

# 本郷交流館だより

本郷交流館

〒729-0252

福山市本郷町1045-1

TEL 084-936-1123

✉ hongou-krk@city.fukuyama.hiroshima.jp

福山市  
本郷交流館 HP

※各家庭1部ずつお取りください

社会教育活動事業

## 椅子体操

椅子に座ったまま簡単に楽しく運動します。  
日常的に身体を動かすことはとても大切です。  
気分転換やリラックス効果も期待できます。

1月14日(水)

10時から 定員:15人

本郷交流館2階会議室

講師:オフィスプロスタジオ  
石川 千秋先生

持ち物:室内シューズ、タオル、飲み物



健康増進事業

## ノルディックウォーキング

1月24日(土)

9時出発 定員:15人

本郷交流館から本郷町内

講師:馬淵 悦郎さん  
持ち物:タオル、飲み物

交流館を出発して、町内の中道を歩き八幡さんを通る約3kmのコースを歩きます。  
ノルディックウォーキング用のポールは、貸出用の物があります。  
動きやすい服装、くつでご参加ください。  
※こどもも参加OK。  
まちパスシール25Pがもらえます。

講座等の問合せは本郷交流館  
(084-936-1123)まで。

## 第42回

## 本郷町文化交流会

1月18日(日)

開会式: 8時50分から

イベント: 9時から10時10分

トーク&amp;ライブ: 10時20分から

講師紹介: 佐々木リョウさん

三次市出身のシンガーソングライター/  
RCC ラジオ番組「佐々木リョウのバリAじゃんラジオ」  
パーソナリティ/被爆三世として、また子どもの病気を  
公表し、生き方と向き合う楽曲作品を多く発表

とんど: 11時30分から

展示終了: 12時



## とんど作り

1月10日(土) 9時から

雨天の場合の予備日: 1月11日(日) 9時から  
本郷コミュニティセンター  
とんど作りにも、ぜひご参加ください!

文化交流会関連の問合せは  
本郷コミュニティセンター  
(084-936-2312)まで。

## 3か月間しっかりと歩けましたか?

ウォーキングチャレンジの実施期間は、  
12月31日(水)までです。

記録用紙を、1月13日(火)までに本郷交流館へお持ちください。

本郷学区体育会よりおしらせ

## 本郷町内一周駅伝大会開催!

2026年1月1日(木・元日)

10時00分スタート!!

沿道でのたくさんの拍手、  
応援よろしくお願いします!



## 年末年始の休館のお知らせ

2025年12月29日(月)

~2026年1月3日(土)まで

(職員は2026年1月5日(月)から出勤しております。)

来年もどうぞよろしくお願いいたします。

本郷交流館職員一同



# 2 0 2 5 年度住民学習会のアンケート報告



今年度も「いつまでも安心して暮らせる本郷町をめざして」をテーマに、啓発 DVD『言葉があるから～無自覚の差別「マイクロアグレッション」～』を視聴。DVD について、グループワークや全体での意見交流を行い、身近な人権について学習しました。129人の参加がありました。ご参加いただいたみなさま、ありがとうございました。

アンケートにあったご意見、ご感想の一部を紹介します。

## ◆DVDの感想

日頃から相手のことを考えた発言が大切。  
自分自身へのふり返りが必要。  
決めつけた発言はよくない。  
相手とのコミュニケーションが重要。

外国人とも話し合いをすれば、お互いがよくわかる。

マイクロアグレッションについて学習し、大変勉強になりました。相手の気持ちに寄り添い、言葉の伝え方を考え行動することが大事だと感じた。

一つの言葉によっても、良し悪しがあることに気づきました

無自覚に発した些細な言葉でも相手を傷つける場合があり、親しき仲の会話でも言葉選びは人権意識をもって話す必要を感じた。

ビデオを見て、日々の生活の中でしょっちゅう言っているなと思いました。これまでに自分に根付いた決めつけ、思い込みをなくさなければと思いました。それを指摘してもらえる人間関係を築かねばなりませんね。

日常でおこりやすいマイクロアグレッションについては、相手を傷つけている自覚がない人が多いと思います。広い視野でかんがえてみます。6月15日の本郷交流館だよりの裏面にマイクロアグレッションについて書かれていましたが、今回いただいた資料より文字も大きくてわかりやすく書かれていたと思います。

思い込みが相手を傷つける。コミュニケーションが大事。

「このくらいのことは言ってもいいはずだ」みたいなものがたくさんある。「自分はその程度では傷つかないから、気にするな」に違和感がある。個人の考え方が違うため、マイクロアグレッションをなくすことは無理だとも思う。思ってもいないところで誰かを傷つけてしまうことは仕方がないが、その後の行動が重要だと思う。これで傷つく人がいるんだ、と知ることによって失敗しながら自分が変わっていくしかない。

能力や技術は、男も女も関係ない。その人らしさが大事だと思う。

同じビデオを2回見たが、気づかないことが多いとつくづく思う。人を知ることが大切だと思った。

## ◆地域別住民学習会の感想、会のあり方について

「この会はやめたらいい」と発言する人もいますが、私には必要な会なので、毎年参加しています。

参加者は決まった人だけになっている。ビデオを見るだけでもいいので、だれでも来てほしい。

日常のくらしを振り返る機会になり、大切な時間となりました。今日の気づきをまわりの人に広げる努力をしたいと思います。

今後も身近にあるちょっとした問題などを  
考えてみる会が企画できたらと思っています。

