

回覧

たかさき人権プラザだより

〒370-1201 高崎市倉賀野町 2078 番地 1 TEL・FAX 027(346)2049



受講者募集

季節の変わり目 梅雨をスムーズに迎えるために
身体にやさしい時間をいっしょに楽しもう

日々の疲れや天気の影響（気圧、気温、湿度などの変化）等から、頭痛・むくみ・神経痛などの体調不良が起こることがあります。日頃から癒しの時間を取り入れて自律神経を整え、予防を心がけましょう。

やさしいヨガ（初心者・経験者 2コース 各5回）

本年度は、当館で大人気の教室を、初心者、経験者の2コースに分けて開催！
体格・骨格・体調に合わせたポーズで、呼吸もゆるやかに、心身ともに緊張をほぐしながら、ヨガを楽しみましょう。いずれも内容は「やさしいヨガ」です。



日時 6月1日から7月20日まで 毎回木曜日
(①6月1日、②6月15日、③6月29日、④7月6日、⑤7月20日)

初心者コース 9:30~10:20 経験者コース 10:30~11:30
(当館での参加0~1回程度の方対象) (当館、他活動での参加2回以上の方対象)

講師 佐藤真智子さん(全米ヨガアライアンス認定資格・RYT200取得)

定員 各コース 12名(先着) 費用 無料 対象 市内在住の方

持ち物 ヨガマット、運動に適した服、飲み物(水分補給用)

癒し・緑のインテリア 苔玉づくり教室

盆栽のような風情がありながら気軽に取り入れやすく、合わせる植物の苗や器によっては洋にも合い、インテリアとしても人気の苔玉。初心者でも楽しく簡単に作れます。
まるっとした作品は愛着もたっぷりです。申込みはお早めに！

日時 6月13日(火) 10:00~11:30

講師 株式会社松風園の社員 定員 15名(先着)

対象 市内在住の方 費用 材料費 2,000円(当日徴収)

持ち物 汚れてもよい服装、エプロン、手袋(ビニール、ゴム可)、筆記用具



お申込み

いずれも、令和5年5月8日（月）午前9時から受付開始します。

申込締切日・5月25日（木）までに、たかさき人権プラザの窓口か電話にてお申込みください。
(受付：月～金曜日、午前9時～午後5時)

- ・先着順にて受付け、定員になり次第締め切りとなります。ただし、受付開始時点で定員を超えた場合は、その場で抽選します。
- ・メールでの受付は行っておりませんので予めご了承ください。

裏面もぜひご覧ください

ふれあおう・考えよう人権！

入場無料 予約不要 当日、直接当館へお越しください。**人権ビデオ上映学習会****場所** たかさき人権プラザ

人権尊重の意識を高めていく契機として、様々な人権課題をやさしくドラマ等にしたビデオを上映します。

5/8(月)、6/5(月)、7/3(月)**各日各回1時間程度 ①11:00～ ②13:00～**

内容は、館内掲示にてご確認ください。

人権尊重の意義とは

水平社創立100周年について

1922（大正11）年3月、京都の岡崎公会堂に集まり、人間の尊厳と平等を願って「全国水平社」が創立されました。「人の世に熱あれ、人間に光あれ」で結ばれる水平社宣言は、あらゆる差別からの解放をめざす、日本初の人権宣言と言われています。

水平社運動は、その後各地に拡がり、群馬県では1923（大正12）年3月、群馬県水平社が結成されました。2023（令和5）年で100周年を迎えました。

水平社は、すべての人があらゆる差別を受けることなく人間らしく暮らしていける社会の実現を目指しましたが、現在も、同和問題をはじめ、様々な人権課題が存在しています。この100年を節目に、当時の人々の思いや願いを想像しながら、改めて人権が尊重される豊かな社会を作るためにはどうしたらよいか、考えてみてはいかがでしょうか。

**図書資料貸出のご案内**

当館では、図書資料の貸出を行っています。人権図書、児童書、料理、健康、趣味など、気になる本を読んでみませんか。おうち時間を楽しく、発見のある毎日に本を活用しましょう。知識、想像力、語彙力や文章力が増え、コミュニケーション能力向上にもつながります。

- 貸出期間 2週間
- 貸出冊数 3冊まで
- 貸出手続 事務室で申込書にご記入ください



ご利用の方は、気軽に事務所へお声かけください。

相談

生活上の悩みや人権問題の解決のため、相談を受け付けています。相談内容についての秘密は厳守します。気軽にお越しください。

相談無料 予約不要
ひとりで悩まず相談を！**たかさき人権プラザ 一般相談のご案内**

各種相談の解決に向けて対応します。

- 面接相談 たかさき人権プラザ（当館へ予約をお願いします）
- 電話（相談専用）027-346-1148
- 電子メール j-plaza@city.takasaki.gunma.jp



※相談内容により対応に時間をいただくことがあります。
※受付は毎日午前9時から午後4時まで（土・日・祝日を除く）

● 人権侵害に関するご相談のご案内 ●

人権についての相談はなんでも

みんなの
人権110番（ナビダイヤル）0570-003-110

ゼロゼロみんなのひやくとおぼん

人権擁護委員による人権相談のご案内

毎日の暮らしの中で起こる様々な人権問題（家庭内、近隣間、学校、職場内など）について相談に応じます。

【会場】 たかさき人権プラザ

【日時】 毎月第3火曜日 13:30～15:30

5月16日 6月20日 7月18日
8月22日 9月19日

この電話は、おかけになった場所の最寄りの法務局・地方法務局につながります。

- 受付時間 平日 8:30～17:15（全国共通）
- 一部のIP電話等からはご利用できない場合があります。

【人権擁護委員】とは、法務大臣から委嘱された民間の方で、人権擁護について理解があり人格見識とにもすぐれた人が選ばれています。高崎市では30人、全国で14,000人の人権擁護委員が活動しています。

休館日のお知らせ

5/3（水）憲法記念日
5/4（木）みどりの日
5/5（金）こどもの日

職員交代のお知らせ

高崎市令和5年4月1日付人事異動に伴い、管理課から次長に着任いたしました。
なお、茂原通雄次長は、退職いたしました。

よろしく申し上げます

たかさき人権プラザ次長

加藤 智則

Katou Tomonori

