

知る 学ボ 広がる! 人権 連続講座

① 10月2日

ストレスとの上手な
つきあいかた



津村 薫さん

② 10月9日

認知症とともに
どう生きる



杉原 久仁子さん

5週連続金曜日
14時から

③ 10月16日

よく聞く
8050 問題とは



綾部 貴子さん

④ 10月23日

正しく知ろう、
感染症の
今と昔



白阪 琢磨さん

⑤ 10月30日

睡眠を
取り戻そう

～生存権の視点から～



小谷 正登さん

会場: クロスパル高槻(JR 高槻駅南側)702 会議室
定員: 事前申込順 各回 100 名
対象: 市内在住、通勤、通学の方

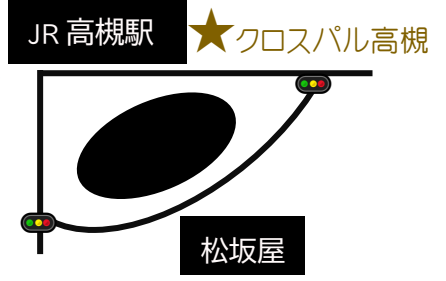
申込先: 一般社団法人高槻市人権まちづくり協会
申込方法: ①電話②来所(①②平日 8:45~17:15)
③FAX④HP(③④毎日 24 時間)

申込期間: 9月4日(金)~各回開講日または定員に達するまで

入場
無料

1回のみ参加も
お待ちしております

詳細はこちらから



1回のみ参加も
お待ちしております

知る人権連続講座

学ぶ 広がる

各回手話・要約筆記あり

1



10月2日(金) ストレスとの上手なつきあいかた

フェリアン副所長 津村 薫さん

自分を大切にすることは、他者を大切にすることにも繋がります。ストレスについて知り、自分のストレス反応に気づき、ストレス対処法を学ぶことで、自分の心身を整えましょう。(ワークあり)

2



10月9日(金) 認知症とともにどう生きる

桃山学院大学社会学部ソーシャルデザイン学科教授 杉原 久仁子さん

認知症は誰がなってもおかしくない病気です。認知症と診断を受けた人が社会で暮らしているのが当たり前になるよう、認知症との付き合い方や、本人の意思が尊重される地域づくりを一緒に考えていきましょう。

3



10月16日(金) よく聞く 8050 問題とは

梅花女子大学文化表現学部情報メディア学科教授 綾部 貴子さん

最近よく耳にする「8050問題」についてご存知でしょうか。
この8050問題の本質を学んで、みんなで支援を考えませんか。

4



10月23日(金) 正しく知ろう、感染症の今と昔

国立大阪医療センター特別顧問・感染症内科医師 白阪 琢磨さん

感染症との戦いの歴史は古く、人の繁殖と共に病原体は進化を繰り返してきました。現代社会でも、HIV(エイズ)や COVID-19(コロナ)のように身近な脅威であることには変わりありません。感染症を正しく学び、共生社会を実現していきましょう。

5



10月30日(金) 睡眠を取り戻そう ～生存権の視点から～

関西学院大学教職教育研究センター・文学研究科教授 小谷 正登さん

24 時間型社会に変貌した日本は、全世代にわたって「睡眠不足大国」として知られています。人生 100 年時代を自分らしく過ごすために、眠りを人権の視点から意識してみませんか。