



今こそ、「人権」

体験談を読んで、あなたはどうか
もし自分だったら？自分の家族だ
このページでは、最前線で働く保



を考える。

じましたか？
ったら？
健師と、人権の専門家に話を聞きました。



Scene 2 最前線では

もしも自分だったら？

自分や自分の家族だったら？

根拠のない噂やデマなどが、
身体的なしんどさ以上に精神的
に苦しむ方も多いと感じます。
現在、不安や閉塞感から非難
や中傷につながりやすい状況に
なっています。でも、もし自分
や自分の家族がかかったら？
不安な気持ちにブレーキをか
けて、意識的に考えてから発言
するようにしたいですね。

辛い体験を身近で感じて

職場や集団生活の中で感染す
ると、自分をすごく責めてしま
いがちです。
どれだけ対策を徹底してい
てもかかってしまうことはありま
すから、自分を責めすぎないで
ください。



湯浅保健所
片山 梨江 保健師

「退院」＝うつす心配はない

後遺症として咳などが残る方
もいますが、基本的に退院でき
る状態になると、人にうつす心
配はありません。でも、そこを
心配されている方も多いと思う
ので、感染された方がスムーズ
に職場復帰できるように、職場
の方に後遺症や感染の恐れがな
いことをしっかりと説明するよう
にしています。

先日連絡すると、職場の方が
理解してくれて、「社員は会社が
ちゃんと守ります」と言ってく
れて嬉しかったです。

また、退院した後、元気そう
なお顔を拝見するたびに、私自
身も元気をもらえている気がし
ます。業務は大変ですが、その
笑顔が心の支えになっています。

Scene 3 専門家から

今こそ、感謝の気持ちを

県の関係機関に寄せられたコ
ロナ関連の人権相談は、今年8
月末までで436件。他にもた
くさん相談先がありますから、
県内だけでも相当数の相談が寄
せられたこととなります。
このような相談をされた方は、
全員が心に傷を負っています。
また相談されなくても傷ついて
いる方は非常に多いのではない
でしょうか。

心の傷は、感染による後遺症
と同じかそれ以上にその人を苦
しめます。感染による後遺症は
「ウイルス」が原因ですが、心の
傷は「人」が原因です。「人」の
部分はみんなの心がけ次第で
「〇〇」できますから、
何となく「〇〇」
ていきたいものです。
心に不安があるよう
動も不安定になりがち
です。しかし、その不

安を他人にかつけるとどうなる
か？行動を起こす前に想像して
みてください。身近に感染が起き
なければ実感がわきづらいかもし
れませんが、私も含め皆さんもい
つ感染してもおかしくない状況な
ので、普段から自分事として考え
ておきたいですね。

間違いなく言えるのは、皆さん
がコロナという未知なる強敵に立
ち向かい、協力しながら頑張っ
てきたということ。今こそまず自分
をねぎらい、周りの方々に、「あ
りがとう」の気持ちを持つことが
大事ですね。私もすべての皆さん
に感謝の気持ちを伝えたいと思
います。



人権尊重委員会
堤 敏明 会長

人権意識度チェック！

あなたは、周囲への思いやり
を持って行動できていますか？
チェックしてみましょう！

□ 「誰かがコロナらしい」とい
う噂を聞いた時、「どこに住ん
でいるのか」「どの学校か」
などと知りたがるうとしたり、
それを他の人に広めようとし
たりしていませんか？（人権
侵害につながります。）

□ 「感染した人は遊び歩いて
いたに違いない」と決めつけて
いませんか？（どんなに気をつ
けていても感染することはあり、
感染者を責めてはいけません。）

□ インターネットやSNSの書
き込みや、噂はすぐに信じず、
公的機関が公表する情報を確
認していますか？

□ 感染した人の立場に立って考
えたことがありますか？

ココろつなぐ動画×有田市公式チャンネル

YouTube 有田市公式チャンネルで11月1日から7日間連続投稿

人権を考える7日間の7色の短編動画「自分の色 誰かの色 気づくことから始めよう」
市民の方や市職員が登場する手作りの動画です。チャンネル登録よろしくお願いします。→

要チェック！

