

鈴鹿市の情報発信

鈴鹿市公式 X



鈴鹿市公式 facebook



鈴鹿市LINE 公式アカウント



鈴鹿市公式 YouTube



広報すずか 音声・電子版



鈴鹿市公式 インスタグラム



マイ 広報紙



テレビ広報 「鈴鹿五感」YouTube配信中!



▶#61 AGF鈴鹿体育館

大小2つのアリーナを有する市内最大の公営屋内施設であり、トレーニングルームや市立テニスコートを併設するAGF鈴鹿体育館を紹介していますので、ぜひご覧ください。

ラジオ広報すずか Suzuka Voice FM 78.3MHz

鈴鹿市からの お知らせ (5分間)

月・水・金曜日	火・木曜日	土・日曜日
7時50分 16時30分	8時03分 17時30分	7時54分 13時54分

※パソコンやアプリでも聞けます。詳しくはSuzuka Voice FMのウェブサイトです。



ありのままの自分、
そのままの相手を大切に

ひろげよう

人権尊重の輪

人権尊重の第一歩は、自分と相手の「かけがえのなさ」を認めることから始まります。近年、学力などの目に見える成果だけでなく、やり抜く力や自制心、社会性といった「非認知能力」の大切さが注目されています。そして、この力を豊かにする基盤となるのが、「自己肯定感」です。

自己肯定感とは、自分の弱さや未熟な点も含めて、「ありのままの自分には価値がある」と受け入れることです。この基盤があってこそ、人は困難に直面した際にも、諦めず、しなやかに立ち直る力を発揮できます。

この「しなやかな強さ」は、自分を大切に思う心に支えられ、その心は周囲の人々が存在を認め、肯定的に受け止める日々の関わりによって育まれます。だからこそ、家庭や地域で「そのままの自分で大丈夫」という安心感を得られる環境を整えることは、一人一人の生きる意欲を支える力となります。お互いの良さを認め合う行動は、決して特別なことではありません。まずは日々の挨拶や何気ない対話など、自分にできる身近なことから始めてみませんか。

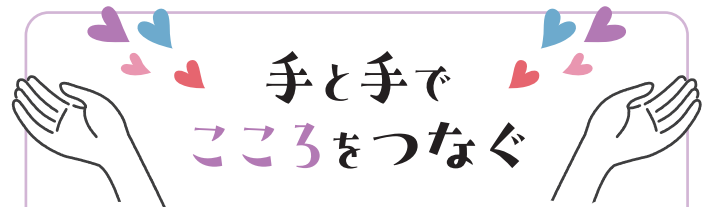
一人一人の心が満たされ、互いを心から尊重し合える明るい未来を、ともに築いていきましょう。



教育指導課
☎059-382-9028
☎059-383-7878
✉kyoikushido@city.suzuka.lg.jp

教育支援課
☎059-382-9055
☎059-382-9053
✉kyoikushien@city.suzuka.lg.jp

人権政策課
☎059-382-9011
☎059-382-2214
✉jinkenseisaku@city.suzuka.lg.jp



手と手で
こころをつなぐ

このコーナーでは、手話に対する理解と普及を図るため、皆さんに手話に関する情報を発信しています。

「家族」に関する手話を使ってみましょう!

父



右手人差し指の指先を頬に当てる。



親指を立てて上げる。

子ども



腰の高さで位置を変えて右手手のひらで空間を3回押さえる。

単語の表現などを動画でご覧ください



障がい福祉課
☎059-382-7626
☎059-382-7607
✉shogaifukushi@city.suzuka.lg.jp