

## 人権特設相談所

日常生活や身の回りの人権問題について、人権擁護委員が相談を受けます。相談は無料で、秘密は厳守します。

- 日時／11月21日（木）13:00～16:00
- 場所／清水会館

## 電話による人権相談窓口

みんなの人権 110 番（さまざまな人権問題）

☎ 0570-003-110

女性の人権ホットライン（家庭内暴力など女性の人権問題）

☎ 0570-070-810

こどもの人権 110 番（いじめ・虐待など子どもの人権問題）

☎ 0120-007-110

考えてみませんか、私の人権、あなたの人権。

# 人権だより

総務課（吉備庁舎）

電話 22-3291  
ファクス 52-3210

## 人権講演会を聞いて

8月に女子バレーボール元日本代表の大山加奈さんの「繋ぐバレーボールが教えてくれたこと」と題して、「言葉」の大切さ、みんなを考えませんか、といった内容の講演を聞かせてもらいました。冒頭で26歳の現役引退までは、けが・メンタルヘルス（心の不調）でまともにプレー出来ない日々を過ごし、睡眠導入剤を使用していたと、それだけ周囲からのプレッシャーと自身の思うようにプレーできない不安や葛藤が相当なものだったのではないかと感じました。

大山さんは心からバレーボールをされていて良かった、一生の財産だと思う、究極の繋ぐスポーツで、一人ではできない、誰かに託して託されている（自分の不得意な部分は得意とする人に託すことができる）、周りを生かすことが出来るのだと、現役のときは勝つことを一番に考えていたが引退してから考えが変わったのだと話してくれました。

また、小学生時代に自身の頑張りに周囲の人が褒めてくれたという経

験で、自己肯定感を持つことができ、練習すればできるようになっていき、自分の可能性に蓋をするのではなく一歩踏み出すことができるのだと思えたそうです。

苦しいこと、辛いことをさらけ出すことが本当に大切で、誰しもが強さも弱さも持っている。大人もそれをさらけ出す必要があり、大山さんは「借りた力も自分の力」この言葉に助けられたので、いずれ借りた力を返していきたいとおっしゃっていました。

今回の講演を聞いて、自分の何気ない一言が相手の人生に影響を与えるかも知れないのだということ、改めて認識しておくことも大切で、自分の行動もいずれば自分・家族に返ってくる（良いことも悪いことも）のだと思い日々過ごしていこうと思いました。

人権機関有田川理事 松本まゆみ



人権講演会の様子（大山加奈さん）

## 全国一斉

## 女性の人権ホットライン 強化週間の実施

11月13日（水）～19日（火）は全

国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間です。法務局の職員または人権擁護委員が電話で対応し、相談者の話を聞いて、どうしたらよいかを一緒に考えます。相談内容に人権侵犯の疑いがある場合には、法務省の人権擁護機関が事案に応じた措置を講じます。相談は無料で、秘密は厳守されます。

## ●女性の人権ホットライン

☎ 0570・070・810

- ・強化週間中の受付時間／8時30分～19時（土日は10時～17時）
- ・通常（強化週間以外）の受付時間／平日の8時30分～17時15分

問 和歌山県地方法務局・和歌山県人権擁護委員連合会

☎ 073・422・5131

