

人権文化センター 講座ニュース

1月号

講座生募集!!

足の健康とノルディック・ウォーキング

～生涯自分の足で歩くために～

ノルディック・ウォーキングは北欧からやってきた2本のポールを使う新しいスポーツで、歩行を補助し誰でも簡単にできますが、綺麗で正しいウォーキングスタイルを学ぶことで、より良い効果を得ることができます。自分のウォーキングスタイルを学び、運動不足をノルディック・ウォーキングで楽しく解消しましょう!

日 時 : 2月15日、22日、3月1日(水曜日・全3回)

午後2時～4時

対象者 : 市内在住・在勤・在学の人

場 所 : 人権文化センター 複合施設及びその周辺

内 容 : (1日目) 歩数測定とノルディック・ウォーキングの基礎

(2日目) 実際にポールを使って歩こう①

(3日目) 実際にポールを使って歩こう②

定 員 : 15名(最少催行人数 5名) 保険代 : 200円

持ち物 : リュックサック、飲み物、筆記用具、動きやすい服装、歩きやすい靴

申し込み : 1月4日(水)～18日(水)までに人権文化センターへ

(電話申し込み可、申し込み多数の場合抽選)



※新型コロナウイルス感染症の感染状況により変更・中止となる可能性があります。ご了承ください。

★☆利用者の皆様へ★☆

来館時はマスクの着用、手指の消毒等、新型コロナウイルス感染症の予防にご協力くださいますようお願い申し上げます。

お気軽にご相談ください(相談は無料です)

生活相談	専門機関と連携して、様々な悩みや相談に応じます。例えば消費者相談や福祉、年金など、どんな悩みもご相談ください。
人権相談	部落差別をはじめ、DV、障がい者差別、女性差別など、様々な人権相談に応じます。

ご相談は(一社)富田林市人権協議会(Tel.24-3700)(人権文化センター内)まで
受付時間:月曜日～金曜日(祝日を除く)、午前9時～午後5時

無意識のバイアス（偏見）に気づこう

～差別はたいてい悪意のない人がする～

人権学習のゴールを、「私は差別をしないようにします」「差別をしない人になります」と決意することだと思っていないでしょうか？ もちろんそれは大切な決意ですが、決意だけでは実現できない面もあると知っておくことがより重要です。差別のある社会は、《揺れの激しい電車が、ほどほどに混み合っている状態》のようなものです。その状態にある私たちの社会と、その乗客である私たちについて、考える時間にします。

☆日 時：2月17日（金）午後1時半～4時

☆場 所：人権文化センター 複合施設

☆内 容：講演とワークショップ

☆定 員：40名（先着順）

☆参加費：無 料

☆講 師：北川 知子さん

（NPO法人とんだばやし国際交流協会 理事長）

☆申し込み：1/6（金）～人権文化センター、

またはとんだばやし国際交流協会へ

【電話申し込み可：人権文化センター（24-0583）とんだばやし国際交流協会（24-2622）】



主催：富田林市立人権文化センター・NPO法人とんだばやし国際交流協会



SDGs 未来都市

富田林

ACT FOR 2030

富田林市はSDGs未来都市です

SDGs（持続可能な開発目標）とは、先進国と開発途上国が共に取り組む国際社会全体の普遍的な目標として2015年に国際サミットで採択され、2030年に達成すべき17のゴールと169のターゲットが掲げられています。富田林市においても「誰一人として取り残さない」とするSDGsの理念を市政に取り入れ、全国・全世界的なSDGsの実現に貢献するとともに、SDGsを共通言語として、多様なステークホルダーとの連携・協働によるまちづくりを進めます。