

隣保館だより 大野

2026年

1月号 第580号

編集・発行 〒677-0025
西脇市大野 176 番地
西脇市立大野隣保館
TEL 0795-23-2291
FAX 0795-23-2290



新年あけましておめでとうございます。
本年もよろしくお願いいたします。



2026年は60年に一度の丙午(ひのえうま)です。

午年は「前進」「躍動」「成功」を象徴する縁起の良い年です。物事が「うま(馬)くいく」、幸運が駆け込んでくること、そして事業や努力が実を結ぶことを願う年とされています。「家族を守る」「幸せを運ぶ」動物としても親しまれています。

また、「丙(ひのえ)」と「午(うま)」の両方が火の性質を持つため、強いエネルギーにあふれ、道を切り開く、非常に縁起の良い年とされています。

前進と飛躍の象徴である午年にあやかり、それぞれの努力が実を結び、目標が達成することを願っています。

これからも隣保館は日々の暮らしの中で感じる小さな不安や困りごとに寄り添える施設でありたいと思っています。誰もが安心して過ごせる地域づくりをともにすすめていきたいと思しますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

この標語は、「お寺の掲示板」から引用しました。

人生思い通りにはいかないかもしれませんが、何事もポジティブに捉えて、悩みながら進みましょう。

やったことには結果がついてきます。その結果を楽しみに、午年に高い目標を掲げ

思いっきり
跳ねましょう！



東京都 金嶺寺 掲示板

思った
通りには
ならないが
やった
通りには
なります

福岡県 法顕寺 掲示板

一歩進んで二歩下がる
歩んだ数はプラス3

SNS と人権 被害者・加害者にならないために！

「誹謗中傷」とは？

相手の悪口を言ったり、相手をののしったりといった行為を言います。

- ・「ばか」「ぶす」「キモい」「消えろ」「死ね」「無能だ」など暴言を吐く行為
- ・「不倫している」「前科がある」「反社会的勢力とつながりがある」など言いふらす行為



誹謗中傷するとどうなる？

不特定または多数の人に抽象的な悪口を書き込む、動画共有サイトでそうした発言を流すことが「侮辱罪(刑法231条)」にあたるたされ、処罰される場合があります。2022(令和4)年7月に「侮辱罪」の刑が引き上げられ厳しくなりました。

また、「名誉棄損罪(刑法230条)」という罪もあります。

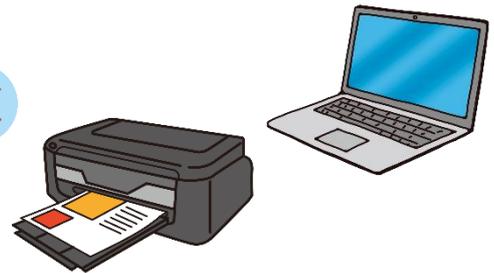
なぜネット上で？

- ・匿名で利用できる
- ・発信者が特定できないから安心
- ・ペナルティも受けないし…
- ・顔が見えないから、これくらい言っても大丈夫と、どんどん過激になっていく
- ・相手とは関係がないのに日々のストレスのはけ口として誹謗中傷を行う人がいます。



ネットで相手を傷つけないために！

- ・使用する言葉に注意！暴力的な言葉は絶対 NG
- ・他人の悪口や差別的な内容は書き込まない！
- ・根拠のないうわさ話は載せない！
- ・個人情報や無断で載せない！
- ・雑誌や書籍の漫画、写真、記事など勝手に掲載しない！
- ・人が写っている写真や動画は勝手に掲載しない！



誹謗中傷されたら？

- ・ブロック、ミュートをして見ない。
- ・証拠を残して(スクリーンショットで全画面を写す)削除依頼をする。
- ・一人で悩まないこと！



最後に



取扱注意

- ・罰則があるからではなく、人としてしてはいけないことは、してはいけない
- ・一度書き込んだら消えないので、自分の名前を公表するつもりで書く
- もし、他者の悪口が書かれたメールが届いたとき「これって、本当？」という疑いや、「同じことを思ってた」という同調の感情、「これが本当なら許せない」といった怒りが生まれるかもしれません。
- 自身の一方的な思い込みは危険です。直接顔を合わせて話をしていないので情報の真意はわかりません。このことを肝に銘じ、送られてきた情報を拡散しないことが第一です。

12月4日に開催された「人権のつどい」での講演会「SNSの現状と支援、被害者・加害者にならないために」～やさしい心で一隅を照らす～ 講師 照諦山 心月院 尋清寺住職 高橋美清さんのお話でも、インターネット上に投稿することは実名を公表する覚悟で書きなさい。書いたことは消せないで、発信前にはもう一度考える事と話されました。

被害者にも加害者にもならないために、インターネットとの付き合い方を、学びましょう！

ヒューマンライツ作品コンテスト
令和7年度 詩 分野
《優秀賞・一般の部》

シャボン玉のように

黒田 紀子



真綿のように
柔らかいかも知れない
絹糸のように
繊細かも知れない
鋼のように
頑丈かも知れない
でも
心は目に見えない
よりていねいに
言葉を選び
発しなれば
より心して
ことばを練り
綴らなければ

一言一言が
あなたにとって
どれほど強く
心に響くのか
どんな意味を
もつのか
考えることを
忘れない
心は一瞬にして
シャボン玉のように
こわれてしまうかも
知れないから

《詩分野 審査総評 時里二郎》

最近気になることは、SNSなどで目にする言葉の、配慮のなさ、思いやりのなさ。匿名性を良いことに、言葉が送り手であり、かつ受け手でもあるという性質を歪めていること。そして、なによりも、言葉が「心」をよりどころとして生まれていることが忘れられていること。

この作品は、やや繊細にすぎる心のトーンをベースにして作られているが、それだけ、今述べた、心と言葉が乖離した、粗雑でぎすぎすした昨今の言葉の環境への強い批判と受け取ることができます。



4館合同管外研修を
12月10日(水)に実施
しました。
写真は、堺市舳松人権
歴史館の前です。



講座生研修会のお知らせ

年が明け、皆さん楽しいお正月を過ごされたことと思います。
お正月疲れを癒していただくために、楽しい研修会を開催しますので、皆さんお揃いでご参加ください。

とき 令和8年1月16日(金)
午前10時~11時30分頃

ところ 大野隣保館大集会室

内容 「みんなでお正月気分を楽しもう♥」

講師 西脇市ボランティアグループ
スマイルベルさん

1月の館行事・講座予定表

日	曜	午前	午後	夜
1	木	元日		
2	金			
3	土			
4	日			
5	月	【小寒】		
6	火			
7	水	ヨガ教室	生活相談	【人日・七草】
8	木	★手編教室	おり姫体操	生花教室 健康太極拳④
9	金		フラダンス教室	
10	土			
11	日	西脇市成人式		
12	月			【成人の日】
13	火	3B体操		
14	水	お茶④		生活相談
15	木		おり姫体操	
16	金	教養講座生研修会		
17	土	【防災とボランティアの日】		区長会
18	日			
19	月		布あそび	
20	火	★料理教室	絵を楽しむ会	【大寒】
21	水	ヨガ教室		
22	木	みんなで歌う会★手編	おり姫体操	健康太極拳④
23	金	あじさい会 食事会	フラダンス教室	
24	土			
25	日			
26	月	★すくすく広場	★布あそび④	
27	火	3B体操		
28	水	お茶④	生活相談	
29	木		おり姫体操	
30	金			
31	土			

睦月の【暦】を記入。

★は講座日を変更しています。

※パソコン教室、ギターサークル生募集中



《相談》 津万地区のみなさんを対象に生活・人権・教育などの相談を随時行っています。相談時間は、午前9時～午後5時45分です。お気軽にご相談ください。

《図書室》 人権・同和教育関係・一般図書一般小説・趣味の本・絵本などをそろえて、閲覧・貸出を行っています。お気軽にご利用ください。

《大野隣保館よりお知らせ》

大野隣保館では、講座について、皆様のご意見、ご要望お待ちしております。Tel.23-2291

編集後記：▼東京でデフリンピックが開催され、耳の聞こえない、聞こえにくい選手たちが力強く競技に挑む姿に、多くの感動をもらいました。違いがあるからこそ生まれる可能性や、一人ひとりの力の大きさを、改めて感じた出来事でした。▼12月10日は「世界人権デー」でした。人権と聞くと難しく感じることもありますが、相手の気持ちを想像し、思いやりをもって接することも、その大切な一歩ではないでしょうか。日々の暮らしの中で、心がけていきたいですね。▼隣保館では、来年も交流や相談を通して、誰もが安心して過ごせる居場所づくりを、人と人とのつながりを大切にしながら、地域づくりに取り組んでまいります。皆さまどうぞよいお年をお迎えください。