

◆ ^{じぶん}自分でできることは^{じぶん}自分でしよう

こういうことにチャレンジしてみよう!!

- ① ^{あさ}朝、^{ひとり}一人で^お起きることができる
- ② ^{かぞく}家族に^{あいさつ}あいさつをしている
- ③ ^{きんりん}近隣の方や^{がっこう}学校(職場)の^{ひと}人に^{あいさつ}あいさつができる
- ④ ^{じぶん}自分の^{いふく}衣服は^{じぶん}自分で^{じゅんび}準備や^{かたづ}片付けができる
- ⑤ ^{やくそく}約束の^{じかん}時間を守る^{こと}ことができる
- ⑥ ^{じぶん}自分の^{へや}部屋の^{そうじ}掃除は^{じぶん}自分でする
- ⑦ ^{いえ}家の^{しごと}仕事(^{しょくじ}食事の^{じゅんび}準備や^{かたづ}片付け・^だゴミ出しなど)をしている
- ⑧ ^{スマホ}スマホや^{ゲーム}ゲームなどの^{しやうじかん}使用時間を^{じぶん}自分で^{かんり}管理できる
- ⑨ ^{じぶん}自分の^{きもち}気持ちを^{コントロール}コントロールできる
- ⑩ ^{こま}困った^{ひと}人がいたら^{こえ}声をかけることができる
- ⑪ ^{こうきやう}公共マナーを^{まも}守っている
- ⑫ ^{しゆい}周囲の^{ひと}人(家族、^{ゆうじん}友人、^{としよ}お年寄りなど)に^{きくば}気配りができる

^{ひと}さまざまな^{せいかつ}人たちが^{しやかい}生活している^い社会で^{きやうせいしやかい}生きる ~「共生社会」~

「共生社会」は、^{きやうせいしやかい}さまざまな^{ひとびと}人々が、^わすべて^{へだ}分け隔てなく^く暮らしていく^{こと}のできる^{しやかい}社会です。^{しょう}障がいの^{うむ}有無や、^{せいべつ}性別にかかわらず、^{としよ}お年寄りも^{わか}若い人も、^{ひと}すべての^{たが}人が^{じんけん}お互いの^{わたし}人権(^{こうふく}私たちが^く幸福に^{けんり}暮らしていくための^{そんげん}権利)や^ま尊厳(その^{ひと}人の^{じんかく}人格を^{とうと}尊いものと^{みと}認めて^{うやま}敬うこと)を^{たいせつ}大切に、^{ささ}支え^あ合い、^{のうりよく}能力が^{はつき}発揮^さされている^{かつりよく}活力のある^{しやかい}社会を^{きやうゆう}共有して^ないくことが^{たいせつ}何よりも^{だいじ}大切です。

また、^{じぎやうしゃ}事業者には^{ほうりつ}法律で「^{ごうりてきはいりよ}合理的^{ていきやう}配慮の^{もと}提供」が^{はたら}求められています。^う働く^あ上での「^{ごうりてきはいりよ}合理的^{ていきやう}配慮の^{しょう}提供」とは、^{ひと}障がいの^{ちやくめん}ある人が^{こま}直面する^あ困りごと^あに^あ合わせて^{しよくば}職場などで^{おこな}行われる^{たいおう}対応のことです。

^{はいりよ}配慮が^{みつよう}必要とされる^{ひと}人の^{こま}困りごとは^{ひとり}一人ひとり^{こと}異なります。^{しよくば}職場で^{こま}困った^あことがあれば、^{じやうし}まずは^{まわ}上司など^{ひと}周りの^{そうだん}人に^あ相談^あしましょう。

しゃかいじん じょう 社会人になるための5か条

ちゅうがっこうそつぎょうご こうこう しんがく ひと はたら ひと すす みち ひと
中学校卒業後は、高校に進学する人、働く人など、進む道は人それぞれ
ですが、いずれは社会に出て、働くことになります。

しゃかい おぼ
社会にはいろいろなルールやマナーがあるので、覚えておきましょう。

だい じょう 第1条 あいさつ

コミュニケーションの入り口として、まず身に付けておきたいのは、とき ばあい
に
お
う
に応じたあいさつです。

- | | | | |
|----|-------------|----------|------------|
| あさ | 「おはようございます」 | ひる | 「こんにちは」 |
| よる | 「こんばんは」 | さき かえ とき | さき しつれい |
| | | 先に帰る時 | 「お先に失礼します」 |

だい じょう み 第2条 身だしなみ

とき ばしょ ばあい み
時・場所・場合にあった身だしなみをしましょう。

にちじょう ふくそう どうはつ き くば しよくば いんしやう か
日常の服装、頭髪などに気を配ることで、職場での印象は変わります。

- ・頭髪(寝癖が付いていないか) ・歯磨き、洗顔 ・爪の長さ、汚れ
- ・服装 ・靴の汚れ ・ハンカチ、ティッシュペーパー

だい じょう じかん かんり も もの せいり 第3条 時間の管理や持ち物の整理

じゅんびじかん かんが きしやうじこく じたく しゅっぱつじこく き
○準備時間も 考え、起床時刻・自宅の出発時刻を決めているか

しぎやうじかん しごと はじ じかん じゅんび どの
○始業時間(仕事を始める時間)までに準備は整っているか

きんきゆう じ たいおう でんしゃ ち えん うんきゆう
○緊急時の対応(電車の遅延・運休など)

れんらく かいしゃ でんわばんごう ひか
・連絡ができるように会社の電話番号を控えているか

じぜん だいたいしゆだん か ほうほう かくにん
・事前に代替手段(代替りの方法)の確認はできているか

じかん かんり きも き か
○時間の管理と気持ちの切り替え

ちこく しゅっきん
・遅刻せずに出勤できているか

しゅうぎやうじかん きゆうけいじかん き か
・就業時間と休憩時間の切り替えができているか

も もの かんり
○持ち物の管理

せいり せいどん わす もの
・整理整頓ができているか ・忘れ物がないか

だい じょう たいちようかんり 第4条 体調管理

じぶん たいちよう じぶん わ まいにちはたら
自分の体調は自分には分かりません。毎日働くためには、しっかりと
せいかつ ととの たいせつ
生活リズムを整えることが大切です。

たいちよう わる とき おり いっしょ はたら ひと しんぱい しごと
体調が悪い時に無理をすると、一緒に働く人に心配をかけたり、仕事のミ
スにもつながったりするので、日ごろから、すいみん しょくじ きゅうよう
睡眠や食事、休養をきちんと取りま
しょう。

だい じょう 第5条 ビジネスマナー

まも
○ルールを守る

はたら うえ しゅうぎょうきそく かなら まも
働く上での、就業規則というルールがあります。必ず守りましょう。

ほう れん そう
○報、連、相

しごと えんかつ すす じょうし ほうこく れんらく そうだん
仕事を円滑に進めるために上司への「報告」「連絡」「相談」をしっかりと
ましよう。

しごとちゅう たいど
○仕事中の態度

しごと すす かた かんが かた とき れいせい はな あ
仕事の進め方や考え方にちがいがあった時は冷静に話し合ったり、
じょうし そうだん きゅうけいちゅう しよくば ひと きやくさま
上司に相談したりしましょう。また休憩中であっても、職場の人やお客様
み
に見られているかもしれないということを意識して行動しましょう。



性的多様性について理解を深めよう ～性的マイノリティとLGBT～

性的マイノリティ(少数者)の代表的なカテゴリーであるレズビアン、ゲイ、バイセクシュアル、トランスジェンダーの頭文字をとって「LGBT(エル・ジー・ビー・ティー)」と表現され、性的マイノリティの総称としても使われています。

また、性的指向「SO(セクシュアルオリエンテーション)」や性自認「GI(ジェンダーアイデンティティ)」がはっきりしない人や、揺れ動く人、あるいは性的指向や性自認を持たない人もいます。また、「LGBT」と「そうでない人」というような、はっきりした境界があるわけではありません。

人はみんなちがいが、個性があるから、人それぞれの個性が生かされて社会ができています。ちがいを認め、互いの人権を尊重しあう社会を共に築きましょう。

～大切なのは、その人がどれにあてはまるかを考えるのではなく、その人が何に困っているのかを一緒に考えることです～

大阪府HP「性的マイノリティの人権問題について」

<https://www.pref.osaka.lg.jp/jinken/sogi/index.html>



メモ

～気づいたことを書いておこう～