

こころん だより

2025
秋号
Vol.34



こころん



この仮想空間（メタバース）は、学校への通いづらさを感じている子どもたちが、自分の分身キャラクター（アバター）を使って参加できる、オンラインの学びと交流の場。「こころオンラインサポート」という、高知県の新しい取り組みです。→詳しくはP2-3をご覧ください。

特集1

誰一人取り残されない学びのために
～高知県心の教育センターの取り組み～

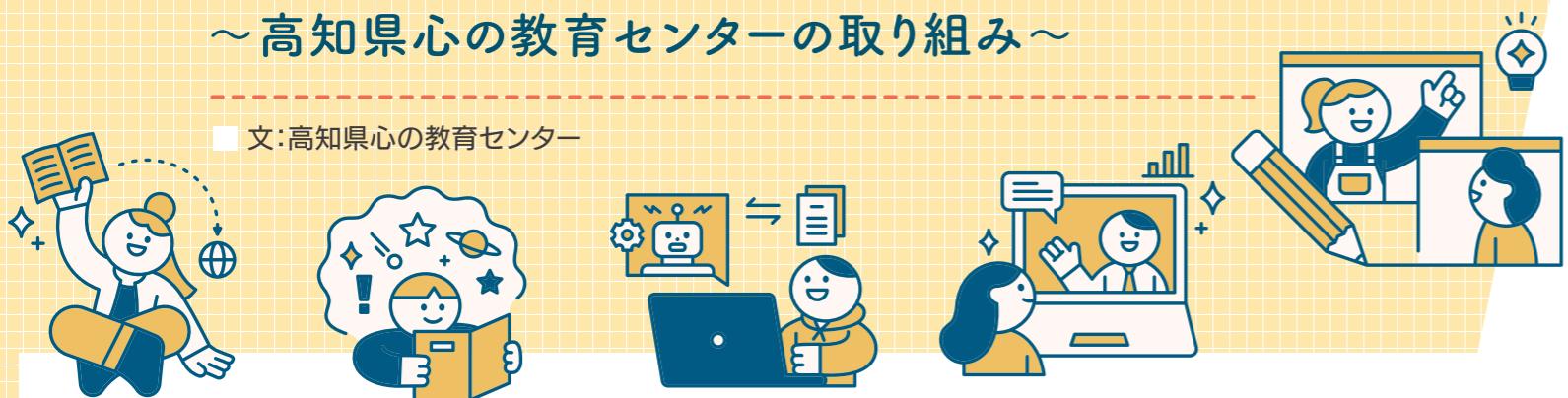
特集2

こころん
レポート

認知症とともに生きる
～本人や家族の尊厳が守られる社会へ～

誰一人取り残されない学びのために ～高知県心の教育センターの取り組み～

文:高知県心の教育センター



高知県では不登校の児童生徒数が増加傾向にあり、学校教育における喫緊の課題と認識されています。この課題に対処するため、高知県教育委員会は、すべての子どもが安心して学び、自立できることを目指した「高知家の子どもたちが誰一人取り残されない学びを保障するためのガイドライン」を策定しました。

その取り組みの一つである高知県心の教育センターの活動を紹介します。

活動1 メタバースの学びの場 「こころオンラインサポート」

学校への通いづらさを感じている児童生徒等を対象に、メタバースを活用したオンラインによる多様な教育機会の提供を行っています。自分の分身となるアバターを使ってメタバース内を自由に探検し、自分のペースでやりたいことを選んだり、スタッフや他の参加者と交流したりできます。参加希望者には、事前に面接を行い、現在の状況やオンラインサポート内で取り組みたいことなどを確認した上で、児童生徒一人一人の状況に応じて対応していきます。

メタバース内では、学習アプリを使った勉強や、タイピング、プログラミングの練習、NHK for Schoolなどの動画視聴をしながら自分に合った学習を進めることもできますし、宇宙や動物などのライブ映像を見て過ごす時間も設定できます。



メタバース内では…
*アバター（自分の分身として動くキャラクター）を使って参加します。
*会話は「音声」「チャット」から選べます。
*登録した名前（ニックネーム）を使います。

時間	活動
13:30～13:45	★ハロータイム その日のスケジュールを決める
13:50～14:30(40分)	1コマ目
休憩	
14:40～15:20(40分)	2コマ目
休憩	
15:30～16:10(40分)	3コマ目
16:10～16:30	★グッバイタイム ①ふりかえり ②次回のスケジュール(行事等)

活動2 中高生等の居場所 「Kochi Teens Base」

2

中高生等の居場所
こうち ティーンズ ベース
「Kochi Teens Base」

Kochi Teens Baseは、高知県教育委員会（心の教育センター）と高知県立大学が連携・協働して実施しています。心の教育センターのスタッフと高知県立大学の学生ボランティアが、学習支援や交流活動などを通して、社会的自立に向けた成長を支援していくものです。

ボードゲームやカードゲームを通して交流を図ったり、パソコンやタブレットを使ってメタバースへ入ったり、スタッフや年の近い学生と交流することで、多様な学びの機会が得られ、将来への希望を持つきっかけにもなります。

学校への通いづらさを感じている子どもにとって、この場所が自分の興味や「自分らしさ」の再発見につながり、成長できる、支援の選択肢の一つとなることを目指しています。

Kochi Teens Base

- 開設日：金曜日 13:30～16:30
(時間帯を決めての一部利用可)
- 対象：集団で過ごすことへの不安や、学校等への通いづらさを感じている県内の中・高校生等（学籍の有無にかかわらず18歳までの方）
- 内容：自主学習や興味関心がある取り組みへの支援、スタッフや他の参加者との交流活動、オンライン交流イベントへの参加等



利用の流れと申込み先

こころオンラインサポート、およびKochi Teens Baseについては、下記のような流れで申込みを受け付けています。利用登録をしたお子さんについては、学校とも連携し、定期的に情報共有を行っていきます。問い合わせや打合せ面接の申込みは、高知県心の教育センターまでご連絡ください。

利用の流れ

- 打合せ面接の予約
- ▼
- 利用に向けての 打合せ面接
- ▼
- 見学・体験
- ▼
- 利用に向けての確認
- ▼
- 利用登録・利用開始

*登録情報、活動状況については、所属校と隨時共有
*こころオンラインサポート希望者の打合せ面接については実施方法を柔軟に検討

申込み先

高知県心の教育センター

● 電話:088-821-9909 (平日9:00～17:00)

Event 子育て講演会 参加無料

思春期の子どもの心、自分も経験したはずなのにどんな風に声をかけたらいいのか…一緒に考えませんか。

【日時】令和7年10月5日(日) 10:00～12:00

【場所】オーテピア 4階研修室

【講演】「子どもの心、親心～ぱっちりな子育てをめざして～」
高知工科大学 共通教育教室 池 雅之 教授

【申込方法】
←申込フォーム(Google form)
電話:088-821-9909

▶ この記事に関するお問い合わせ先 高知県心の教育センター

TEL:088-821-9900(代表) メール:311902@ken.pref.kochi.lg.jp



認知症とともに生きる ～本人や家族の尊厳が守られる社会へ～



お話をくれた人▶
認知症の人と家族の会
高知県支部（左から）
副代表 莢谷 貢さん
代表 楠木 司さん
事務局 森澤 陽子さん

2024年1月に「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」（以下、認知症基本法）が施行されて約1年半。認知症とともにいる人や家族を取り巻く環境は、新たな転換点を迎えてます。

その最新の状況や、本人・家族を支えるしくみについて、「認知症の人と家族の会高知県支部」の皆さんにお話を聞きました。



毎年9月は世界アルツハイマー月間。認知症についての様々な啓発活動を行っています。



認知症についての講演会なども開催。

認知症を取り巻く社会の動き

厚生労働省によると、2022年の認知症高齢者は全国で約443万人、認知機能が低下した軽度認知障害(MCI)のある人は約559万人であり、高齢者の約3.6人に1人が認知症またはその予備群といえる状況にあります。

そうした中、2024年1月に認知症基本法が施行。認知症のある人が基本的人権を有する個人として、その意思を尊重した暮らしを送れるようにすることや、本人だけでなく家族の支援を行うことなどが定められました。そして国民一人ひとりが認知症についての偏見や無理解を改め、「新しい認知症観」に立つこと——つまり、「認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になっても希望をもって自分らしく生きることができる」という考え方へ立つことが重要であると示されました。

認知症をめぐる「言葉」も変化 —人権尊重の観点から

認知症についての正しい知識や理解を進めていく中で、関連する用語も変化してきています。そもそも「認知症」は、それまで使われていた「痴呆」が侮蔑的であるとして2004年に見直された呼称で、病名ではありません。原因疾患があつて記憶、判断、言語、感情などの精神機能が減退し、日常生活に支障をきたした状態のことを認知症と言います。

最近では、認知症になったご本人のことを「認知症の人」ではなく「認知症とともにいる人」と表現する動きが広まりつつあります。また「徘徊」という言葉、これは目的もなくうろうろするという意味ですが、認知症とともにいる人は目的を持って歩いており徘徊ではありません。こうした変化も、個人の尊厳の尊重や正しい理解への一步です。

認知症を体験し考えよう! 「認知症こどもサイト」

<https://www.alzheimer.or.jp/kodomo/>

（公社）認知症の人と家族の会では、子どもたちが認知症について主体的に学べるコンテンツを提供しています。ぜひアクセスしてみてください！



9月21日は 世界アルツハイマーデー！

高知城が認知症支援のシンボルカラーであるオレンジ色にライトアップされます。



10月5日には認知症を学ぶ講演会も！

- 日時：2025年10月5日（日）13:30～15:30（受付13:00～）
- 場所：ちより街テラス ちよテラホール（高知市知寄町2-1-37）
- 講演：認知症と「ウェルビーイング」本人・家族・そして職員 グスタフ・ストランデル氏（武蔵野大学ウェルビーイング学部 教授）
- 申込：140名（要申込）申込はページ下部の連絡先まで



ともに生きていくために

認知症が疑われた時の家族の心理は、最初とまどいや否定の気持ちから始まり、次に怒りや混乱を感じ、日々の介護における様々な気づきを経て、割り切りや自認、受容へと変化します。家族介護は先の見えない階段のようなものですが、誰かと話したり生活支援などを使ったりして少しゆとりができれば、笑顔になれたりもします。

また、認知症の状態は、軽度から重度まで実に様々です。それをひとくくりにするのは偏った見方であり、相手を傷つけかねません。誰もがなりうる認知症だからこそ一人ひとりが自分ごととして考え、理解を深めていってほしいと思います。

本人、そして家族を支えるしくみ

認知症は、本人はもちろん、支える家族にも大きな不安や孤立感をもたらします。大切な人が認知症になってつらい、一生懸命介護しているのに伝わらない、頭では理解していても余裕がなく感情が揺れる…そんな時、その気持ちを吐き出す場があり、共感してくれる人がいれば、救われることもあります。そこで、認知症の人と家族の会高知県支部では、「電話相談」「会報発行（月1回）」「集い（月1回、高知市旭町「ソーレ」にて）」の3つを柱に活動を行っています。

特に電話相談は、高知県から委託を受けてコールセンターを運営。認知症介護を経験した家族が対応しています。

お気軽にご相談ください



認知症について、ご本人・ご家族・周りの方々などからのご相談、お話を聞きします。
高知県委託事業
公益社団法人
認知症の人と家族の会 高知県支部



認知症への正しい理解を広めて、誰もが住み慣れた地域で自分らしく暮らしていく社会を実現していきたいね！



公益社団法人 認知症の人と家族の会 高知県支部

- 事務局：高知市本町4-1-37（高知県社会福祉センター内）
- TEL・FAX: 088-821-2694
- メール: ninchikochikazoku@yahoo.co.jp

全国組織である（公社）認知症の人と家族の会（1980年発足／本部京都）の高知県支部として1981年結成。会員は認知症の家族介護者を中心に約100名。仲間との「出会い」の場、介護者の経験が“知”として生きる場となるべく活動している。

第52回「部落差別をなくする運動」 強調旬間啓発事業を行いました

実施日：令和7年7月16日(水)13時30分～15時30分／参加者：226名
会場：高知県立県民文化ホール(グリーン)
オープニング演奏：清和女子中高等学校ハンドベル部
講演：一緒に考えるということ～「部落差別」と「多様性社会」について～
講師：三木 幸美さん(公益財団法人とよなか国際交流協会 事業主任)

フィリピンと日本のルーツをもつ講師の三木さんは、被差別部落で生まれ、8歳まで「無国籍児」として育ちました。講演では、ご自身の体験をもとにいろいろな角度から人権について語られました。また、参加者はクイズ形式の問い合わせにより「一緒に考える」にとも体験しました。

・「マイナリティ」とは困っている人やかわいそうな人ではない。生まれながらにその状況に置かれているわけではなく、困難な状況に追いやられる可能性のある人や追いやられてしまった状態にある人と考えるべきではないか。
・マイナリティが暮らす社会は落とし穴やへこんでいる所なので見つけづらく、落ちてしまったら自分で這い上ることも難しい。マイナリティへの支援や取り組みは、落とし穴を見つけて埋めていくこと。これは当事者ではない私たちにもできるし、伴走者になれる。
・「学ぶ、考える、選ぶ、行動すること」により、わかりたいという姿勢や態度を示せる人、仲間を増やしていくことが私たちの社会の強みになるだろう。終始、力強い話術に引き込まれた講演となりました。



アンケートより

○人権課題に積極的(前向き)に取り組む当事者の発信が非常に参考になった。清和女子中高のハンドベル部がとても素敵でした。
○これまでの自分の人権意識を改めて問い合わせ直す機会でした。人は対話の中で世の中をよりよくすることができると感じました。世の中のちがいを自分事としてこれから考えていきたいと思います。
○「偏見や差別をしない、させない」という考え方ではなく、「ちがいを尊重する」ことが大切ではないかと考えるようになりました。

第1回 ハートフルセミナー

映画「こどもかいぎ」上映会を行いました

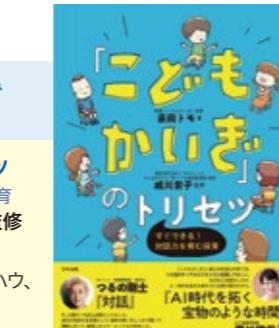
実施日：令和7年8月3日(日)14時～16時／参加者：59名
会場：高知県立人権啓発センター 6階ホール

子どもたちが輪になって自由に話し合う「かいぎ」に取組む保育園を、1年間にわたって撮影したドキュメンタリー映画の上映会を行いました。親子での参加もあり、小学生から大人までが笑って、泣いて、子どもたちのまっすぐな言葉に感嘆し、「対話」の重要性について思いをめぐらせました。

ふりかえりシートより

○子どもたちが、自分の考えを伝えようと言葉を探して、一生懸命話している姿にハッとした。話せる子も、うまく話せない子も個性を受けとめて見守ることの大切さを感じました。
○子どもの成長にとって大切なことへのメッセージだった。大人がやったほうが早いけど、子どもの成長には時間がかかる。これか

じんけんライブラリーで貸出しています



らの教育に必要なことだと感じたし、まわりの大人の意識をかえるための啓発も大切と思う。
○「こどもかいぎ」は、自分たち(子ども)の意けんなどを聞き、それを大人たちが分かってくれていて、やってみようかな…とか思ってます!!とてもよかったです。(小学生)



令和7年度人権ふれあい支援事業が決定しました

今年度は9団体からの申請があり、審査会を経て以下の事業への支援が決定しました。

事業区分①(支援金額が5万円以下の事業)

- 多世代ふれあい交流事業:スリッパ卓球～スリッパがつなぐ人と人の輪(一般社団法人CROSS SPORTS 高知)
- 大津小学校防災参観日(高知市立大津小学校PTA)
- リーフレットの作成及び配布(認定NPO法人こうち被害者支援センター)

事業区分②(支援金額が5万円を超える事業)

- 講演会「人権と共に生きる時代へ～21世紀を人権の世紀へ～(部落解放同盟高知市連絡協議会)
- 第31回布解放文化祭(布解放文化祭実行委員会)
- 高知いのちの電話フェスティバルのまもりびと～(認定NPO法人高知いのちの電話協会)
- 南国市人権教育研究大会(南国市人権教育研究協議会)



10月19日(日) 14:00～16:00 ※受付13:30～

令和7年度 人権啓発研修 第2回ハートフルセミナー

手話通訳あり 参加費無料 定員100名(先着順・予約優先)

講演会「人生100年時代を生きる ～実り多い豊かな人生 私は創造的でありたい～」

講師

若宮 正子さん(ITエヴァンジェリスト、デジタルクリエイター)

★世界最高齢のプログラマー・エクセルアートの創始者

会場

高知県立人権啓発センター 6階ホール

講師紹介

1935年生まれ。高校卒業後、三菱銀行(現・三菱UFJ銀行)に定年まで勤務。

58歳からパソコンを独学で習得し、2017年に、ひな人形を正しく配置するiPhone用のゲームアプリ「hinadan」を開発し配信。これにより米国アップル社CEOより世界開発者会議「WWDC」に特別招待された。

2018年には国連総会で基調講演を行うほか、国のデジタル分野の機関の構成員を複数務める。

9/10(水)

受付開始



100年先の 憲法へ 『虎に翼』が 教えてくれたこと



11月1日(土) 14:00～16:00 ※受付13:30～

令和7年度 人権啓発研修 第3回ハートフルセミナー

手話通訳あり 参加費無料 定員100名(先着順・予約優先)

講演会「100年先の憲法へ～『虎に翼』が教えてくれたこと～」

講師

太田 啓子さん(弁護士)

★4月に刊行された『100年先の憲法へ～『虎に翼』が教えてくれたこと～』をベースにした講演会です。

会場

高知県立人権啓発センター 6階ホール

講師紹介

2002年弁護士登録(神奈川県弁護士会 湘南合同法律事務所)

日本弁護士連合会両性の平等に関する委員会委員、神奈川県男女共同参画審議会委員等経験。一般民事事件、家事事件(離婚等)を多く扱う。10代の息子2人の母。著書には、性教育やジェンダーにまつわる子育ての悩みを書いた『これからの男の子たちへ「男らしさ」から自由になるためのレッスン』(大月書店)、『いばらの道の男の子たちへ』(田中俊之との共著 光文社)など。ジェンダー平等に関する自治体や企業での講演なども多数。



専用申込フォーム



お申込み・お問合せは…

公益財団法人 高知県人権啓発センター (開所時間) 月～金 8:30～17:15 (祝日を除く)

TEL 088-821-4681 FAX 088-821-4440 E-mail center@kochi-jinken.or.jp

【申込方法】電話、FAX、申込フォーム (QRコードまたはホームページ) でお申し込みください。

※必ず希望するハートフルセミナーの回をお知らせください。

必要な情報: 氏名/参加人数/代表者の連絡先(日中に連絡の取れる電話番号かメールアドレス)

じんけんライブラリー

所蔵数(2025年8月現在)

図書 9,661冊

DVD 393本

ビデオ 234本

「じんけんライブラリー検索」は[こちら](http://www.kochi-jinken.or.jp/lib/)所蔵図書・DVDの検索ができます。ぜひご利用ください。

<http://www.kochi-jinken.or.jp/lib/>

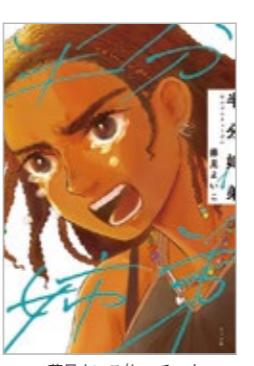


新着コミック

半分姉弟 1巻

藤見 よいこ 著(リード社)

「姉ちゃん、俺、改名したけん。」
フランス人の父と日本人の母を持つ(米山和美マンダンダ)は、弟から突然の告白を受けた。生まれ育ったはずの日本で「異物」と見なされても、笑って流していたけれど…。
「ハーフ」と呼ばれる人々の日常と溢れる感情を鮮やかに描いた、わかりあえなさと手を繋ぐ群像劇。



新着図書

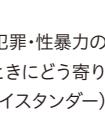
ワークブック 職場のマイクロアグレッショング 対策 生産性を下げる「無自覚な言動」の正体 渡辺雅之 著(日本法令)

マイクロアグレッショングとは、「知らないうちに誰かを傷つける無自覚な言動」のこと。職場で発生しうるマイクロアグレッショングについて、問題点と予防策、発生後の対応をわかりやすく解説。

新着DVD

どう活かす?女性支援新法 女性の人権侵害を防ぐ(21分/映学社)

2023年7月に施行された改正刑法をふまえて、性犯罪・性暴力の実態やその対処法、「友人や家族が被害に遭ったときにどう寄り添い、どう行動するか」という第三者(アクティブ・バイスタンダー)の考え方を伝えます。



第27回人権啓発フェスティバル 「こころんフェスタ」 12月7日(日)開催予定!

人権週間(12月4日～12月10日)にあわせて、様々な人権問題について“明るく、楽しく”学ぶことを目的に開催します。
「みんなが元気になるフェスタ」をお楽しみに!

- 日時: 令和7年12月7日(日) 9時30分～15時30分
- 場所: 高知市中央公園
- 主催: 高知県、高知県教育委員会、(公財)高知県人権啓発センター
- 内容
 - 啓発・体験コーナー
 - 飲食・物産コーナー
 - 子ども広場
 - スタンプクイズラリー
 - こころんたちとの記念撮影
 - 来場者先着プレゼント
 - ステージイベントもりだくさん
 - ※手話通訳・要約筆記あります



■ ご利用案内

派遣します 人権研修のための出前講座 (講師派遣料無料)

自治体や企業・団体、地域で実施する様々な研修や学習の場に講師を派遣します。
多彩なテーマやプログラムがあります。



貸出します

「こころん」の着ぐるみ・紙芝居 (利用無料)

人権について楽しく学び、身近に考え
てもらえることを願い、こころんの着
ぐるみやオリジナル紙芝居とパペット
のセット貸出を行っています。

オリジナル紙芝居+パペット ▶



6F

ホール (収容人員 270名 机併用の場合は180名)

講演会、研修等のイベントにご利用ください。

利用時間 9:00～21:00 (年末年始を除く)

基本使用料(平日)			平日時間外	土・日・祝日
午前	午後	全日	1時間あたり	
9:00-12:00	13:00-17:00	9:00-17:00		
8,650円	11,570円	18,210円	4,330円	

● 冷暖房使用料 … 1時間 / 620円 ● 準備・片付けも利用時間に含みます。 ● Wi-Fiも利用できます。



6F ホール



5F じんけんライブラリー

5F

じんけんライブラリー (利用無料)

人権に関する図書、視聴覚教材、パネルの貸出を無料で行っています。

ホームページ内の「じんけんライブラリー検索」では人権課題別の検索もできます。

利用時間 月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～17:00

利用方法 ● 初回ご利用の際に、利用カードを発行します。
● 直接ご来館できない場合は、送付もいたします。(送料は利用者負担)



	図書	ビデオ・DVD	パネル	団体図書
貸出限度	5冊以内	3本以内	3セット以内	50冊以内
貸出期間	2週間以内	2週間以内	1ヵ月以内	1ヵ月以内

団体図書貸出について (こころんブック便)

小・中学校、高等学校ほか、地域や団体へ
様々な人権課題についての図書の貸出
を行っています。

貸出・返却に係る費用は無料です。
お気軽にご相談ください。



4F

視聴覚室 (利用無料／収容人員 48名)

人権に関する研修等にのみ使用できます。



「こころん」は
高知県人権啓発センターの
マスコットキャラクターです
★着ぐるみの貸出もしています



■ 相談窓口

人権に関する相談窓口・支援機関等一覧はこちらから!



●とさでん交通 バス・路面電車「高知城前」で下車・徒歩3～5分

公益財団法人
高知県人権啓発センター
ホームページ <https://www.kochi-jinken.or.jp>

[事務局] 〒780-0870 高知県高知市本町4丁目1番37号 高知県立人権啓発センター 5階
TEL : 088-821-4681 / FAX : 088-821-4440 / E-Mail : center@kochi-jinken.or.jp
(開所時間) 月～金 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)

vol.
34

2025
Autumn

令和7年9月発行 (年4回発行)

制作・発行：公益財団法人高知県人権啓発センター
印刷：有限会社ファクトリー