

しあわせづくり研修会 『希望票』

参加者には
記念品をプレゼント!



「しあわせづくり研修会」は、市内のすべての皆さんを対象に開催しています。
2人以上のグループや団体でお申込みください。
自治会や老人会のサロンをはじめ、企業内の研修等でもご活用いただけます。
開催時期や内容はご希望にあわせてしますので、次の中から選んでください。

1. しあわせ講座

講師のお話 1時間以内 + 市職員のお話 15分程度

- ・しあわせになるためのお話を聞きませんか。希望があれば講師との座談会も可能です。内容は、次頁からの一覧表をご覧ください。時間は30分からでも申し込み可能です。
- ・「しあわせづくり講師団」の講師や市職員がご希望の会場に出向き、お話をします。

2. しあわせゼミナール

市職員のお話 30分程度

- ・さまざまな人権課題について、クイズ等を交えて市職員がお話をします。
- ・内容は、裏面をご覧ください。相談先や知らなかったことなど新しい情報が得られますよ。

3. しあわせづくり映画会

映画の時間 30分前後 + 市職員のお話 15分程度

- ・内容は、裏面の一覧表をご覧ください。
- ・映画の詳細な内容は、人権推進課にお問い合わせください。
- ・市職員スタッフが会場に出向き、お話をします。
- ・機材と教材（DVD）の貸出しだけでも可能です。



★下記にご記入のうえ、市役所人権推進課へご提出ください。（FAXも可）★

1	研修会の種別		①しあわせ講座
			①しあわせ講座 + 座談会
			②しあわせゼミナール
	希望するものに、○をしてください。		③しあわせづくり映画会
2	①、②、③の一覧表から希望するタイトルのNo.1～56を記入		タイトルNo. (1～56のいずれか)
3	希望日時	日	令和 年 月 日 曜日
		時間	午前・午後 ~
4	希望する会場		
5	グループ、団体名		
6	代表者	住所	東かがわ市
		氏名	
		電話番号	
7	参加予定人数		人

問い合わせ先 東かがわ市 総務部 人権推進課
湊1847番地1 TEL 26-1227・FAX 26-1337

① しあわせ講座一覧表

令和8年度版

No.	しあわせ講座タイトル	タイトルの説明	講師
1	田舎坊主の間かなきゃソソソ ～『四十九日の法事が三月にまたがると いけないって本当？』迷信と差別の根っこ～	身近にあるいろいろな事柄(迷信)を今一度改めて考え見直すことから、よりよく生きるヒントを学ぶ。	赤松 円心 さん ・ 住職 ・ 元保護司
2	人生講話 ～智慧ある人生～	人生をよりよく生きるために、本当のことに気付く心(智慧)の話。	川田 信五 さん ・ 住職
3	共に気づく社会を目指して ～歴史・憲法・法律の視点から 現状及びその対策～	歴史と現在の憲法、法律の視点から幸せな未来を考える。	永峰 絹江 さん ・ 男女共同参画社会づくり 団体会長 ・ 東かがわ市かがやく男女 の参画会議委員 ・ 東かがわ市交通安全推進 団体会長 ・ 香川県交通安全母の会連 合会会長 ・ 四国新聞社おりーぶ連合 会会長
4	日本国憲法と人権	憲法は国の最高法規であり憲法を通して市民の人権を考える。	
5	家族が幸せに過ごす為に ～家庭における男女共同参画、相続について～	家族が幸せに過ごす為に民法、相続法から家族の人権を考える。	
6	相続法 ～知って守る家族の人権～	相続法を通して家族の人権を考える。	
7	学んで気づく男女共同参画 ～男女共同参画を歴史、憲法、法律、 結婚の視点から現状及びその対策～	男女共同参画を歴史、憲法、法律、結婚の視点から深く掘り下げる。	
8	シニアが幸せに過ごすために	男女共同参画を通して高齢者の幸せな人生とは何かを考える。	
9	子育てに必要なもの ～教育、学習心理学、男女共同参画の視点～	幼いときから子育てに必要な視点を学ぶ。	
10	しあわせな毎日を過ごす為に ～多発事故から学ぶ交通安全～	交通事故にあわないための日頃の取り組みや法律を解説。	
11	DVとは、何か。DV被害のない社会をめざして	密室の中で行われるDV。その原因と対策を考え、幸せな家庭を目指す。	
12	平等な社会の根拠を歴史・法律から紐解く ～男女、同和問題、アイヌ、外国人、 身体障がい、病気、感染症～	今なお、差別が解消されていない現状を、歴史・法律から紐解き、正しい歴史認識と法的根拠の知識から平等な社会の構築を図る。	左記以外にも 「今、教育に必要なもの」、 「家族の幸せを歴史から紐解く」、 「日本の歴史 歴史の中から人権の流れを紐解く」、 「児童虐待と DV被害のない社会をめざして」、 「子どもたちの幸せな未来のために ～児童虐待のない社会をめざして～」、 「震災、防災対策 ～日頃の備えで震災から家族や地域を守る～」 など人権に関する講座があります。 詳細については、人権推進課まで お問い合わせください。
13	高齢者虐待を防止する ～家族、従業者とともに考える高齢者の人権～	虐待の種類、メカニズムを知ることで、虐待の防止や人権の擁護を学びます。	山口 大輔 さん ・ 主任ケアマネジャー ・ パルーンアーティスト ・ プレゼンテーショントレーナー ・ 太極拳指導員 ・ 産業ケアマネジャー
14	社員を守るクレーム対応の新常識 ～カスタマーハラスメント対策講座～	クレーム対応で社員が疲弊し離職しないために、現場で使える対処法と組織としての守り方の実例を交えてお伝えします。	
15	「突然の介護離職」に備える経営戦略 ～人材流出を止める経営判断～	介護離職は「個人の問題」ではなく「経営の問題」。人材流出を未然に防ぐための戦略と具体策を、実例をもとに解説します。	
16	笑顔で話したい ～いじめからの脱出 「私を変えた3つのスイッチ」～	「いじめられっこ、運動音痴、対人恐怖症」だった私。あるきっかけから生まれ変わることができた。人生を変える魔法のスイッチを皆も探しませんか？	
17	笑顔が姿勢の栄養剤！ 合言葉は「背筋ピーン」	人権と姿勢。どこにつながりがあるの？健康になるための話や知識を聞きながら最後に気が付く人権とのつながり。きっと最後は笑顔いっぱいになります。	
18	「風船がもつ魔法の力」 パルーンアートで笑顔の連鎖を生み出そう	「風船がもつ魔法の力」パルーンアートで笑顔の連鎖を生み出そう。	
19	この家で最後まで暮らす ～自分で決める、これからの暮らし方～	この家で最期まで暮らすための介護保険制度やACP(人生会議)をやさしく学ぶ講座です。	
20	共感をうむ伝え方 ～対話力を身につける～	「うまく伝わらない」そんな自分の中の思い込みに気づき、自分の思いを上手に伝える方法を学ぼう。	
21	メンタルヘルス講座 「自分の強みを言語化する」実践 ワークショップ	自分の価値観を言語化することで自身と行動力を高め、チーム力を底上げします。	NEW
22	手話ではじめるコミュニケーション ～ことばが届く、世界が広がる～	手話の基本を楽しく学びつつ、聞こえない人の暮らしや共生社会について考える時間です。	NEW
23	検索で終わらせないAI活用術 ～使わない理由、なくします～	まだ触っていない人ほど伸びる、AIを武器に変える実践講座です。AIを使いたい場面をぜひ教えてください。	NEW

① しあわせ講座一覧表

No.	しあわせ講座タイトル	タイトルの説明	講師
24	転ばぬ先の杖 ～あなたを守る成年後見制度って？～	認知症になったとき、あなたのお金は誰が守ってくれますか？金融機関窓口では本人でない手続きしてもらえないことも。そんなときに役立つ成年後見制度のお話です。自分だけでなく身の回りの方のためにも知っておいて頂きたい内容です。	小川 祐樹 さん ・司法書士 ・(公社)成年後見センター リーガルサポート会員
25	「誰か」のことじゃない	紙芝居(DVD)、歌、手遊びなどを楽しみながら、身近な人権問題について誰かのことではなく自分のこととして一緒に考えましょう。	人権擁護委員8名
26	備える力が命を守る ペットと暮らす幸せ ～飼い主の責任と権利～	ペットを飼う＝幸せになるわけではありません。命を育み、周りとの関係性に心を配ることが、お互いの命を輝かせ、豊かな人生につながります。	新居 直子 さん ・ペットサロン代表 ・ペット災害危機管理士 認定講師 ・NPO人とペットの防災ラポ 副理事 ・子どもの通学路を守ろう 「犬のおまわりさん」代表
27	備える力が命を守る 60代からのペットとの生活	心を通わせる存在だからこそ、～ペットとのパートナーシップ～家族を大切にしましょう。	
28	備える力が命を守る ペット同行避難 ～避難所へ行くために～	ペットの命を守ることは自分の命を守ること。その為には日常的に慣習化することが大切です。さあ、今日から始められる防災を身に付けましょう。	
29	あなたも私も大切に ～家庭で、地域で、職場で、.. 思いの伝え方振り返ってみませんか！～	人権を知ることは、自分を見つめ直すことにもつながります。日常生活にある身近なテーマから人権について一緒に考えてみませんか。	たのしみ隊 人権啓発推進委員等
30	にっこり談笑会 ～笑顔を増やそう～	しあわせは身近にあります。まずは気付くことから始めませんか。	大内交流館職員 引田交流館職員
31	人権紙芝居 ～児童向け～	手づくり紙芝居を見ながら人権についてやさしく学んでみませんか。	

② しあわせゼミナール一覧表

令和8年度版

No.	しあわせゼミナールタイトル	タイトルの内容
32	部落(同和)問題を正しく知り、なくしていこう	○部落(同和)問題は本当になくなっているのかを考える。 ○部落(同和)問題はそっとしておいたらなくなるのかを考える。 ○人権に関する相談先を知る。 ○身元調査はなぜいけないのかを学ぶ。
33	障がいのある人もない人も共に安心して暮らせる社会を作ろう	○障がいのある人への配慮について考える(制度、相談事業、就労) ○日常において、合理的配慮等私たちができることを考える。 ○成年後見制度(障がいのある人に代わって財産や権利を守る人を選ぶよう援助をする)を知る。
34	インターネットリテラシーについて学ぼう	○「加害者」にも「被害者」にもならないために、あなた自身の事として、インターネットと人権について考える。 ○最近の差別書き込みの現状を知るとともに見つけた時の対応と相談先を知る。
35	子どもたちを守っていこう	○虐待等の現状(相談も含めて)について知る。併せて相談先を知る。 ○子どもを守るため地域住民の学校支援ボランティアへの参加(学校・家庭・地域社会の連携)の状況を知る。 ○子どもを守るため私たちができることを考える。
36	男性も女性もそれぞれが個性を発揮できる社会を作ろう	○育児や介護の休暇や休業制度について知る。 ○男女共同参画に関する基本的な事項と相談先を知る。
37	高齢者が安心して暮らせる社会を作ろう	○高齢者の占める割合の現実から学ぶこと、すべきことを考える。 (例:詐欺被害、認知症予防等) ○高齢者の虐待の予防について考えるとともに高齢者に関する相談先を知る。 ○成年後見制度(高齢者に代わって財産や権利を守る人を選ぶよう援助をする)を知る。
38	多様な性を生きる人を理解しよう	○LGBTQ+などの多様な性や当事者の気持ち・困りごとを知る。 ○電話やメールでの相談先を知る。 ○パートナーシップ制度を知る。
39	いろんな国の文化を知り認めあおう	○東かがわ市の外国人の状況を知る。 ○外国人が困っていることや問題点を知るとともに相談先を知る。
40	人権侵害などで困ったときに役立つ情報教えます	○私たちのもつ権利を学ぶ。 ○人権侵害にあった時の相談機関を知る。 ○身元調査はなぜいけないのかを学ぶ。

③ しあわせづくり映画会一覧表

令和8年度版

No.	DVDタイトル	テーマ	テーマの内容等	時間
41	君の景色を知ったとき —それは誰にとつての当たり前?—	人権問題全般	私たちが日々身近に使っているものやサービスが、人によっては簡単には利用できないことがあります。 本作品は、障がいのある人や外国人、子どもやお年寄りなど、多くの人にとつての「当たり前」に不便を感じる人がいると気付くこと、そしてそれを人の力で支え合うことの大切さを描いたドラマです。	30分
42	窓の向こうへ わたしも あなたも 大切なんだ	人権問題全般	本作品は「人権」を自分の問題として、また日常の問題として考える機会となるように制作されています。大学1年生の拓海は、趣味の広さを売りに、インターネットのライブ配信を始めました。リスナーたちとのやり取りの中から、いろいろな問題が浮かびあがります。インターネットの「窓」を通じたコミュニケーションにより拓海は成長していきます。	36分
43	家庭からふりかえる人権 —話せてよかった—	人権問題全般	日常の思い込みによって生じる問題を描き、相互理解のためにコミュニケーションによって、その問題と向き合います。自分の中にある思い込みに気づき、自分も相手も尊重する人間関係を築くために、職場や家庭内で「人権」について話し合うきっかけとしてください。	27分
44	反対する理由 結婚差別を乗り越えて	同和問題	結婚とは「両性の合意のみに基づいて成立」するものであると、憲法にも定められています。しかし、被差別部落出身者との結婚に関する差別意識は、現在も根強く残っている状況です。私たちの社会には、依然として家柄や出身などを重視する人がいて、こうしたものにこだわるものの方や考え方が、部落差別を始めとする様々な差別を生む土壌となっています。	21分
45	映画『破戒』	同和問題	原作は今なお読み継がれている島崎藤村の不朽の名作「破戒」。 主人公は、自分が被差別部落出身ということを知り、地元を離れ、小学校の教員として奉職する。彼は、その出自を隠し通すよう、亡くなった父からの強い戒めを受けていた。周囲の人々の疑念に苦しみながら、ある事件をきっかけに主人公はある決意をする。	119分
46	職場の力を育む人権シリーズ ハテナを分かち合い、 カラフルを分かり合う	職場の人権	職場には多様な価値観や背景を持つ従業員が集い、そこには様々な人権課題が存在しています。 本作品では「世代間ギャップ」「アンコンシャス・バイアス」「多様性」「こころの病気」などをテーマに、互いの状況や抱える想いに目を向けること、そして気づいた違和感(=ハテナ)を伝えあうことの大切さを示します。	26分
47	夕焼け	子どもの人権	瑠依は、幼い弟の世話や家事に追われる生活にしんどさを感じつつも、「家族のことは家族でするのが当たり前」という思い込みから、気持ちを押し殺して生活しているヤングケアラー。しかし、元ケアラーの灯との交流によって、自分の状況や本当の気持ちについて見つめ直し、将来に向き合うための一歩を踏み出します。	35分
48	母のさがしもの 認知症とともに生きる	高齢者の人権	会社員の隆史は中学生の息子・快人と二人暮らし。ある日、隆史のもとに一本の電話が。それは母・早苗が警察に保護されたという知らせ。「…またですか?」実は一ヶ月前から認知症の早苗を家で介護するようになった。認知症の母にどう寄り添えばいいのか。その答えのヒントは、早苗がずっと探していたものに隠されていた。	32分
49	ここから歩き始める	高齢者の人権	「認知症を共に生きる」をテーマに、高齢者問題を人の幸せと尊厳を守るという人権の視点から捉えます。認知症の親を持つ主人公とその家族の中で繰り広げられる介護をめぐる葛藤ときずなの紡ぎなおしを描くことで、高齢者が人間として誇りを持って生きていく上で大切なことについて、家族や地域の視点を通して考えます。	34分
50	見上げれば	ひきこもりと人権	ひきこもりの背景や状態は人それぞれですが、長期化すると社会や人に対する恐怖感が強まり、本人や家族の人生に深刻な影響を与えます。 本作品では、できるだけ早い段階で適切な支援につながることの重要性、信頼できる他者とのつながりや、寄り添ってくれる人のいる「居場所」が回復のきっかけになることを伝えます。	34分
51	あなたの笑顔がくれたもの ～ 周りから見えにくい障害・生きづらさ～	障がいのある人の人権	「人権」は日常の何気ない人と人との関係性の中にあります。 主人公の麻友子は、発達障がいである幼馴染の紗希、オストメイト(人工肛門保有者)の女子高生美織、祖母の介護をしている桃田、それぞれ周りからは見えにくい生きづらさを抱えている3人との関わり合いによって、自分の思い込みに気づき、変わる決心をします。	37分
52	バースデイ	LGBT等多様な性を生きる人	美由紀は、20歳になる娘の笑花が「女らしい」振舞いをしないことが不満。笑花は誕生日の夜、自分がトランスジェンダー男性(自認する性が男性)であることを両親に打ち明け、名前を「尊」に変えて生きていくことを告げます。彼の気持ちを受け止められない美由紀。そんなある日、尊はアウティング(本人の性の在り方を同意なく第三者に暴露する)されてしまい…。	37分
53	サラーマット ～ あなたの言葉で～	外国人の人権	SNS時代における外国人の人権。「違い」は壁でなく、自分自身を成長させ、地域を豊かにする源です。異なる文化の人たちを、共に未来をつくる新しい存在として尊重し、お互いに高め合っていく。そんな多文化共生社会の実現をめざす内容となっています。	36分
54	ホームタウン	外国人の人権	在日外国人が学校や社会で経験するさまざまな葛藤を描きながら、本名を名のり、看護師として前向きに生きようとする在日韓国人3世の姿を通して、名前や国籍の違いを認め、それぞれの生き方・考え方を大切にして相互に理解し合うことの必要性を学び、すべての人の人権が尊重される豊かな社会の実現について考えます。	54分
55	言葉があるから… ～無自覚の差別「マイクロアグレッション」～	マイクロアグレッション	家族や友人、同僚などの近く親しい関係性においては、相手を一人の人間として尊重する意識がおろそかになってしまうことがあります。 あからさまな差別表現でなくても、無自覚に相手の尊厳を傷つけている言動、「マイクロアグレッション(小さな攻撃性)」について一緒に学んでみませんか。	31分
56	ティーンのためのSNS教室 ～いつも心に情報モラルを～ 1巻 誹謗中傷・出会いの危険	インターネットによる人権侵害	多くの中学生・高校生がスマホでSNSを利用しています。SNSは情報発信や収集、コミュニケーションを手軽に行える便利なツールである一方で、その使い方を誤ると友人との関係に問題が生じたり、事件に巻き込まれたりするといった危険が潜んでいます。誤ったSNSの利用によってトラブルに巻き込まれる生徒たちの事例についてドラマ編と解説編から学べます。	24分

●上記以外にも多数取り揃えています。希望するテーマや上映する作品については問い合わせ・ご相談ください。