

# 人権コラム 心、豊かに

## ◆人権もマラソンも“自分のペース”で

紀元前 450 年 9 月 12 日、アテナイ（現在のアテネ）の名将ミルティアデスは、マラトンに上陸したペルシャの大軍を奇策で撃退しました。この戦いの勝利をアテナの元老に報告するために伝令役の兵士が選ばれ、兵士はマラトンから約 40km 離れたアテナまでを走ってその任務を果たしました。この故事にちなみ、9 月 12 日は「マラソンの日」とされています（マラソン：marathon は、マラトン：Marathon の英語読み）。

やってみようと思えば、誰でもいつでも始められるマラソンですが、日頃から運動する習慣のない人が、いきなりフルマラソンのような長距離を走ることは…。まずは、運動する習慣を身に付け、基礎的な体力が培われたのちに、長い距離を走れるようになっていくのが通常の流れです。

人権問題も同様に、誰でも取り組むことができますが、日頃から人権について意識していないと、いざというときにどうしたらよいか分からなかったり、意図せず相手を傷付けるような言動をしてしまったりする可能性があります。このような事態を招かないために、人権問題に取り組む際にも、ある程度の“基礎体力”を備えておくことが求められますが、その“基礎体力”を向上させるには何が必要なのでしょう。

それは、小さなことでも日頃から人権に関するアンテナを張っておくことです。「人権問題」を大げさに捉える必要はありません。例えば、女性や子供、高齢者の人権問題などは、自分自身を含め家族、友人、職場の上司や同僚などに関係することが多いはずです。そうした身近なところから「どんなことで困っているのか」や「どんな配慮ができるのか」を考えておくことで、いざ自分や周囲が人権問題に直面したときに、落ち着いた対応をとることができるのではないのでしょうか。

人権問題もマラソンのように「自分のペース」でできることから始める、それが目指すゴールへの近道につながるはずです。

「広報ひた」 令和 4 年 9 月 1 日号掲載