パートナーシップ通信

人権啓発課 ☎ 32-1708　FAX 32-0110
✉jinkenkeihatsuka@city.uki.kumamoto.jp

宇城市の男女共同参画を進めるために一緒に考えませんか　審議会委員を募集します

市では、男女共同参画社会の実現を目指し、「市男女共同参画審議会」を設置しています。今回、市民の皆さんから新たに委員を募集します。

応募資格　・20歳以上の市内在住者
・男女共同参画に関心がある
・会議や研修などに出席可能

募集人数　２人　※委員総数は15人以内です。

委員は、市長の諮問に応じて男女共同参画の推進に関する施策や重要事項、計画などについて調査審議し、答申する役割を担います。

委嘱期間　令和２年４月１日～令和４年３月31日まで

応募方法　人権啓発課窓口やホームページにある指定の用紙を郵送・メール・持参

応募期限　令和２年１月17日（金）

「男性介護教室」を開催しました

10月３日、17日、31日に男性のための介護教室を開催。「介護の基礎知識」、「介護の技術全般」、「介護食調理法」の３講座を行い、参加者から好評の声が聞かれました。

参加者の声を紹介します。

市販のとろみをつける材料などで、介護食を楽に作ることができることを知り、家庭でも作ってみようと思いました。

みんなで学ぼうじんけん

生涯学習課 ☎32－1934

本田博通（ひろみち）地域人権教育指導員が学校で働いていた経験などから「じんけん」の今をお伝えします

グレタ・トゥンベリさんと意見を表す権利
～子どもの権利条約採択から30年～

９月23日、ニューヨークの国連本部で開かれた気候行動サミット。スウェーデンの環境活動家グレタ・トゥンベリさんの怒りの訴えは大きな反響を呼びましたね。

「私たちは
あなたたちを見ている」

スピーチに立つグレタさんを迎える各国代表団の拍手に彼女はにらみつけるような視線を返し、温暖化対策の遅れを非難しました。

海に崩れ落ちる氷河、日本列島を繰り返し襲う大型台風、１００年に一度と形容される豪雨。グレタさんの言葉は日本の私たちにも温暖化対策が待ったなしの人類の重要課題であることを突きつけました。

ところで、16歳のグレタさんが国連本部で居並ぶ各国の代表に向かってスピーチすることができたのはどうしてでしょうか。

戦後、国連で最初に生まれた「世界人権宣言」は、全ての人がどのような人権を持つか示した初めての宣言でした。

その後、国連や国際社会は宣言が目指す目標を国際的な法律である〝条約〟のかたちにして整えてきました。

その一つが「子どもの権利条約」です。この条約は１９８９年国連総会で採択され、現在日本を含め１９６の国と地域が参加しています。条約は18歳未満の子ども自身が権利を持つ主体と位置付け、大人と同じく一人の人間として権利があることを認めています。

「第12条　子どもは自分に関係のあることについて自由に自分の意見を表す権利を持っています」

国連本部はこの意見表明する権利を、グレタさんに、子どもの代表として行使させたのです。

地球温暖化は子どもにとってこそ切実な『自分に関係のあること』だとグレタさんは訴えました。私もできることから実行します。

消費者トラブル注意報

商工振興課 ☎32-1604

マルチ取引の勧誘　障がい者同士でも

事例

自分と同じ障がい者の知人から健康食品を勧められた。他の人にも紹介するように言われ、できないと伝えたが、「私が代わりにするから」と言われ、契約。契約後に態度が変わり、「自分で紹介しろ」と言い出したので解約したい。（50歳代 男性）

© Kurosaki Gen

アドバイス

友人や知人を勧誘して買い手を増やすマルチ取引の勧誘が障がい者同士のつながりを利用するケースが見受けられます。

たとえ親しい人や仲間からの誘いでも、必要のない契約はきっぱり断る勇気を持ちましょう。

家族や周囲も、いつもと変わったところはないかなど、日頃から気を配りましょう。

相談は　**消費生活センター ☎33－8277**　へ

かしこくみんなの年金学

熊本東年金事務所
☎096-367-2503
市民課 ☎32-1417

年金を満額受給できない人は必見！
国民年金の任意加入制度

60歳Ａさん　63歳Ｂさん

60歳までに年金の受給資格を満たせなかった…

40年分納付してないから年金を満額受給できないなあ…

そんなあなたも年金を受給・増額できます！

60歳以降でも国民年金の任意加入ができます。ただし、さかのぼっての加入はできません。

対　象　①～④の全てを満たす人
①国内在住で60歳以上65歳未満
②繰り上げ支給を受けていない
③保険料の納付月数が満40年に満たない
④厚生年金保険・共済組合などに加入していない

※外国居住の20～65歳未満の日本人。受給資格期間を満たしていない65～70歳未満も加入可

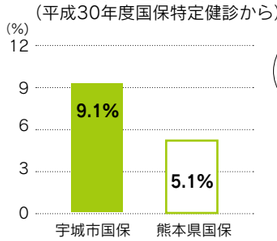
手続き　年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参し、年金事務所へ

データで見る宇城市民の健康

市民課 ☎32－1417

「脳卒中」最大の危険因子は高血圧

Ⅱ・Ⅲ度高血圧者の割合
（平成30年度国保特定健診から）



皆さん、ご自身の血圧値はご存知ですか。

Ⅱ・Ⅲ度高血圧（160/100㎜Hg以上）の人は正常血圧（120/80㎜Hg以下）の人に比べて、脳卒中を起こす可能性が5～8倍になるといわれています。

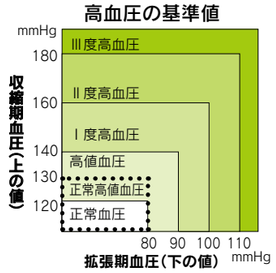
上の図は、宇城市の特定健診を受けた人のうち、Ⅱ・Ⅲ度高血圧の人の割合を示しています。脳卒中に対する医療費の割合も高く、県内平均を上回っています。

まずは家庭で血圧を測ることから

血圧は体を守るために常に変動しています。正しい血圧値を知るためには、家庭での血圧測定が大事。まずは1週間でも、朝・晩の血圧を測定することから始めませんか。

40～74歳までの国保加入者は各医療機関で実施している特定健診を受けましょう。血圧以外の脳卒中への危険因子も確認できます。病院で高血圧の治療をしている人も特定健診の対象者です。

高血圧の基準値



血圧の目標値

74歳以下	125/75未満
75歳以上	135/85未満
慢性腎臓病・糖尿病	125/75未満

「高血圧治療ガイドライン2019」より