



あいぽと徳島では、人権に関するさまざまなイベントを開催しています。

## 特集

### 大切な人の思い出とともに今できること

令和7年度あいぽと徳島「人権教育啓発・男女共同参画の推進」啓発行事・フレアキャンパス講座

#### もしも妻に

##### 113日目があったら

僕には11歳になる息子がいます。息子の母親が、僕たちの横からいなくなつて11年が経ちました。息子が生まれて112日後、乳がんでした。「奥さんは生き切ったよ」「29年の人生を全うしたよね。そう思つてあげよう」。本当にありがたい言葉です。僕も、そう思いたい。そう思つてあげたい。でも、簡単にはうなずけない自分がいます。母親として、もつと見たかつた景色があったはず。少年野球の試合で、緊張しながらグラウンドに立つ息子の姿を、一緒に守りたかつたはず。「生き切った」とは何なのか。「全うした」と言い切れるのか。11年という時間は、答えをくれるどころか、多くの問いを静かに深くしている気がします。乳がんだとわかつたのは、妊娠中の検査がきっかけでし

た。当時、僕は関西で報道番組のメインキャスターを務め、毎日三時間の生放送の現場に立っていました。完全に言い訳ですが、検査の日も、検査結果を聞く日も、僕は妻に立ち会いませんでした。僕が横にいたとして、何ができたかはわかりません。でも、妊娠中に「乳がん」だという現実を、ひとりで受け止めさせてしまった事実が消えません。左胸の全摘手術の日も、「いつも通りがいい。いつも通りにしてほしい」。その言葉を受け、僕はカメラの前に立ちました。それが僕たち夫婦の形でした。本当にそれでよかつたのか。あの時からの宿題は、今も終わっていません。

#### 嘘をつくべきだったのか 今も考え続ける

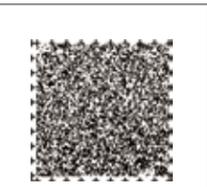
息子は無事に生まれてきてくれました。告知、手術、抗がん剤治療。妻も、息子も、本当によく頑張ってくれた。

#### 講師・清水 健さん

しみず けん  
フリーアナウンサー

でも、出産から二週間後、また「まさか」の現実と向き合うことになりました。出産後の腰の痛みから精密検査を受け、医師から余命を告げられました。母親になつて一週間。家族になつて一週間です。検査結果をひとりでも聞いた僕は、息子と妻の待つ病室に戻るまでの時間、何を考えていたのか。何をしようとしていたのか。生まれたばかりの息子を膝にのせ、「検査結果どうだった？」と笑顔で聞いてきた妻に、僕は「大丈夫だった」と答えたんです。嘘をついたんです。皆さまだったら、どう答えるでしょうか。何を聞きたいと思うでしょうか。僕は、嘘をついてよかつたんでしょうか。本当のことを伝えるべきだったのか。11年経つた今も、答えは見つかりませんが、問い

中面へ続く



(音声コード)

令和8年度 第1回あいぽと徳島研修会

## 高齢者の人権 ～孤立死防止のために、今私達にできること～

日時 令和8(2026)年4月22日[水] 13:30～15:00

会場 アスティとくしま2階 第6会議室 講師 速水 靖夫(はやみ やすお)さん  
(徳島市山城町東浜傍1-1) 特定非営利活動法人 孤立防止センター 理事長



参加費  
無料

申込  
必要

令和8年度 あいぽと徳島 第1回県民講座

## 子育てしながら介護?!ダブルケアを知ろう

日時 令和8(2026)年5月31日[日] 13:30～15:00

会場 アスティとくしま2階 第6会議室 講師 東 恵子(あずま けいこ)さん  
(徳島市山城町東浜傍1-1) 一般社団法人ダブルケアサポート 代表理事



参加費  
無料

申込  
必要

令和8年度 人権教育啓発リーダー養成講座(前期) 第1回テーマ

男女の人権

## 広告観察を通して考えよう! ジェンダーに関わる「らしさ」はどこからきたの?

日時 令和8(2026)年6月26日[金] 13:30～15:00

会場 アスティとくしま2階 パークテレコメディア 学習室 講師 小林 美香(こばやし みか)さん  
(徳島市山城町東浜傍1-1) ライター/講師

詳細は後日  
ホームページにて  
お知らせいたします



参加費  
無料

申込  
必要

## 講演会をホームページでご覧いただけます 3月下旬 新動画配信開始します

職場研修等にもご活用ください(それぞれ30分程度の動画です)

### 第12回-1配信講座

パワーハラスメントのない  
環境をみんなで作る  
～気づく!止める 支える～

講師 島田 妙子(しまだ たえこ)さん  
(関西大学客員教授/一般財団法人児童虐待防止機構オレンジCAPO 理事長)

### 第12回-2配信講座

パワーハラスメントの  
加害者にならないために  
～認める・整える・選ぶ～



あいぽと徳島HP

主催・問い合わせ：あいぽと徳島(徳島県立人権教育啓発推進センター) Tel.088-664-3719 ホームページ <https://www.aiport.jp/>

### 人権相談のご案内

あいぽと徳島では、人権擁護委員・弁護士による人権相談を行っています。まずは電話にてご連絡ください。

Tel.088-664-3701

(徳島県多文化共生・人権課分室)

※相談日は都合により、変更される場合があります。

一人で  
悩まず  
お電話を

- 人権擁護委員による相談 第2・第4土曜日 (10:00～16:00) 面接相談及び電話相談 (12:00～13:00を除く)
- 弁護士による相談(要予約) 第1・第3金曜日 (13:00～16:00) 面接相談
- 弁護士によるインターネット上の人権侵害相談(要予約) 偶数月の第2金曜日 (13:00～16:00) 面接相談

[編集・発行]

## あいぽと徳島

徳島県立人権教育啓発推進センター  
指定管理者 特定非営利活動法人 徳島ヒューマンネット

〒770-0873 徳島市東沖洲2丁目14 沖洲マリンターミナルビル内  
Tel.088-664-3719 Fax.088-664-3727  
E-mail: info@aiport.jp

あいぽと徳島 検索 <https://www.aiport.jp>

- 開館時間/午前10時から午後6時まで
- 休館日/月曜日(祝日の場合はその後の直近の平日)・年末年始(12月29日から1月3日まで)
- 公共交通機関のご案内 JR徳島駅前から徳島市営バス⑩番のりば・徳島バス[中央市場線]に乗りし、[沖洲マリンターミナル]にて下車。



駐車場案内  
お車を利用の場合、ビル西側駐車場の「あいぽと徳島」と表記のある赤いコーンの場所に駐車してください。満車の場合は、ビル北側の県営有料駐車場をご利用ください。●3時間まで200円



(音声コード)

令和8年2月7日(土)「あいぽーと徳島 第3回県民講座」を開催しました。

## 地域でつなぐ子ども達の未来 ～不登校支援の現場から～

講師:水取 博隆(みずとり ひろたか)さん  
NPO法人キリンこども応援団 代表理事

子どもたちを取り巻く社会課題は貧困、不登校、自死、ネグレクト、教育格差、いじめ、虐待など、ひとつだけでなく複雑に絡み合っていますが、共通して子どもたちとその家族が孤立化することが課題です。今日の講座で伝えたいことはノウハウではなく、子どもたちを信じて応援する「まなざし」の大切さです。

不登校については、不登校自体が問題行動、社会課題ではなく、子どもとその家族が孤立することが社会課題であると考えています。不登校は一人ひとり原因が異なり、子どもも親も困ったときに相談できる相手がないことが問題です。この社会的な孤立を学校や行政だけで支えるのではなく、地域、NPO含めていろんな団体が一緒になって子どもたちとつながっていくことが肝要です。また、保護者への支援が必要です。不登校で悪いのは誰となったら犯人捜しが始まり、学校が悪い、親が悪いなど犯人捜しをしている間、子どもたちは敏感に感じ、支援が進みません。学校に居場所がなかった子ども、そこで輝けなかった子どもにきちんと選択肢があることが大切です。学校かフリースクールのどちらかではなく、学校とフリースクールが情報を共有し、子どもたちそれぞれの一歩踏み出すタイミングに寄り添い、子どもの成長と一緒に喜ぶことができる環境づくりが必要です。他にも子どもにとっての選択肢が多くなるよう、NPOや地域の活動を支援していくことも重要だと考えます。

NPO法人キリンこども応援団の活動は「貧困支援」「不登校支援」「NPO支援」の3つを中心に行っています。安心して過ごせる居場所を提供する“今の支援”と“未来の支援”として子どもたちの自己肯定感を高める“体験事業”を重要視しています。体験事業を通して子どもたちが将来の職業分野や働き方などの選択肢を知り、まちに出て職業体験的活動によって子どもたちの“やりたい”を実現する手助けをしています。まちに支援されていた子どもたちから、まちを支援する子どもへ、社会に希望を抱き、不登校で苦しんだからこそ輝く子どもへと、自分の未来を歩んでいく子どもを信じて応援しています。

学校や行政だけでなくがんばる時代から、学校・行政の力にNPOの現場力、地域の人々の応援を加え、みんなでつくる地域は強く、しなやかになっていくと思います。

**職場体験** あいぽーと徳島にて、事業内容の説明を受けた後、図書貸出、高齢者疑似体験セット貸出準備、チラシ発送などの業務を体験しました。



令和8年1月28日  
▼城東中学校2年生2名

## あいぽーと施設見学・ あいぽーとスタディ

あいぽーと徳島にて、施設見学と人権学習をされました。

令和8年2月12日  
五條市人権教育推進協議会のみなさん▶



(音声コード)

■無理せずがむしゃらに日々を生きる  
入院生活の中で、僕たちはひとつの目標をつくりました。「三人で旅行に行く」。がんは骨髄にも転移をしてしまっていて、歩くこともつらい。しかもすでに病状は厳しく、抗がん剤の副作用も強く出てしまいうタイプでした。それでも、妻は、体調と向き合いながら、

続けていこうと思っています。



病院の廊下で歩く練習を重ねていました。旅行先の海で撮った一枚の写真。息子を抱っこして歩いている妻。どれだけ願っても、家族三人の写真は、もう一枚も増えることはありません。出版した『112日間のママ』の表紙に使っている写真の中で、妻は笑っています。確かに笑っている。でも本当に笑っていたのか。もう確かめることはできません。もしかしたら、心の中では泣いていた笑顔かもしれない。毎日を笑って過ごせるわけはありません。うまくいかないことだってある毎日ですが、この笑顔の写真が、今の僕たちを支えてくれているように、皆さんの笑顔は、多くの方々を笑顔にしてください。僕はそう強く思っています。

僕らの好きな言葉があります。「無理せず、がむしゃらに」。矛盾している言葉です。無理をし続けられ壊れてしまう。無理はしなくていい。でも、頑張らないと前に進めない現実もあってしまう。生きたくても生きることができなかった人がいる。だからこそ、今を生きている僕たちは、どう生きるのか。誰かと交わす言葉。何気ない日常。今日、こうやって一緒に時間を過ごせている「今」という時間が僕たちにはあります。

講師プロフィール 清水 健(しみず けん)さん フリーアナウンサー



◆略歴: 1976年大阪府堺市出身、2001年讀賣テレビ放送株式会社入社、人気番組を担当し「シミケン」の愛称で親しまれる。2009年夕方報道番組担当、2011年夕方報道番組メインキャスター就任、2013年結婚、翌年長男誕生、出産112日後、乳がんのため妻・奈緒さん逝去(享年29)、2017年讀賣テレビ放送株式会社退社。現在は、フリーアナウンサーとして、各種司会・メディア出演、執筆活動などを行うとともに、年間多くの講演会講師を務めている。  
◆著者等: 『112日間のママ』(小学館)、『笑顔のママと僕の息子の973日間』(小学館)



(音声コード)