当番弁護士の費用は、最初の出勤費用は弁護士会が負担しますので、無料です。引き続き弁護を依頼したい場合は、弁護士費用がいくらになるかなど、当番弁護士にお尋ねになり、依頼することもできますし、弁護士費用の負担が困難な場合は、費用の立替え制度（日本弁護士連合会による刑事被疑者弁護援助制度）もあります。

再度言いますが、このように、社会生活するにおいて、医療の専門家、法律の専門家、そして身近に相談できる人の3名もついていたら生きていく上で心強い。特に、あらゆる相談に対応する総務省の行政相談委員や法務省の人権擁護委員や厚労省の民生児童委員なら気軽に相談でき、さらには相談は無料だと。当番弁護士の連絡先／長崎地区・離島地区：095-823-1236／佐世保地区095-6-22-9404 ◆引用したURLは、長崎県弁護士会「最終閲覧日：2017年11月6日」http://www.nben.or.jp/2012/module/page02/index.php?content_id=10

#aino

■第九号■



明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願い申し上げます。

さて、県立高校より人権研修の依頼を受けて、社会人としての人権意識についてお話をしてきました。今年の三年生は就職者が多いと教頭先生から聞きました。参考になればと、少しお話ししたいと思えます。今までお話しした箇所はタイトルのみにいたします。では、早速始めます。

皆さん今日は、法務省 人権

擁護委員の木村と申します。本日は人権についてお話しをしたと思います。これから、就職や進学、又は家業を継がれるなどで、各方面に行かれると思います。人権侵害は、加害者も被害者も不幸です。加害者は、今まで培ってきた信頼・信用・名誉などが、一瞬に吹き飛んでしまいます。人権侵害は時間が解決すると思う人がいますが、受けた人は一生心に残り消えないのです。心の痛みとなるようなこと、嫌だと感じることは、他人にしないこと。これが人権侵害やハラスメントの全体です。あなたにとつて、人権を考えていく上で、先入観や思い込みや固定観念を捨てることより始めなければならぬのです。

本日は、社会生活に組み込んで欲しいことを5つお話しします。

その1つは、全国何処に住んでも身近に人権擁護委員がいて人権機関があることをその2は、人の縁を繋ぎ人脈をつくり、友の輪を広げること。趣味など通じて幸せなとき合うと、自

分も幸せに成り、運が微笑んでくれることを。

その3は、異分野などにもに関心を持ち仕事以外にもうひとつ夢中になれることをもてば、仕事にも人生にもあなたを助けることを。

その4は、時折、両親など家族と連絡をとること。

その5は、社会生活において、医療の専門家、法律の専門家、そして身近に相談できる人の3名もついたら生きていく上で心強いです。

これを聞いてください。「世界で一つだけの花」。次に、ビデオを見ていただきます。「あなたの職場、大丈夫?」です。この中のハラスメントの構図をご覧ください。普段仲の良い先輩の小島主任も自分に攻撃が向かうので、傍観者に成っています。同僚の岸本さんは、自分を優位にするため湾曲強調して上司に告げる行為をしています（こんな人は少なくありません）。戦力である人材を失うことをわからない上司。総務か営業事務に担当を変えるべきであり、課長として管理能力が問

われます。傍観者も加害者と見なされる場合があります。上司で共通しているのは「強気に弱く、弱気に強い」、いわゆる「上司に弱く、部下に強い」ので上層部に知らせる行動も効果があります。どうしても告訴する場合は、加害者だけでなく最終責任者までをからめる方法もあります。

次に、タイトルとしていただいた社会人として求められる人権意識ですが、箇条書きにあげますと、1. 人権は、日常生活での基本ルールです。2. 性別

(男女) 役割分担意識の改革。これはたとえば、お父さんが「風呂はいるぞ」と言うと、お母さんは、下着などの替え着を風呂場に持って行く。「飯はまだか」と言うと、既に晩酌をしているお父さんに、まだ食事の準備が出来ていないので、お母さんはみつくるってつまみを持って行く。家庭の中で子どもたちは、お父さんとお母さんの会話を身近に聞いて生活してきています。皆さんも聞いていないですか。社会に出て、それをそのままパートナーに求める人がいま

す。

もう30年前になりますが、長崎総合科学大学教授、グラバー園名誉園長、長崎国際文化協会顧問のブライアン・バーク・ガフニ氏と南島原市有家町の飲食店で食事したときに教えてもらったことをひとつ。日本では、「おいしい、お茶、新聞、たばこ」と言うと、奥さんが飛んで持ってくるが、欧米では、「おいしい、コーヒー、新聞、たばこ」と言うと、灰皿が飛んでくると。

■第十号■

時間の都合でお話しできなかつた分も記載します。社会人として求められる人権意識を続けますと、3. 企業も社会の一員として社会貢献と責任で人権意識の高揚。4. インターネットの新たな課題（匿名での誹謗中傷）。最近、インターネットにより差別の仕方が変わってきています。根拠のない悪口を言いつらして、他人を傷つけ、それが拡散してゆき止められないのです。メールなどネット文書は、発信前に、「発信していいのかわるかを再確認して」発信して

ください。深夜に（特に飲酒しながらので）作成した文書は、攻撃的な傾向になりがちです。で、次の日に読み返してから発信するようにしてください。5. ハンセン病患者等（エイズ）への偏見（正しい知識理解で偏見や差別の解消）。6. 国際社会の一員としての役割（宗教・習慣・文化の違いを理解・人種差別・難民・民族紛争）などです。最近まで肌色というクレヨンや色鉛筆や絵の具でありました。それは日本人の肌を象徴する色でしたが、国際化の中で、いろんな皮膚の方がいます。人種と肌の色に対する差別的認識を拡大しかねないので、「ペールオレンジ（淡い・薄いオレンジ色）」と呼ぶように成っています。

また、次のものは募集時の履歴書記載事項及び面接での質問を求めないようになってきます。信仰、宗教、本籍、血液型、両親の学歴や職業、付き合っている人がいるのか、近々結婚する人がいるのかなどです。縁談などで、こんな事を聞いたことがありますか。「当家

は6代続く家系であなたのとは家柄が違う」と、私の母の先祖は、鍋島藩の豪族で原城の乱後に移住してきており母は20代目です。「たかが20代です」。

たとえば、100代で2000年目の家系図があっても、現在を生きる我々と年数は皆同じで、人は寿命が違うので代数が違うだけです。私はこのように考えています。秀でている人もいますが、マイナス部分も持っています。よって、人間プラスマイナスしたら、皆、あまり変わらないのです。

人権意識について1から6まで述べましたが、これらに共通するのは、正しい知識理解で偏見や差別をしないことです。物事の本質を見極め「普通に接し普通に生きて行く」ことです。「普通」については、後でお話します。

また、同時進行で1・2年生が、今研修を受けている「デートDVって何？」対等な関係を築くために「も同じです。恋人も夫婦も互い他人同士。育ちも考えも違うもの同士が付き合うのです。互いに自分が持つて

いないものは魅力であり貴重な個性として受け止め、認め受け入れることより始まるのです。パートナーを支配したり自分の所有物だと勘違いして、踏み込んでいけない心の中にまで入り込み、強制することでトラブルが生じるのです。これは、前号で書きました性別（男女）役割

分担意識の改革にも通じます。父が「誰のお金で生活していると思っているんだ。」家事をやんとして見ているのか、これを見てもみる、これでも外出するの。か。「そんなに生活に余裕があるのか。だれが稼いできているのか。」母は、「今日のこと

は事前に何度も言っています。当日にどうして言うんですか。何ヶ月前から約束して楽しみにしていた友人との食事会でしたが、行くのをやめます。」父は、「おれは行くなどは言っていないぞ」など一例です。自分の存在価値を誇示するための行動

です。家庭ではこのようですが、会社や外では普通の人です。日々、夫婦間の上下関係を聞きながら育ってきた子が、そのような行動に走りがちと言われ

ています。お金を稼いでくる人が偉くて尊重される考えです。家事や子育てをする人がいてこそ安心して働けるのです。相手を思いやる、そうゆうパートナーを見つけてください。

私が、働き始めた頃は、営業が直接収入を得るので、給料も高く何でも優遇されていました。社長も営業出身です。営業事務や総務や経理などの管理部門は、何でも後回しだったんです。現在も収入を得る部門の人が胸を張っていることを、まだまだ会話の中で感じます。

■第十一号■

心にとめて欲しいことを5つお話ししました。そのひとつに「時折両親など家族と連絡をとるように」をあげました。それは、皆さんが県外に就職されたら両親と過ごせる時間は、これからの人生で、皆さんが思った以上に残り時間は少ないのです。高校卒業までで人生の大半が終わるからです。それは、就職したら実家に帰るのは、多くてもお盆と正月です。家族を持

ったら家族の旅費等で年に一度の帰省もままならないのです。私は、東京に就職しましたが、当時は、東京には長崎みたいに盆休みがないので、正月の年末年始の6日に2日の有給休暇で帰ってきていました。

たとえば、年に2回帰るとしてお盆に3日、4日、正月に3日、4日くらい帰省して、大半を友人に会ったり同窓会に出席して、家族とは1日、3、4時間過ごすくらいです。お盆で12時間と正月で12時間で、1年で1日となります。お母さんが47才なら（日本人の平均寿命は、女性87才・男性81才）残りの時間は40年です。よってお母さんとの時間は多くても40日です。お母さんとしては、会えないので、連絡がない子どもへの思いが強く、スマホの待ち受け画面みたいに成って、あなたの顔が心の画面にいます。そのような状態の時、突然電話がかかってきます。うすうすだまされているかも知れないと頭をよぎっても、お金をだしてしまうのです。生きていてとで困った子供たちのへの手助

けを行うことでの自分の存在価値を認めて欲しいのです。オレオレ詐欺を防止するためのCMで詰め寄る息子に母の言葉があります。「年とつたんかねえ。あんたが助かればって、思ったんよ」とあります。些細な話題でも結構です。時折に連絡を取るようにしてください。時が流れ、両親が亡くなり住んでいた家が空き家(南島原市800軒)に成ってしまっています。退職後でもいいですからふる里に帰ってきてください。

また、社会に出たら自分で決断することが多くなります。特に、契約が20才から契約できるので、先般、話題に成りました成人式の着物もそうですが、過度の前金での割引・誇大広告で社会経験が少ない人をターゲットにして契約させています。実行する前に相談することは抑止力を高めることになりそうです、まず契約する前に、借金する前に、手続きする前に、振り込む前にご相談ください。

もうひとつが架空請求(詐欺)があります。「有料動画サイトの利用料金の未納がございま

す。本日連絡なき場合は、少額訴訟に移行します。」とメールや葉書で送ってきます。訴訟など裁判関係は葉書やメールや普通郵便では送付されません。特別送達、書留、内容証明郵便など使い、受取り確認を求められずです。さらに慎重を期すなら、受け取った書類の電話番号にかけなくて、電話帳やネットで電話番号を調べて書類の内容を直接聞いたらいと思えます。

次に、就職(入社)したら、チェックするものがいくつありますか、主なものをあげてみましょう。本日の研修のテーマはパワハラですが、日頃の行動が抑止力になるのです。普段より信頼できる友人・同僚・先輩・上司をもつことですが、職場の人間観察(人間ウォッチ)で、性格・癖・タイプなど見ることで、これから付き合っていく上で参考に成ると思います。自分のことより他人のことはよくわかる(見える)場合がよくあります。

たとえば、売上げ低迷のお店で、経営者の立場で改善するのではなく、店の入口の道路の反

対側から店舗を見て、一度、お客になって店舗を回って見ると、入口に段ボールが積んであり、市場帰りのトラックが店の前に置いたままで、入店しにくい状態。そして、ちよつとした商品を買いに来たが、お買得品を見つけ買物カゴは周りにないので入口まで引き返さないといけなくなつた。このようにお客さんの立場で考え、見て、いわゆる視点を交えることも効果があるのではないだろうか。職業柄、経営的な話題に成りましたが、その人の立場に成って考え、何故、人がそのような行動を取り、そのような言動をするかを観察から始めてはどうでしょうか。

■第十二号■

会社で働くことで日本と欧米と対比したものがありません。日本では、入社式、朝礼、サービス残業、人事異動、定年退職金はありませんが、欧米ではありません。皆さんは技術を持って入社されますが、日本では、就社なので他の分野の部署に配属される場合があります。欧米では、

就職なので採用時の職種で働き、サービス出勤とか残業は考えられないと言います。長時間労働で亡くなったとき、日本では過労死と言いますが、欧米ではそんな言葉はないのでKAROSHIと言っています。今日2時間残業したら明日2時間早く帰るようになれば会社に金銭的負担が生じないのです。(労働時間貯蓄制度)

入社したら初対面の方ばかりなので、会話も展開するようにしたらいと思えます。「出身地はどこですか。」では、「島原市や南島原市です。」で終わってしまいます。「出身地はどこなところですか。」と言えば「南島原市なら手延そうめんの産地で、世界遺産登録に向けて全市で取り組んでいる。」とか返事がかえってきます。最初の方が、閉じられた質問・会話で、後の方が開かれた質問・会話です。私は、日頃の相談活動で相談者が何を言おうとしているのかを促すために使っています。

また、人は感情で言えば感情でかえってきて、理屈で言えば理屈でかえってくるものです。

相手が感情的に成った場合は、冷静に成って感情部分を抜いて聞いたら、この人は何を言おうとしているのかわかるものです。

たとえば、お父さんが「お前は馬鹿か、将来はちゃんと決めでゲームや遊んでばかりで、ろくな大人にならんと、このばかたれが、お前が何も言わんけん、就職すつとか進学すつとか、かあちゃんと毎晩、話ばしとつと。」と言われたら、感情の部分を抜いて「就職すつとか進学すつとか」を聞き取って、家には余裕がないと思っていてあきらめていたことでも、専門学校に行かせてくださいと言ってみていいと思います。人が怒った威嚇するときは、敵から身を守り戦う姿勢で、何かを守ろうとする行為と言われています。身近な方が怒ったりしたとき、この人は何を守ろうとしているのだろうかと同じと観察してみてください。

家なのに田畑も少なく、父も小学校2年で父を亡くして学校にも行けず苦労したようです。私も高校に行くかどうかで、両親から話がありました。家に余裕がないのがわかるので、中学校でたら調理師として働きたいと両親に言いました。だが、母が高校は卒業した方がいいと言ったので、農家を継がせたかった父も渋々了解しました。私は、木村（きむら）と言いますが、いろんなどころで本村（もとむら）と呼ばれました。それは、深江町から南有馬町の1万世帯で昔から木村はうちだけでした。木村の名字の親戚は今でも何処にもありません。母のお蔭で高校に通い出しましたが、月謝と定期券のお金を両親に言うことがなかなかできないで遅れる月もありました。入学してしばらくして、授業の中で、「貧しく生まれた人はそより脱出するためには頑張ればいい、何故ならどん底にいるのだから頑張れば良くなるだけだ。一方裕福な家に生まれた（銀のスプーンをくわえて生まれた）人は、努力しないでもある程度の生活

をしていくことができる。だが、父を超える人生を歩み、社会に認められるように成るためには、さらなる努力が必要である。」と先生がある方の自伝から引用して話されたことを記憶しています。たとえば、保育園通園の頃から自家用車で送り迎えを毎日してもらっていた人が、明日から歩いて行きなさいと言われた時、私は雨の日も風の日も歩いて行っていたので、明日から自動車で送迎するからと言われたら、すぐその環境に努力しないで順応することができません。ぬるま湯は熱くも寒くもないので長時間浸かっていられる。そこから抜け出して自ら厳しい環境（熱湯や冷水に入る）に身を置くべきかの人生の覚悟は、並大抵ではなく、努力にも違いがあることでした。家に余裕がないのに教育を優先させた母のことを少しお話ししたいと思います。

■第十三号■

6月5日に山口佐賀県知事にお会いした際、母方の先祖が佐賀と縁があることを話させてい



いただきました。

母（ス井コ）の生家である豊増家に少し触れますと、豊増家は1637（寛永14）年に勃発した島原・天草一揆後の1642年の幕府の移住命令により佐賀の鍋島藩の豪族であった豊増市衛門が南有馬に移住してきたのが初代である。水飢饉が続く中、地域の住民が安心して稲作ができるよう自費で曲堤（かねんとつつみ）作ったので「てぼじいさん」と呼ばれていた。母の父である宮市は20代目に成る。明治15（1882年）年3月16日に南有馬吉川に生まれ、

南有馬尋常小学校を4年行き、まぼろしの第七高等小学校（有家町下町の十八銀行社の社宅）に2年通う。毎日わら草履をひとつ風呂敷に入れて通ったらしい。原城入口にあった川口石油さんがあった場所が一番怖かったらしい。3年目に口加高等学校へ移り、殿様路を歩き、山を越え途中で看護石があり、いつも休んでいたという。

北村西望さんの兄の総族さんが村長の時、助役をやり、その後、村長と成った。初代が作った曲堤が20日で枯れるので掘り下げ、その土は埋め立てに利用して田畑（吉川の墓のあたり）の耕作面積を広げた。並行して白木野の堤も掘り下げている。

又、吉川みかんは、伊木力みかんの中野たえもんさんと共同にて研究開発した。中野さんは、技師を含めの名ほどの雇い、当時でも保管する地下室があったという。滞在中は、身の回りの世話は、女中がしてくれたらしい。

宮市は、蜜柑をはじめ農業全般に詳しく、吉川蜜柑を最初に植え、島原半島の大半は宮市が

栽培した株分けであり、県内外からも要望があったので分けてやっていた。当時は食べるものも少なく、まして蜜柑も珍しかったが、地域の老人を敬うことを優先に、出荷する前に、まず60歳以上の老人に、毎年「蜜柑」を配っていた。ラジオで毎月季節ごとに「輪作体系」を放送していた。土地が、一年中、有効利用できるように考えての指導で、自らの研究を生出演でこなっていた。将来、酪農の必要性を考えた宮市は、自費で宇野より乳牛を仕入、浦田の駅の前に牛乳とバター工場を建てた。人造バターではなく本物志向を消費者が求めて来ると考え、真性バターにこだわった。初めは協力企業が森永であったが、途中より明治乳業に変わっていった。母が大きくなるまでであったという。

長浜（浦上病院の下）では自殺者や切腹する者が多かったのだ、見張り番をさせていたが夜には誰もいなくなるので、宮市自身が夜には見張りについていた。行き倒れが多いので、それを聞くと「握り飯」を持って走

った。

又、柳川より貝を三隻に積み込み、干満の差が特に大きい北岡の浜で養殖し缶詰工場を建てようとしたが、昼間は見張り番で防げるが、月夜の晩に掘られることに気づかなく取られてしまった。生前、父に「こんなにもく行なって失敗したことはないのか」と聞いたとき、唯一の失敗として話してくれた。原城の蘇鉄が耐えないように株分けして有家の寺、深江、島原など島原半島の至る所に植えている。初代「市衛門」と誕生日が同じなので、生まれ変わりと信じて精進し、周りの人の為にと尽力した生涯であった。

母は、豊増宮市の四番目に生まれ、長男が豊増大吉郎で島原中学校の教諭から県内高校の校長から島原中央高校の校長になった。次男は県庁、長女は教諭となった。母は、長男（大吉郎）とは16歳違うので、時々家にくるお兄さんは誰だろうと思っていた。網で取ったさかなではなく一本釣りの魚を使用人がわざわざ買わせていたらしい。時代は昭和5年頃（母5歳）であ

るが、兄の給料は百円と母は記憶している。

■第十四号■

何故、人口が少ない地方でそんなに相談が多いのですかと良く聞かれます。総務省の季刊誌の全国版「行政相談」や長崎県の委員季刊誌や第一法規より発行されている「日本と世界のオンラインブズマン」に書いております。この本は、ネットや全国書店にてお求めできます。

そのひとつをご紹介します。それは相談者が相談者を連れてくることです。

私は、かかりつけ医師（病院）の患者への対応を参考にして相談活動に生かしてきました。

①外来患者診療、入院患者診療、往診（突発的な診療）、訪問診療（定期的）など患者に沿った診療をしています。

・高齢で運転できない人、ひとり経営者（理美容室）など来れない人ならこちらから訪問するようにしました。また、手延そうめん業者など製造業が300社近くあるので、仕事が済まれないからでも相談できるように1

7時30分から実施していません。地域の実情に合わせた相談時間帯の設定で、会社勤務の方も最近は多くなりました。また、若い人も、匿名でも、いつでも(24時間)相談出来るように相談専用のホームページを平成13年より発信しています。(日本で一人かも知れません。)

②血圧なども看護師にさせないで、診療の一環として顔をみて会話しながら自らが行う。

・まず話をじっくり聴くことから。(まっすぐに目を見てじっくりと聴く)

③様態が改善しないのに同じ薬をやって、単純に「様子を見ましょう」とは言わないで、的確に専門医の紹介して治療内容を説明して予約も取ってくれる。・ひとりで何でも出来るわけではない。じっくり聴いた上、最善策として専門家を紹介している。もうだいぶん前ですが、前の医師が高齢で今の医師に変わったとき、「症状が変わらないなら新薬に変えましょう、この薬、効きますよ。」と言われ、私が不安がついていると「私も同じ薬を飲んでいきますから。」と

言われると、何か効いているような気がしています。そして複数の専門医や病院を紹介された場合は、「先生だったらどの病院にしますか。」と気軽に聞くようにしています。

⑤診療の最後に、何か他に心配事はありませんかと聞いてくれる。

・病気だけを見るのではなく、患者は病気と付き合い日々病気を持って生活しているので、暮らしの中で治療していかれる姿勢がすばらしいと思います。

⑥医院の各所に経営者(医院長)の心が置いてある。たとえば「ご意見をお聞かせください。」と待合室に用紙が置いてある。これは、あえて苦情を受けようとしている。苦情に未来があるのだ。苦情を対処したら結びつきが強くなる。思っても言わないでいる人は、来院しないということを示している。相談会も同じです。

⑦患者による口コミや評判での来院者も少くない。

・これは丁寧に相談者に対応していれば、必ず相談者が別の相談者を連れてきます。商品も営

業マンが良いからと言ってもなかなか買わないが、使っている人が良い製品だと言うと買ってしまう。買いつつに口コミ・お客様の声・カスタムビューの欄を参考にされる方が多いと思います。麵製造機械導入の相談を受けた現役当時は、売れているメーカーでもいいが、1

千万近くの価格なので、決定する前に導入している工場を訪問してみてくださいと指導します。大きいメーカーから、一番売れているからではなく、作る人や品質(こだわった製品作りのため)やアフターサービスや工場に合わせた機械選定が望まれます。私も大病院や総合病院はいいと思いますが、近くで気軽に相談に乗ってくれるかかりつけ医師の存在を大切にしていきたいと思っています。

最近、スマホがあれば大概のことには答えられますが、相談者の目の前で行うことでの善し悪しがあります。まず相談者の話を一心に聴くことで相談者の心が落ち着きます。相談を受ける上で、出来れば専門分野をひとつ持つていけば、さらに自

信となり心強いと思います。

我々が実施している相談活動は、どこまでやっても無料です。だから、無料だからこそ相談者の心に寄り添い、限りなく出来る楽しみや喜びでもあると、日々活動しています。

■第十五号■

「見えるものと見えないもの」
擁護委員協議会会長 木村優仁

世の中には、人の目に見えるものと見えないものがある。見えるものには、雲、木々、花、建物などで、見えないものには、音(音楽・声)、空気、においなどがあります。人の体の表面は見えるが体の中は見えない。体の内からでてくる感情(思いやり、憎しみ)も見えない。

昭和24年から毎年12月に「人権週間」と定め、その期間中、世界人権宣言の趣旨及びその重要性を広く国民に訴えかけるとともに、人権尊重思想の普及高揚を図るため、全国各地においての人権集会、シンポジウム、講演会等を開催するほか、テレビ・ラジオなど各種のマス

メディアを利用した啓発活動を行っています。

本協議会も島原市、南島原市の小中学校での人権集会、その後、指定校での人権の花の種を結んだ人権ふうせんは、子供らの思いを乗せて、天空に向かつて力強く飛んで行きました。人権集会での読み聞かせの朗読より紙人形劇（ペープサート）よりも動画の方が伝えたい目的があれば子どもたちも理解しやすいと思います。ひとつひとつには利点がありますが、耳から目を加えた情報で理解が早くなります。

見えないものに風と音（音楽）があります。自宅の庭にはペットボトルで、かざ車をつくり立てていますが、それで風の流れがわかります。音楽は見えないがイメージできるんです。私が東京で就職した24歳頃、辛いときに小椋佳の「めまい」を聞いていました。今聞くと辛く苦しい時代のその時を思いおこします。音楽とは、音を楽しむと書きますが、私は音苦になって当時のことが映像として蘇ってきます。

子どもへの対応も、相談して決めたことは、子どもに書かせて居間に貼ることで毎日見ることに成ります。そして、名前を入れた家族共有の黒板に外出先や伝えたいことを書くように決めていたら、家族で確認でき安心します。「おやつはテーブルの上、半分ずつ食べてね」、「おばあちゃんを病院に連れて行くから帰りが遅くなります。冷蔵庫のものをレンジでチンして食べていてね」とか、見える文字だから理解できて思いが伝えられます。その代表的なものに手紙があります。面と向かって謝ることが出来ない場合に便利です。何度も何度も考えて書いていくことが相手を思っている時間が流れていきます。満遍なく言いたいことを伝えることが出来るのです。各種会合などでの挨拶・お礼・祝辞も、無理して暗記する必要はなく書いて読んだ方が落ち度なく伝えられます。また、おれおれ詐欺や振り込め詐欺の電話がかかってきても切らないで話し込む人が少なくありません。これは、誰からも電話なく、そして誰も訪ねても

来ないので、携帯で言う心が待ち受け画面に成っており、自分を頼りにしていきたくて、感じて話し込んでしまっているのです。「途中でだまされていると思ったことがあったが、お前が助かればと思ったから」と怒る子に母が言います。このような詐欺はなかなかなくならないのです。ひとり住まいの親には、どこからも連絡がなく、子どもさえ連絡しない。母は、寂しいので連絡したいが、子の嫁などに気兼ねして迷惑になると遠慮してします。子供たちが、母に見えるような対応をしないとなくならないのです。就職予定の高校三年生に話すとき、県外に就職したら人生の中で親と過ごす時間が思ったより少ないことを伝え、時折に近況を連絡するようと言います。

最近、遺言書作成の相談も多くなりましたが、遺言書は、不動産（土地・建物）、現金など見える財産を相続させるものですが、大事なことが記載できません。最終行に記載する「付言事項」です。割合の理由とか、長男の嫁に遺贈する理由とか、自分が亡くなった後のことを子どもたちに伝えることです。「お母さんは、病気がちなので、治療を十分に受けさせてください。それには〇〇銀行預金を使ってくさい。そして兄弟姉妹、力を合わせ、お母さんを助けて仲よくやっていってください。」とかです。法的効力や拘束力はありませんが、父からの最後のお願いです。お父さんの思いが子どもたちには見えてくるはず

次に、見えにくいものに人権侵害があります。全然わからなかった。聞いていたが、こまめでひどいとは思わなかった、と結果を聞いて話している人が少なくありません。悪いと思うから加害者は、目につかないように陰でします。だが、人は、苦しんだり爆発しそうになったときシグナルを発します。自然でいう「前ぶれ」「前兆」「予兆」と言うように、その人に、何かが起こる前にそれを暗示するような現象があらわれます。その時、そばに居て兆候を見逃さないように見守ってくれる人がいたらいいなと思っています。私

は、相談の最後に「あなたの身近に相談できる方がいますか」と尋ねます。すると大半がいな
いとされます。これからは、
行動、実行する前に私に「スル
ー前に相談スルー」ようにと言
っています。

次に、職場でのハラスメント
は、パワハラやセクハラが多い
ようですが、「髪短くした、君
にはそれが似合っているよ。お
つ、春の装いだねその服にいい
ね。」「結婚してだいぶん経つけ
ど、子どもまだ。」の会話は、
前者は聞き流せるけど、後者は、
不妊治療していたり、病气など
の理由があるときがあります。
発言する前に特に配慮する必要
があります。見えないものが含
まれていることがあるからで
す。

特にセクハラに遭遇したとき
には、「やめてください」と声
をあげてくださいとあるが、な
かなか勇気がいりません。それで、
加害者が見えなくてもイメージ
できるような対処が必要と考え
ます。たとえば、「私の兄は警
察で刑事しており、二度とこん
などがあつたら、兄に相談して

法的手段を取ります。」などで
す。人権擁護機関や委員に相談
しますとか、していても効果
果がありません。被害を受けたと
きの対処法として、もうひとり
の自分(第三者・他人)を創り
自分に語りかけることです。

「今、このような人権侵害を被
っている。あなたは、どのよう
に考えるのか」と、問いかけて
みることです。見えてくるもの
があり、方向がわかり方法も見
えてくるはずで。人は他人の
事はよく見えます。特に欠点に
は気づきません。

お話しする機会があれば、記
録・録音・録画を基本に、次の
ことを可能な範囲で取り入れて
いただければ、くらしの中で、
抑止になり自分を守ることにな
ります。①メモ、日記、業務日
誌をつける。②ポケットに「レ
コーダー、バッグにはカメラと
携帯(録画・録音)③自家用車
にドライブレコーダー④SNS (F
acebook・Mail・LINE・Twitter
・Blog・インスタなど)は必要
最低限で対応。不必要な発信や
見たりしない。⑤自宅に防犯カ
メラ、月に一度は家の周りを観

察、家が語りかけます。シール
や記号など書いてないですか。
⑥外出の時は、メモを置くか、
家族共有の黒板などに訪問先名
等を必ず記入しておく。⑦自宅
の電話は、番号表示、録音機能
のものにする。⑧運が良くて幸
せな人と付き合う。ひとりでも
でもないで頼ることも必要。
両親と離れて生活するように成
つたら時折連絡をとるようにす
る。

最後になりますが、人は見え
たら理解しやすい。見えないも
のなら工夫したり、媒体を通じ
てイメージできるようにしてい
ればいいのではと、思ってい
ます。

よって、新春に当たり、見え
る抑止型人権啓発と見せる活動
に努めてゆけば、確認して理解
でき行動に移しやすくなるので
はと思っています。さらには、
地域の方々からも見える組織や
委員としても。

■第十六号■

会長就任のご挨拶

総務省 長崎行政相談委員協議
会 会長 木村 優仁

謹啓 皆様におかれまして
は、ますますご清祥のこととお
慶び申し上げます。

この度、総務省の行政相談委
員で組織する「総務省 長崎行
政相談委員協議会」の新会長に
全国最年少にて就任しました。
微力ではありますが、これまで
の経験を踏まえ、歴代の会長の
功績を生かしながら行政相談活
動の充実と発展のために邁進し
てまいりますので、今後とも何
卒よろしくお願い申し上げます。

さて、総務省の行政相談委員
は、国民の身近な相談相手とし
て行政全般(国・県・市区町村)
についての苦情や意見や要望を
受け付けし、その解決や実現の
ための活動を行っております。

また、諸外国においても国民
の行政に対する苦情を的確に解
決するため、国情に応じた工夫
がなされ、オンブズマン制度も
そのひとつで、我が国の行政相
談制度は、**日本型オンブズマン
的機能**も発揮しています。

さて最近、地域社会における
人間関係の希薄化で、地域社会
での安全や安心面の問題も多発

しており、それらの確保のための各種相談窓口・各種相談員との連携・協力を図って行く必要がある、行政相談委員の役割が益々増大してきております。

そこで、国民（市民）の方々
が抱える現状の問題点を把握するためには、国民（県民や市民）皆様と接する機会（窓口）をより多く見いだす作業こそ優先させなければなりません。これまでの個々委員の相談活動を見つめ直し、広報活動や地域に即した相談会のあり方も工夫する必要があります。近年、ひとり住まいの方が増加してきており、相談会のあり方も地域に即した相談形態に変えてゆく必要があります。定例相談所のように待つ相談も必要ですが、これからは、学校や職場での出前教室、老人会や自治会等での懇談会やミニ集会などで出かけて行くことも必要に成ってくると思います。私は、それを**訪問相談**と呼んでいます。

「あなたの周りに相談出来る方がいますか。」と言いつけることも必要です。問題に直面した時や行き詰まった時に身近に

相談できる人がいるかどうかです。サギ被害を被っている人は、一人で対応している場合が多いからです。孤独であったり、孤立している場合がほとんどです。職場でのパワハラ、セクハラ、学校などでのいじめも同じではないでしょうか。そんな方々の気持ちに寄り添える行政相談を展開してゆこうと考えております。そしてそれらは、地域の問題として取り組み、地域と共に考え、各種委員や住民との連携、いわゆる**地域で後見してゆく仕組み**も必要ではないでしょうか。

最後に成りましたが、相談業務を通じて得られた様々な行政運営上の改善意見を総務大臣に直接述べることができる行政相談委員法第4条意見は、社会の仕組みの改善に貢献できる委員に与えられた特権でもありません。さらには**行政サービスの総合的相談窓口、ワンストップ相談窓口及び相談先がわからないときの相談窓口機能**として、これからは、**ひらかれた相談体制及び魅力ある組織づくり**に努めてまいりますので、さらなるご

利用ようお願い申し上げます、挨拶と致します。 ありがとうございます。 敬 具

■第十七号■

ご挨拶（会長就任）

長崎県人権擁護委員連合会副会長

島原人権擁護委員協議会

会長 木村 優仁

謹啓 皆様におかれましては、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

この度、法務省の人権擁護委員で組織する「島原人権擁護委員協議会」の新会長並びに長崎県の副会長に就任しました。微力ではありますが、これまでの経験を活かしながら人権活動の充実と発展のために邁進してまいりますので、今後とも何卒よろしくお願い申し上げます。

さて、法務省の人権擁護委員は、国民の基本的な人権が侵犯されることのないように監視し、若し、これが侵犯された場合には、その救済のため、すみやかに適切な処置を採るとともに、常に自由人権思想の普及高揚に

努めております。これは諸外国に例を見ない制度です。

最近、パワハラやセクハラなどの各種のハラスメントについて連日報道されています。ハラスメントとは、他者に対する発言・行動等が、本人の意図には関係なく相手を不快にさせたり、尊厳を傷つけたり、脅威を与えたり、迷惑をかけたたりすることです。アメリカで2010年に女性雑誌『』に取り上げられ、内部の問題だから内部で解決しようという考えからハラスメントという考え方が生まれてきています。被害届（告訴）を提出した時点でハラスメントではなく犯罪として捜査されます。

そこで、ハラスメント防止対策は事業主の義務で、研修会・勉強会等を事前に開催しておけば社内・組織内での抑止力になります。さらには社会的評価も高まりますので、一度ご検討ください。

人権侵害は、加害者も被害者も不幸です。加害者は、今まで培ってきた信頼・信用などが、一瞬に吹き飛んでしまいます。あなたにとって、心の痛みとなる

ようなこと、嫌だと感じることは、他人にしないこと、これが人権侵害やハラスメントの全体です。時間が解決すると思う人がいますが、受けた人は一生心に残り消えません。人権を考えていく上で、先入観や思い込みや固定観念を捨てることより始めなければなりません。

最後になりましたが、問題に直面した時や行き詰まった時に身近に相談できる方がいれば人生心強いと思います。これからも、地域の方々の気持ちに寄り添い、抑止力となるような人権啓発活動をはじめ相談活動・調査救済活動を展開して参りますので、ご協力の程、何とぞよろしくお願い申し上げます。ありがとうございます。敬 具

■第十八号■

令和元年度 春の叙勲・褒章
藍綬褒章受章日記

南島原市有家町 木村 優仁

平成30年9月6日に、総務省より「長年に渡る行政相談活動の功績に対し藍綬褒章が授与

されます。お受けになられますか。」と、突然あつたのですが、直ぐに「喜んでお受けします」と答えました。「正式発表まで口外しないでください。」と、告げられ、令和元年5月21日までの、8ヶ月と15日の長い日々が続きました。

平成30年9月11日に、課長より過去の事案についての確認があり、平成31年3月13日に内示を受けて、初めて家族に話しました。着る服・着物など大騒ぎです。4月3日に、代表にて受領してくださいとの依頼が来て、4月15日に伝達式の会場と宿泊先の決定連絡がありました。5月10日に閣議にて決定され、11日には、総務大臣名で伝達式の案内状が届きました。次に総務省より前日の29日開催の総務省幹部との意



見交換会の案内が届きました。総務省より報道機関に通知がなされ、各社の取材を受けて、5月21日に各新聞社、NHKなどテレビ・ラジオでの発表がありました。島原新聞には、22日と23日に連続して大きく掲載していただきました。現在、行政事案1693件、4条意見（総務大臣に直接提言できる事案）11件、人権事案55件です。

南島原市長、長崎県知事、九州管区行政評価局長、そして総務大臣表彰を受けて5年後の受章となります。

伝達式や天皇陛下に拝謁時の受章者と配偶者服装（ドレスコード）、褒章の付け方（佩用金具など）などの多くの書類が送ってきました。航空券やホテルの予約、そして宿泊ホテルの衣装部に、モニタリングの予約しました。家内は、受章者の私より自分が受章したように、着物の購入に加え、着付け・化粧、髪セット、写真撮影など思いのほか費用は嵩んでゆきました。だが、10日の閣議後、21日までは口外しないでください

とあつたが、11日には、叙勲褒章のカタログを持って業者の方が自宅を訪問されました。何か、1週間くらいで、全国の業者から大量のカタログの本が送付されてきました。

3月から6月は、相談会、学校訪問、会議、理事会、総会、会長会議などで、月の半分は出ています。さらに、褒章受章が加わり準備で毎日が大変ですが、こうゆうときこそ、相談活動をがんばろうと思いました。4月の連休は、山手を8ヶ所ほど現地調査しました。いのしし防止柵など見て回りましたが、天気が良かったせい、大きな蛇に2回迎えてもらいました。ジャンボにんにくも、梅雨入りの25日頃までには収穫しないといけないのです。今年は、例年の収穫の6倍にもなり、無農薬にて栽培しており、すぐ悪くなるので管理が大変です。

5月28日に会長として県の総会を済ませて、29日に上京しました。ホテル到着後、衣装あわせを済ませて、中央合同庁舎に向かった。入口で担当官に迎えてもらい、総務省の本省フ

ロアに向かい、行政評価局の部屋に入ると、「この度、受章された木村先生です。」と言うやいなや、全員が一斉に起立して、「おめでとうございます。」と、さらに全職員の方の拍手で迎えていただきました。驚きと感激で胸一杯になりました。「ありがとうございます。」と言いながら、突然で戸惑いながらも感激していると、大臣官房審議官が、こちらですよと招いておられました。審議官室で少し話をして、次に意見交換会のため行政評価局長室に案内されました。

意見交換会では、次のようなことをお話ししました。当たり前のことを当たり前に行ってきたこと。よく、印象（心）に残ることなど聞かれますが、大きな事案とかではなく、日常の些細の事案が多いので、立ち話など気軽に声かけてもらえるよう、常に心がけ取り組んできたこと、これからも、「**地域の実情に即した相談活動**」を展開してゆくこと。

具体的には、行政相談制度を知ってもらうためには、行政相

談委員を知ってもらうためには、行政相談会に来てもらうためには、どのようなしたら良いのか。誰も実施していない活動を取り入れながら推進して参りました。仕事ですんでからでも相談できるように、定例相談会を夜に開催。また、若い人からの相談が少ないので、気軽に相談できる場の提供として平成13年よりホームページを開設。そして、運転されない人、高齢者、ひとり経営者（理容美容業など）の方へは、「**来れないなら行けばいい**」との考えで、訪問して相談を受けるようにしています。

早くより小学校の総合的学習時間での講話や中学生の市内企業での職場体験のお世話、平成23年よりは高校での出前教室を開催して進学就職時に遭遇する事案についてお話する機会を得て、新たな人生をスタートする生徒に生かしてもらえるものと確信しております。

さらに、全国の委員から25名、大学教授等から8名の計33名が地区リーダー養成専任講師として指名を受け、全国活動

をすることに成りました。就任を機に、後輩や新人委員の指導育成にも力を入れていきたい。

家にいるだけでは、家族以外、誰とも会わない。相談活動は人に会うことです。南島原市は、8町が合併して出来た市で、私の本来の担当地区の有家町は、人口8千にも満たない。相談者との出会いの機会（相談窓口）を増やすかであります。なぜなら、家や家族の数だけ、人の数だけ（8千）の相談や悩みがあるからです。人に会うには、人が集まるところに出かけることです。懇談会、出前教室、訪問相談活動は有効に機能する活動といえます。人は見えると納得して受けいえられるが、悩みなどは、見えないので、見えるように、媒体を介してでも見えるようにしてあげることなど話しました。さらにお祝い会を開いていたので、家内まで楽しいひとときを過ごさせていただきました。

新しい御代、令和元年5月30日、すばらしい晴天に恵まれた中、伝達式 式典が執り行われました。まず、石田大臣・事

務次官・総務審議官の幹部の紹介、開会の辞、国歌斉唱に続き、褒章伝達に移りました。藍綬褒章から黄綬褒章の順に読み上げられ、私は、受章者を代表して石田総務大臣より章記・褒章の伝達を受けました。その内容は、「**日本国天皇は、木村優仁に、多年行政相談委員として周到綿密よく職務を遂行したことについて藍綬褒章を授与する。**」です。受章者を代表して、WOW OW社長が、謝辞を述べました。

伝達式後、昼食をすませ、バスで皇居へ向かいました。階段を登り左手に栗石の中庭を見ながら豊明殿にはいる。受章者と配偶者は、区分して並んで待ちました。しばらくすると、大きい話し声が聞こえるので、振り向くと、家内が真ん中で3人の着物の女性（富山・長崎・北海道）がいました。出会い時期より小学校に勤めていたので、遠慮ない笑い声は、昔からこんな風でした。係員より「**天皇陛下が、受章者から配偶者と廻られるのに合わせて、体を陛下の正面に向けるようにしてください。**」そして、皆さん一人ひとり、

陛下にお礼を言いたいでしようが、皆さんから言葉を掛けないようにお願いします」と、あった。

引き戸が開き、侍従、天皇、侍従長の順で会場にはいられ、中央壇上に天皇がお立ちになったとき、代表が感謝の言葉を述べました。その後、天皇陛下のお言葉が「このたびは褒章おめでとう。皆さんはそれぞれの道



で国のため、社会のため、人びとのために努力されたことに對し、感謝します。これから皆さ

んは体に気をつけ、それぞれの道でご精進ください。」というような内容でありました。

天皇陛下は、受章者、配偶者と会場を一巡なされ、時折、お言葉をかけられ退室されました。目の前を会釈され通られるとき、目が合ったと、家内は感激していました。

その後、豊明殿を背に記念写真を撮り、御下賜の御品として菊焼残月と皇居写真をいただき、ホテルに戻りました。記念写真の撮影を済ませて着替え、緊張の1日が終わりました。

長崎は、平成28年に叙勲、平成30年藍綬褒章、令和元年（平成31年）に藍綬褒章と全国で1人か2人しか受章しないものを連続して受章しています、これは、赴任してくる職員さんのお陰でもあります。行政事務の一人当たりの処理件数も九州でトップです。

別れ際に、2日間、至れり尽くせりのお世話して貰ったので、「どうしてここまでお世話していただけるのでしょうか」と聞くと、「国民（市民）のために、日々無報酬で相談活動を

展開して、国民（市民）の支えと成って貰っています。我々は、これまでの木村先生の功績に対し敬意をあらわし、少しの間でも、むくいるためです。これも十分ではないと思っと思っています。」と、ありました。後日、写真が200枚ほど送ってきました。

■第十九号■

「地域の事情に即した相談活動」無料くらしの困りごと相談所 木村優仁

地区リーダー養成専任講師として指名を受け、全国の委員から25名、大学教授等から8名の計33名が、全国活動をすることに成りました。長崎で話をし、次に依頼を受けて広島まで出かけてきました。

まず、地域の実情に即した具体的活動と相談活動を支えてくれたものなどをお話ししました。1. 無料の広報媒体のフル活用（新聞・市の広報誌・防災無線・ケーブルテレビ・ラジオ・ホームページなど）。2. 定例相談所（夕焼け相談室）を夜に開催（手延そうめん製造後や勤

務の方でも相談できるように）。3. ホームページ発信（若い人が気軽に情報を得て、いつでもメールで相談できるように）。4. 高校出前教室（就職進学して社会の仕組みに戸惑わないように）。5. 訪問相談・ミニ集会相談（来れないなら行けば良い）。6. 臨時相談会（相談者に合わせた日時）など行っている。参考にしていくものとして、

「かかりつけ医に学ぶ（患者に併せた診療）」や全国の委員が取り組んでいる活動内容を網羅した「季刊 行政相談」や「異分野の情報」や「ネット情報」など紹介しました。

普段からバッグの中には、くらしの相談総合情報小冊子（A5、10ページ）、カメラ、メモ帳、印鑑、USB、懐中電気、マスク、折りたたみ傘、携帯、帽子、カッターなど入れて、突然の相談・環境の変化にも対応できるように持ち歩いています。

また、相談活動を助けてくれたものとして、麵（島原手延そうめん）との出会い（48年目）、パソコンとの出会い（38年目）、オンブズマンとの出会い

(12年目)があります。めん
新商品の開発で、町・市・県・
国の職員さんとの出会いがあ
り、各賞の受賞をはじめ行幸行
啓産品、献上産品、各種のイベ
ントからまちづくりと広がりま
した。

さらに、委員の存在価値を尋
ねられたとき、「身近に配偶者、
パートナー、家族や友人がいる
間はいいが、定年や高齢や周り
の者が亡くなったたり離婚するな
どで環境が変わると人間関係が
機能しなくなってきました。そこ
で、社会の仕組みの助けが必要
と成るので存在していると、そ
のためには、自分(委員)を知
ってもらおう作業を優先していま
す。」と広報の大切さもお話し
ました。

日々の生活で、孤独と想っ
ていた日々が、孤立して周りと繋
がっていないことがあります。
注意するのは、孤立したりさせ
られたら、ハラスメントやいじ
めや各種のトラブルに向かう状
況を作り出すからです。

講演講習後に名刺ください
て、感じたことは、女性の方も
名刺の裏に肩書きが列記されて

おり、1番多かったのが、名刺
4枚持たれ3枚の裏に18の肩
書きが記載されていました。何
故このような役職を受けられた
かと、本人に聞いても答えら
れないので、他の人に聞くと、
お願いに来られたのを断ったこ
とがないとのことでした。

島根、鳥取、岡山と三県に接
する所に備北という地区があり
ます。小学校六年生、中学校三
年生、高校三年生を対象に出前
教室を毎年実施している。小学
生には、シールと風船を配り、
中学生には、受験があるので、
山香ばし(やまこうばし/クス
ノキ科)の葉をラミネート加工
して渡している。その葉は、さ
わやかな香りで、冬になっても
葉が落ちない。噛むとネバネバ
とねばる。よって、粘り強く合
格を勝ち取る、そして落ちない。
雪をかき分けて山に取りに行く
のは、大変だが、喜ぶ顔を見る
とやめられない。

クスノキ科の木々について調
べてみると、他にはクヌギ・コ
ナラの木があるが、これもなか
なか葉が落ちないらしい。春に
新芽が吹き、新しい葉が出ると

落ちる。いつかは落ちるので
すが、葉っぱに託した思いを伝え
ることの大切さを知りました。
このような委員からの心の恩恵
を受けている学校は、毎年依頼
を絶やさないことでしょう。

別の日、山香ばしの話をして、
「身近に手軽で、少し変色しま
すが、長期間、花も葉も落ちな
いものがあります。」と言うと、
全員から見つめられる中、「それは、
造花です。」と言うと、期待の爆笑
もおこりませんでした。

■第二十号■

「不用品が入用(有用)で、
不利なものが有利に働き、有用
と思っていたことが実は無用だ
った」

南島原くらしの総合相談所長

木村優仁

周りを家に囲まれていた以前
の家は、台風でも雨戸を閉めな
くてもいいくらいだった。現在
の家は、普段も風が強く、その
上、風の通り道らしくて、過去
の台風の時には、周りはどうも
ないのに自宅だけが瓦が半分ほ
ど飛んだ。父は、毎回心配しな

いといけないので、瓦をステ
ンで固定した。何でこんな所に家
を建てたんだろうと思ってい
た。

だが今は、新型コロナウイルス
感染症の拡大で、自粛生活には適
している。青森やジャンボにんく



母と栽培もしている。海も墓も近
く風は吹くし、田畑ばかりで誰
にも会わないので、ゆっくりと
周りを散歩できる。地元へ帰っ
てきたときには、土日は何して
過ごそうかと思っていたが、徐
々にネットは世界に繋がってき
た。不利と思っていた環境が今は生
活に有利に働いている。

また、不用と思い納屋の隅に積んでいた机や椅子の活躍のときがきた。家族への用件や相談で来所されたとき、ねむの木の下に、並べて対応している。

最近の新聞記事を参考に自分に当てはめてみると、私は肺炎（5年ごと）やインフルエンザ（毎年）など必要な予防接種は必ず受けています。マスクもインフルエンザが流行した頃より年中してきました。これは、予防接種やマスクをしない人を間接的に守っていることだそうです。そして、スマホ歩きの人や歩道で自転車に乗っている人が居たら、私も衝突しないようによけています。固定電話は、95歳の母が居ますので、特殊詐欺被害に遭わないように留守電にしています。実行本人が守らないといけないことを周知者（受ける側）が気を使う社会に成ってきています。

人権侵害にDV（ドメスティック・バイオレンス）があります。被害者は、守られてはいるが、子どもを連れて（シエルターなどで）ひっそりと不自由の中で暮らさないといけないのです。加

害者は親まで味方して堂々と暮らしています。逆ではないでしょうか。

こんな逸話があります。東京電力の青木社長の若かりし頃、本社でやり手、うるさ型なのでうとまれていた。よって営業所に左遷された。すっかり落胆して口数もめっきり少なくなり、気力もなく、会議や会合でも一切意見を言わなく成った。営業所の皆は、今度の本社から来たやつは、少しもいばらず話せる男ではないかと、評判になった。黙っていることで、ますます信頼され人望を高めた。普通の人の逆をすればいいのだと気がつかれたらしいです。「有用だろうと思っていた言葉が、実は無用であった。」とわかった。いわゆる、無口な人は、聴くことが中心と成り、よく廻りの方々の会話を聞いているから、よく覚えていきます。良く聴いてくれるので「話がわかる人」と成った。

する才能でつまづくときが多いからです。

たとえば、被災や被害を被ったとき（停電時）など、どのように生活してゆくかも考えておかねば成りません。不用と思っていた物が停電の時や災害の時には入用に成ることがあります。時代遅れと思っていた物が助けてくれたりします。ラジオ、懐中電気、電池、ロウソク、百円ライター、マッチ、公衆電話、井戸水、卓上ガスコンロなどです。

最近では、新型コロナウイルス感染拡大での外出自粛・ステイホームで気づいたことがあります。生きてゆくうえで必要な物とそうでないものがわかった。相手や周りに配慮する人と、そうでない人がわかった。「不要不急」は、差し当たって必要でもないし、急ぎもしないということですが、よって、一堂に会する必要もないので、書面にて対応できるものは、そのようにして相手を思いやります。また、官公庁への対応も同じで、コロナウイルス持ち込まれたら市民サービスが停滞してしまします。電話や文書で出来るものは、

そう配慮したいものです。だが、人間関係構築のためリフレクシユのためなど「不要不急」であっても、しなくてははいけないものがあります。

さらに、組織運営において、以前のままで推進は困難となりました。啓発や相談活動をはじめ連携についても変化が生じてきており、最善策を模索していこうと思つていきます。「私が自粛したらあなたを守ります。あなたが自粛したら私が守られます。」コロナ以前は、「熱くらいで休むな」と言っていたことが言えなくなりました。そして「あなたを嫌いならいのです。あなたを嫌いならいのです。あなたを嫌いならいのです。あなたを嫌いならいのです。」と。（次は、エンディングノートも大切ですが、生きているときに生かせる「ベンディングノート」についてお話ししたいと思います。）

■第二十一号■

■木村式ベンディングノートのおすすめ■突然、被害を被ったら、あなたは

南島原くらしの総合相談所長

木村優仁

平成21年(2009年)より「ペンリングノート」の作成を出前教室、人権教室、研修会、講演会等で話してきました。天災(台風・豪雨)や地災(地震・地滑り)ばかりではありません。人災(事故・人権侵害)もあります。さらにコロナの不安が加わり、対応次第では、生活に支障をきし長く不自由な生活に強いられます。普段から家族で話し合って、「ペンリ(便利)ングノート」を作成しておけば、慌てないでいいのです。これは普段から依頼先や対処方法を記録しておく、戸惑わないようにするためです。

ト検索ですか。

◆ ペンリングノートの内容

1. 三人の専門家を持つこと

① 法律の専門家(弁護士・司法書士・行政書士など)

② 医療の専門家(かかりつけ医)

・ 個人毎に(持病・常用薬(メモ)・かかりつけ医・専門病院)を記載

・ お薬手帳の補完/説明しないで見せるだけでいい。手帳がないとき避難所で「血圧の薬を飲んでます。」通常聞いた

人は、下げる薬と思う場合が多い。だが上げなければならぬ人もいる。

③ 身近で相談出来る人

・ 行政相談委員(相談先がわからないとき・行政への苦情要望・くらしの相談)

・ 人権擁護委員(人権侵害を受けたとき・人権相談・人権教室)

・ 民生児童委員(高齢者の日常生活での相談・心配ごと相談)などの公的相談委員をひとり持ちたい。

2. 家屋の修繕維持(屋根・トイレ・風呂、水回り工事など)
・ 大工・左官・工務店(電話番号)

・ 店舗があつて目で確認して一度使用したところがあるところが良い。

・ 台風で瓦が飛んだら、お宅に依頼して良いですかと、事前に相談しておいてもいい。

(専門家や店員さんに聞いてブルーシートの広さ・枚数を準備しておきましょう)

3. 自動車(自動車保険・事故・修理)

・ 修理先(電話番号)・車検先(電話番号)・損害保険会社代理店(電話番号)

・ 地元以外で事故おこしたとき・自動車が故障したとき・ガス欠になったときの対処法。

(自動車任意保険でのロードサービスの確認と携帯カードを免許証と共に)

4. 家電製品・パソコン・ネット機器が故障したとき

・ 修理先(電話番号)・購入と違って修理への対応は遅くなる。

る。

5. 生命保険・医療保険・傷害保険・損害保険

・ 保険代理店(電話番号)、病気・入院・手術・事故での加入内容を明記

6. 避難先・自宅に住めなくなったとき。

・ 市の指定の避難場所・子
家・親戚の家・友人の家

7. 突然、解雇されたとき

・ 労働組合・労働基準監督署
・ 都道府県の相談窓口・法律専門家

8. 最寄りの警察署・交番(電話番号)

・ 犯罪ばかりでもありません。いろんな事も相談出来ます。確認しておきましょう。

9. 突然、逮捕されたとき、あなたはどうします。(長崎弁護士会のHPから引用)

◆原則72時間拘束、その後10日以内勾留。さらに10日
最長23日間警察留置場などで

孤独。

① 知り合いの弁護士に連絡
(電話番号)

② 当番弁護士制度

◆逮捕されたら自分で電話はかけられないので、あなたが警察官や裁判官に「当番弁護士を呼んでください。」と言えば弁護士会に連絡が入り、当番弁護士が原則24時間以内に出動。家族や知人の方からも依頼可能。

●最初の出勤費用は弁護士会が負担、無料●長崎地区・離島地区* ☎095-823-1236

10. 新型コロナウイルス感染対策

感染した疑いがあったときには、かかりつけ医(電話番号)、県南保健所(帰国者・接触者相談センター(電話番号))、県のコロナ相談所(電話番号)などの電話番号をメモしておきましょう。

11. 遺言書

・法務省の自筆証書遺言書保管制度を利用して〇〇法務局(電話:〇〇〇〇)に保管して

います。遺言書の写し(遺言書情報証明書)の交付を受けてください。家庭裁判所での

◆たたとえば、停電になったとき、あなたは、オール電化の家、ガスと電気

の家などありますが、停電になったとき、どうゆう方法で生活してゆくかも考えておかねばなりません。普段は無用と思っていた物が停電の時の災害の時には有用の場合があります。時代遅れと置いていた物が助けてくれます。

たとえば、懐中電気、電池、ラジオ、ロウソク、ロウソク立て、百円ライター、マッチ、公衆電話、井戸水、卓上ガスコンロ、ボイラー、クーラーボックス、体温計、保冷剤、手動での充電機などで生活する上で冷房より暖房です。エアコンやコタツが使用できないので灯油ストーブ、ガスコンロになります。停電時に自動で電力供給を行う機能をもつソーラー蓄電池や家

電を動かす発電機や電気自動車なども考えられます。

終わりに、私は、平日の外出時には書類と共に、折りたたみ傘、懐中電気、カメラ、マスク、タオル、ティッシュ、カッター、目薬、キズ軟膏、ペンなどを鞆に入れていきます。休日の外出には、リュックに、平日分に加えて帽子、軍手、レジ袋を入れていきます。海外では、レインコートとノートとペンも持参します。日々の出来事を記録して紀行文を書くためです。海外で一番助かったのが、傘(レインコート)、タオル、懐中電気(トイレに窓なし)、ティッシュ(トイレに紙なし)、軍手が助けてくれました。(秘境中心の長寿食を求めての旅)。何処に行くにも、まず傘を持ちます。

非常時の持出し品のリスト作成と備蓄も必要です。この時期に家族が必要なものを書き出し優先順位を決め、便利(ベンリ)ングノートの作成をおすすめします。(ホームページからご覧頂けます。

<http://www.minamishimabara.com>

第二十二号

