男女共同参画情報コーナー
わたしたちの望む社会へ

とらいあんぐる

～一人一人が幸せを実感できるまちへ～

編集／「とらいあんぐる」編集員
問合先／本庁企画政策部 ひとみらい政策課
ひとみらい政策グループ(内線 4741)

新型コロナウイルス感染拡大による暮らしの不安が広がる中で、芸能人の相次ぐ自死の報道や、厚生労働省が発表している令和2年1月～11月の累計自殺者数(速報値)を見ると、前年と比べ、426人増えています。

なぜ、自分で死を選択しなければいけなかったのでしょうか。「人権」というキーワードから考えてみましょう。

日本国憲法においては、個人の尊重と法の下の平等がうたわれ、男女共同参画社会基本法第3条では、男女の人権の尊重として、「男女の個人としての尊厳が重んじられること…(省略)」とされています。

「一人一人の人権の尊重」とは、**誰もが自分らしく生きることができ、お互いの違いを認め合う心によって守られること**です。

自分を大切にすること

そのままのあなたでいいのです。

どこかであなたに元気づけられている人がいて、誰かを助けているかもしれません。

そして、あなたのことも見ていてくれる人がいる、気付いてくれる人がきっといます。

苦しい時に「助けてください」と声を上げてください。頑張り過ぎないで時には、甘えてみてください。自分を大切にすることを忘れないでください。

育ってきた環境や、価値観の違い、考え方もさまざまで、苦しいこと、悲しいこと、時には、自分では解決できないこともあると思います。そんなときは、一人で悩まないで、「助けて」と言える社会に、そしてそんな声に耳を傾けられる社会になるように「気付き」や「声掛け」など私たち一人一人の行動から始めましょう。

何でも無料相談室

時／毎週土曜日13時～16時
所／SSプラザせんだい
問申男女共同参画センター(SSプラザせんだい内)
(25)6056
※令和3年2月より、場所と電話番号が変更になりました。

とらいあんぐる おすすめ本

あやうく一生懸命生きるところだった
著／ハ　ワン

同じ人生なら「一生懸命」より「楽しく」。40歳を目の前にして会社を辞め、頑張らずに生きることを決心した著者が贈る、生きづらさを手放すための言葉の数々。“自分らしい生き方”に出会える人生エッセイ。