

# 暮らしの便利ングノート

ペンリングノート

相談活動に活きた効果的な手法とツール

相談先情報シリーズ 第7版

(何処に相談していいのかわからない時):どうぞ  
(なんでもかんでも/なんでもかんでも):OK



木村のマスコットの  
エンジョイ君



(相談風景)



本冊子はこのサ  
イトで見れます



ねむの木の花

希望

★未来につなぐメッセージ★

常に国民の視点から誠意と公平を大切に、これからも  
国民と行政とをつなぐ懸け橋の役割を果たしてゆきます。

総務省

Ministry of Internal Affairs and Communications

行政相談委員

木村 優仁

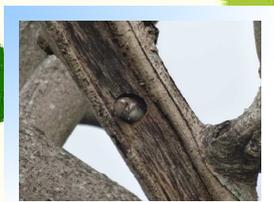
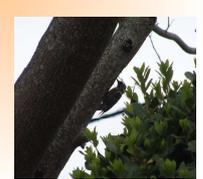
Administrative counselor

Masahito kimura



ねむの木

内閣総理大臣 表彰記念



毎年巣を作る  
ツバメ夫婦



## ご挨拶

秋篠宮皇嗣同妃殿下の御臨席のもと、行政相談委員制度60周年記念式典が東京の京王プラザホテルコンコードボールルームでの中央式典と50の地方会場や自宅とをWEB・ライブ中継にて総勢3千名が参加しました。

秋篠宮さまは、新型コロナウイルスの影響が続き、自然災害に対する心配も絶えないとした上で「**困っている人々に寄り添い、相談者と共に解決に向けて歩いていく行政相談委員の活動は、ますます重要なものとなっていく**」と述べられました。

次に、行政相談功労者の顕彰がおこなわれ、「多年にわたって積極的に相談

活動及び啓発宣伝活動を展開するとともに、行政相談委員団体の役員として委員の資質の向上及び各種相談委員との連携を図るなど、他の行政相談委員の目標になり、次の世代への繋ぎ役として多大に貢献したこと」により内閣総理大臣感謝状をいただきました。

**これは、長崎県から「10年に一人」だけ選ばれるもので、身に余る光栄なことです。**

さて、わたくしは、2001年（平成13年）より**定例相談所を夜に開催**、同年**パソコンでの行政相談用ホームページを発信**、2007年（平成19年）より**日本オンブズマン学会**に在籍して**アジアオンブズマン学会**や**国際オンブズマン学会**にて**オンブズマン制度の研究**、2009年（平成21年）には、**スウェーデンオンブズマン制度創設200周年記念式典並びにシンポジウム（国際会議）**に出席、最終日には、**スウェーデン議会主催のカール16世グスタフ国王王妃ご臨席**のもと、ストックホルム市庁舎ブルーホール（青の間）での晩餐会に出席しました。本会場は、毎年12月にノーベル賞受賞者の晩餐会が行われています。

そして、永年に亘る国民の行政に対する苦情解決の功労及び2011年（平成23年）より**出前教室を開催**したことで、2014年（平成26年）**総務大臣表彰を受賞**、2019年（令和元年）に**地域リーダー養成講師（全国より25人・大学教授8人）**に就任して長崎県や広島県で講演していましたが、コロナ感染拡大のため現在中止しています。同年に、**春の褒章 藍綬褒章を受章**、2022年（令和4年）より**スマホ向けの行政相談用ページを発信**しています。

このように、**当地は島原手延そうめんの産地で、仕事が済まれてでも相談出来るように定例相談所を夜に開催**、また**若い人の相談が少ないので、気軽に相談出来るようSNS（パソコンとスマホのWEBサイト用）での相談を受付けてきました**。地域の実情と暮らしている方々を思い描き、日本で情報技術（IT）化が叫ばれるだいぶ前での先駆的な取り組みであったが、こんなに大きな成果を持ち込んでくれるとは思いませんでした。

**わたくしに、次の世代への繋ぎの役を与えられました**。国内には、35種45万人の公的委員がいます。どの組織委員も似たような課題を抱えています。それは、「**制度を知ってもらうには、委員を知ってもらうには、そして、相談会に来てもらうには、どうしたらいいのか**」の課題に対し、基本的なものを見つめ直し、これからは、出前教室や行政相談懇談会など長崎行政監視行政相談センターや南島原市のご協力を得ながら、機会あるごとに研修会を開催して次の世代に繋ぐために取り組んでいこうと思っております。

終わりに、受賞を機に「**地域の実情と次代に即した相談活動**」を尚一層、展開推進して参りますので、今後とも、ご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

本冊子「**暮らしの便利ノート**」（**ベンディングノート：10P参照**）は、日常生活で突然被害を被ったときに、慌てないで対処するため、あらかじめ対処方法や依頼先を記載しておく**と安心です。（便利帳）**。いつもお側に置いてお困りの時にご利用いただければ幸いです。

# くらしの中で、困ったことはありませんか

◇南島原市をはじめ長崎県内を中心に記載しておりますが、お住まいの市区町村でも同様の相談委員がおり機関や組織がありますので、ご参考にしてください。★**ご注意**：開催日時・場所など変更があるかも知れませんので、必ず事前にお問い合わせの上、ご利用ください。

## 相談先がわからない時には、まず行政相談を

1. 定例相談所（南島原くらしの総合相談所／毎月第2木曜日の17時30分）：会場：ありえコレジヨホール／働いている方も相談できるように午後5時30分から開催しています。  
電話いただければあなたに合わせて待つようにしています。携帯電話 090-1362-0138  
★**相談先がわからない時には、まず行政相談をご利用ください。対応窓口や専門機関にお繋ぎします。**

### 定例相談所（くらし全般）：毎月第2木曜日／開所時間：17時30分

- ◆会場◆南島原市ありえコレジヨホール2階研修室3（和室）（☎0957-73-6736）  
■お体に合わせて1階のエレベーターご利用下さい。

2022年(令和4年)	2023年(令和5年)	2023年(令和5年)	2024年(令和6年)
07月14日(木)	01月12日(木)	07月13日(木)	01月11日(木)
08月11日(木)	02月09日(木)	08月10日(木)	02月08日(木)
09月08日(木)	03月09日(木)	09月14日(木)	03月14日(木)
10月13日(木)	04月13日(木)	10月12日(木)	04月11日(木)
11月10日(木)	05月11日(木)	11月09日(木)	05月09日(木)
12月22日(木)	06月08日(木)	12月14日(木)	06月13日(木)

2. 訪問相談：個人（自宅・ひとり経営者）・自治会  
・知人友人の会・趣味の会・同窓会・グループ  
・ミニ集会など訪問して相談を受けています。

3. 固定電話 0957-82-5923／携帯電話 090-1362-0138

4. パソコンとスマホ用WEBサイト・LINE・SMS

5. 2001年よりパソコン用ホームページ（右のQRコード） パソコン専用 スマホ専用

<http://www.minamishimabara.com/>

時間を気にしないで、若い人も気軽に相談できるようにとの考えで始めました。

6. 2021年より「スマホ用Webサイト」開設（右上右のQRコード）

<http://www.minamishimabara.com/index1.html>

7. Mail：[arie@minamishimabara.com](mailto:arie@minamishimabara.com)（右のQRコード）

相談メール



行政相談所 ◇南島原市内の行政相談員による定例行政相談所／きくみみ長崎：☎095-849-1100

- ★深江町 偶数月第3水曜日：13時～15時：深江ふれあいの家
- ★布津町 奇数月第3水曜日：13時～15時：布津公民館
- ★有家町 第2木曜日：17時30分～19時：ありえコレジヨホール
- ★西有家町 第3水曜日：10時～12時：西有家老人福祉センター
- ★北有馬町 奇数月第3水曜日：10時～12時：北有馬ピロティ文化センター
- ★南有馬町 偶数月第3水曜日：10時～12時：原城オアシスセンター
- ★口之津町 第3木曜日：10時～12時：口之津老人福祉センター
- ★加津佐町 第3水曜日：13時～15時：加津佐公民館

○南島原市総務秘書課（市の行政相談担当部署） ☎0957-73-6621

○南島原市民相談センター（☎0957-82-3010）

★相談内容 ⇒ ①消費生活相談 ②多重債務相談 ③一般相談（人権・生活）

- ◇無料弁護士相談（法律全般） 毎月第1金曜日：場所は市内巡回
- ◇無料司法書士相談会（借金・登記・相続・契約） 偶数月の第3水曜日：場所は市内巡回
- ◇無料行政書士相談会（官公署提出書類・相続・遺言） 奇数月の第3水曜日：場所は市内巡回
- ◇公証人相談会（遺言・相続・任意後見・各種契約） 毎月第2火曜日：市民相談センター

○年金相談：健康づくり課 ☎0957-73-6641

○社会福祉協議会（成年後見・福祉関係貸付貸出・法律心配ごと相談など） ☎0957-65-2888

○無料法律相談：社会福祉協議会地域福祉課 ☎0957-65-2888

○心配ごと相談：社会福祉協議会地域福祉課 ☎0957-65-2888

○南島原警察署（本署：口之津町）☎0957-86-2110／有家交番 ☎0957-82-2450

南島原市	<p>★開催日時・場所など変更があるかも知れませんが、事前にお問い合わせの上、ご利用ください。</p> <p>南島原市役所の担当部署○環境課（墓地・ペット・ゴミ）○都市計画課（空き家）○上下水道課（浄化槽）○保護課（生活支援・生活保護）○福祉課（障害・福祉）○市民課（パスポート・マイナンバー）○DV相談：南島原市配偶者暴力相談支援センター（こども未来課）☎0957-73-6652</p>
市外	<p>○長崎県弁護士会：長崎市栄町1-25長崎MSビル4階 ☎095-824-3903</p> <p>○長崎県司法書士会：長崎市興善町4番1号 ☎095-823-4777</p> <p>○長崎県行政書士会：長崎市桜町3-12中尾ビル5F ☎095-826-5452</p> <p>○長崎県土地家屋調査士会：長崎市桜町7番6-101号サンガーデン桜町1階 ☎095-828-0009</p> <p>○長崎県社会保険労務士会：長崎市桶屋町50-1杉本ビル3階B ☎095-821-4454</p> <p>○長崎県宅地建物取引業協会：長崎市目覚町3-19長崎県不動産会館3階 ☎095-848-3888</p> <p>○九州北部税理士会長崎支部：長崎市八百屋町2番地3 ☎095-821-0600</p> <p>○長崎県消費生活センター：（長崎市・佐世保市など各市にもあります。） ☎095-824-0999</p> <p>○長崎地方法務局島原支局：人権相談（人権擁護委員が常駐：月・火・木） ☎0957-62-2513</p> <p>○島原公証役場（遺言・相続・任意後見・各種契約）島原市田町675番地6 ☎0957-62-7822</p> <p>○長崎家庭裁判所島原支部・島原簡易裁判所 島原市城内1-1195-1 ☎0957-62-3151</p> <p>○交通事故巡回相談：島原市役所市民相談室 ☎0957-63-1111（内線184） 直通☎0957-62-9100</p>
全国	<p>○行政相談110番（どこに相談してよいか分からないとき）：☎0570-090-110</p> <p>○法テラス：法的トラブル☎0570-078374／犯罪☎0570-079714／長崎☎0570-078362</p> <p>○消費者ホットライン：☎188（イヤヤ）又は、☎0570-064-370</p> <p>○国民生活センター：☎188で繋がらないとき☎03-3446-1623</p> <p>○児童相談所全国共通ダイヤル ☎189（イチハヤク） 虐待かと思った時などに、すぐに児童相談所に通告・相談</p> <p>○24時間子どもSOS ☎0120-0-78310 ○いのちの電話 ☎0120-783-556</p> <p>○いのちのSOS ☎0120-061-338 ○よりそいホットライン☎0120-279-338</p> <p>○チャイルドライン☎0120-99-7777 ○長崎県のコロナ人権相談☎095-894-3184</p> <p>○長崎県のDV相談：配偶者暴力相談支援センター ☎095-846-0565</p> <p>○国のDV相談：DV相談ナビ ☎#8008（はれれば）</p> <p>○国のDV相談：DV相談プラス ☎0120-279-889（つなぐ・はやく）</p>
総務省・長崎県・団体・市への意見要望	<p>◆総務省の行政相談：きくみみ長崎 ☎095-849-1100（平日）8時30分～17時15分 ・県内市町にて行政相談委員が、毎月定例相談所を開設。きくみみ長崎にも直接相談出来ます。 ・無料なんでも相談会（毎年、県内市町にて各分野の専門家を一堂に集めての合同相談会）</p> <p>○南島原市商工会の相談（企業経営・金融・労働・税務・取引・共済・補助金）☎0957-73-9100</p> <p>○財務省長崎財務事務所（金融関係）☎095-827-7095</p> <p>○厚生労働省長崎労働局（労働問題）長崎総務課☎095-801-0020：島原☎0957-62-5145</p> <p>○島原公共職業安定所（職業相談・紹介、スキルアップを図るための職業訓練）☎0957-63-8609</p> <p>○南島原警察署警務課警察安全相談係（警察安全相談）☎0957-86-2110</p> <p>○緊急時は110番・緊急以外は警察安全相談室（悩みごと・心配ごと）全国共通ダイヤル☎#9110</p> <p>○高齢者全般・介護保険の利用法 ・南島原市地域包括支援センター北有馬本所☎0957-84-2633／布津サブセンター☎0957-61-1190 ・島原地域広域市町村圏組合介護保険課☎0957-61-9101（南島原市・島原市・雲仙市）</p> <p>◆新型コロナ相談窓口（長崎県） ○かかりつけ医に相談：何でも気軽に相談できる医療機関（医師）をもちましょ。○かかりつけ医がない人：長崎県受診・相談センター（24H対応）：☎0120-071-126 ○長崎県の総合相談（感染疑い以外の方）：9時～17時45分（平日）☎095-895-2150</p> <p>◆「各種方法にて意見聴取」 ○南島原市は、各支所の窓口「市政への提案箱」を設置、ホームページ（HP）のトップ画面に「市民の声」があり、指定フォームで意見できる。南島原市役所☎0957-73-6600</p> <p>○島原市は、「市長へのポスト」を市内12ヶ所に設置、HPのトップ画面に「市政へのご意見」があり、関係部署に直接メールできるようになっている。島原市役所☎0957-63-1111</p> <p>○雲仙市は、HPのトップ画面の「こちら市長室」より「市長へのメール」とあって市長が直接読むとある。「市政への提言」があり指定フォームでできる。雲仙市役所☎0957-38-3111</p> <p>○長崎県庁は、HPのトップ画面の「知事の部屋」⇒「知事への提言」⇒「県へのご意見ご相談」。地方機関等に設置している「知事への提案ボックス・知事への提案レター」でも可能☎095-824-1111</p>

★お願い：令和4年9月30日現在の内容です。開催日時・場所などに変更があるかも知れませんが、必ず事前にお問い合わせの上、ご利用ください。

★開催日時・場所など変更があるかも知れませんが、事前にお問い合わせの上、ご利用ください。

◆人権相談（人権擁護委員が常駐）長崎地方法務局島原支局相談室：月・火・木：平日の10時  
 ・特設人権相談：毎年6月と12月：10時より南島原市（8会場）・島原市（2会場）にて開催

○みんなの人権110番：☎0570-003-110 ○子どもの人権110番：☎0120-007-110  
 ○女性の人権ホットライン☎0570-070-810 ○子どものSOSミニレターでの人権相談  
 ○外国人の人権相談 ☎0570-090-911 ○インターネットやLINEによる人権相談

●クーリング・オフ（契約解除通知書）：期間内に発信すれば良い。  
 電磁的記録（メール・FAX・業者のホームページ）でも可能。ハガキなら両面コピーして簡易書留で送り、専用フォームならスクリーンショットを撮る。★簡単な基本フォーム（様式・書式・契約書・協議書など）や郵便物・宅配品の受取拒絶の記入など、お気軽にご相談ください。

★遺言のおすすめ：遺言書は、公証人役場で作成する公正証書遺言書があります。令和2年7月に法務局で自筆証書遺言書を預かる制度がスタートしました。手数料は3900円で、家庭裁判所での検認の必要もありません。相談申請は、事前に最寄りの法務局の担当官に電話され予約してください。遺言書の有効の有無についてはチェックされないの、作成には特にご注意ください。

●心を届ける欄：相続させる内容を書いた後に、目には見えない相続もあります。最後の項目に、あなたの気持ちを伝えましょう。「お父さんが、もしものときのために、この遺言書を書きました。優太とひとみとあさとは、3人で力を合わせて体が弱いお母さん（まさこ）を助けてあげてください。お母さんの病気の治療、施設への入居費用などお金が必要な時には〇〇銀行の預金を使いなさい。あなたの人生の始まりに私たちが、しっかりと付き添ったように、私たちの人生の終わりに、少しだけ付き添ってください。あなたたちが生まれてくれたことで、私たちの受けた多くの喜びと、あなたたちに対する変らぬ愛を持って笑顔で旅立ちたいのです。終わりに、家族を大切にしてください。お母さんをたのむよ。私たちの子どもに産まれてくれてありがとう。」

■ だれが相続人に成りますか？ ■

配偶者が ↓いない	いる →	子供が ↓いない	いる →	配偶者 1 / 2 子供 1 / 2	
子供が ↓いない	いる →	子供のみ	父母が ↓いない	いる →	配偶者 2 / 3 父母 1 / 3
父母が ↓いない	いる →	父母のみ	兄弟が ↓いない	いる →	配偶者 3 / 4 兄弟 1 / 4
兄弟が ↓いない	いる →	兄弟のみ	配偶者のみ		
国へ					

■ 遺留分 ■

遺留分権利者	遺留分総額	各相続人の遺留分割合
配偶者と子	財産の1/2	・配偶者→1/4 ・子→1/4を人数で均等分割
配偶者と直系尊属	財産の1/2	・配偶者→1/3 ・直系尊属→1/6を人数で均等分割
配偶者と兄弟姉妹	財産の1/2	・配偶者→1/2 ・兄弟姉妹→なし
配偶者のみ	財産の1/2	・配偶者→1/2
子のみ	財産の1/2	・子→1/2を人数で均等分割
直系尊属のみ	財産の1/3	・直系尊属→1/3を人数で均等分割
兄弟姉妹のみ	なし	・兄弟姉妹→なし

暮らしの中で（身近で）お困りのことは、ありませんか

◇過去相談の具体的項目◇専門機関（専門家）等にお繋ぎ致します◇

・こども ・教育 ・通学	いじめ、虐待、仲間はずれ、無視、誹謗中傷、不登校、ひきこもり、食事情、ヤングケアラー、デートDV、LGBT+QX、ネットトラブル、SOSミニレター、SNS、LINE、傍観者、バス汽車（バス停の屋根・横壁・駅・時間帯）、外灯・防犯灯、駐輪場、道路の穴とデコボコ、歩行者通路の整備、横断歩道、競技パーク、高卒認定（大検）、通信講座、教育ローン、奨学金、入学、転校、WIFI、通学路の除草と木々の伐採、
--------------------	--

・高齢者	虐待、安否確認、 <b>生存確認（見守り）サービス・身元保証等高齢者サポート</b> 、介護で悩んだときの各種施設選択、介護保険、後期高齢者医療制度、高齢者各種ワクチン
・社会生活 ・社会一般	<b>自治会活動</b> 、環境問題、農業用水、 <b>防火水</b> 、ゴミ、児童手当、電話、通信、郵便、裁判員制度、育児休業、出産育児一時金、母子健康手帳、パスポート、ビザ、戸籍、住民票、成年後見制度、保佐制度、補助制度、任意後見制度、公衆電話、リサイクル、死亡届、失踪、遅延証明書、身体障害者手帳、療育手帳、認知、結婚、離婚、名や姓の変更、予防接種、健康診断、養子縁組、養育費、 <b>生活支援</b> （生活扶助、教育扶助、住宅扶助、医療扶助、介護扶助、葬祭扶助、出産、生活自立支援）、生活保護
・消費者保護	ADR「裁判外紛争解決手続」、多重債務、金銭消費貸借契約書、抵当権、督促状、支払督促、利息制限法、保証人と連帯保証人、本人訴訟、少額訴訟（60万）、おれおれなどの各種詐欺、迷惑メール、簡易裁判所、 <b>クーリング・オフ</b> 、訪問販売、実印、自己破産、日本学生支援機構、金投資、株取引、商品先物取引、外貨
・道路 ・交通安全	道路修繕、雑草、一時停止などの標識、安全柵、信号、横断歩道、歩道橋、交通事故、カードレール、 <b>カーブミラー</b> 、信号機、標識、歩道橋、横断歩道、示談、マイカー廃車、免許更新、車庫証明、自賠責、任意保険、車検、リサイクル、道路使用許可、
・年金恩給 ・退職 ・就職 ・労働	農業者年金、老齢基礎年金、年金分割、障害基礎年金、恩給、遺族基礎年金、在職老齢年金、学生納付特例制度（社会人30才未満）、自己都合退職、会社都合退職、育児休暇、退職金、失業手当、再就職手当、任意継続被保険者制度、職業紹介業、職業訓練、 <b>会計年度任用職員を登録制度</b>
・各種税金 ・税務申告	
・土地建物 ・農地 ・登記	賃貸借、所有権移転、売買契約書、権利証、借地権、地上権、くぼみ、境界問題、賃貸借、手すりの設置、空き家の瓦で被害、空き家の白アリで被害、住宅ローン、敷金、家賃、建築確認、
・相続 ・贈与 ・遺言 ・死亡 ・戸籍	<b>相続登記の義務化</b> 、法定相続分、相続放棄、遺留分、寄与分、遺贈、遺産分割協議、配偶者居住権、 <b>自筆証書遺言書の保管制度</b> 、相続時精算課税制度、住宅資金贈与の特例、生前一括贈与、総合名寄帳、固定資産税課税証明書、固定資産税課税台帳登録証明書、遺贈、住民票、戸籍謄本、帰化、死亡届、葬儀、墓、献体、終活（エンディングノート）
・労働保険 ・医療保険	社会保険（厚生年金・健康保険）、 <b>労働保険（雇用保険・労働災害補償保険）</b> 、労働一般、パート、派遣労働者、健康保険、国保、高額医療費、医療控除、医療費自己負担額、
・商取引 ・契約 ・許認可	小切手、手形、不渡り、貸倒金、法人化、会社設立、開業、廃業、起業化、公的金融機関、資金調達、個人輸入、信用保証協会、古文的契約書の解明、 <b>クラウドファンディング</b> 、特許、実用新案、商標、意匠、 <b>所有権移転</b> 、ペット登録、
・サービス ・福祉衛生 ・その他	国・県・市町村の窓口の対応、各種許認可申請、社会福祉、生活衛生、環境衛生、簡易書留、配達証明、内容証明、印鑑証明、 <b>コロナ関係、ワクチン、マイナンバーカード、抗原検査キット、防災ラジオ無線、コミュニティバス</b> 、

**出前教室(講座)を開催しませんか。(開催は無料です。)**

**■学校関係・企業・福祉関係の皆様■**



出前教室の風景

**■出前教室（高校）：**高校生は、在学中に成人になります。進学や就職したら社会と接触する機会が増え、**多岐多様なトラブルに遭遇**します。

そこで社会の仕組みなどで戸惑わないように開催しています。事前に知っているのと知らないのでは、対応についての差が出てくるはずです。

**何処に相談したらいいのか困ったとき**、まず「**総務省の出前教室**」を思い起こしてもらえればと思っています。

1. 人生と行政との関わりと国の仕事と手続き
2. 身近で具体的な相談内容と改善された事例
3. 各種契約、各種詐欺とネットトラブル
4. **人権侵害とハラスメントの対応と社会人としての人権意識（傍観者・多様な性など）**

<p>5. 見える抑止力 (抑止になる日頃の行動)</p> <p>6. 日本と世界のオンブズマン</p> <p>7. 質疑応答・アンケート</p> <p>◆<b>出前教室 (小学校・中学校)</b></p> <p>1. 総務省 行政相談委員とは</p> <p>2. 人の一生と行政とのかかわり</p> <p>3. 国の仕事やその手続</p> <p>4. <b>具体的な相談内容と身近で改善された事例</b></p> <p>5. 勧誘やネットで注意すること</p> <p>6. 日本と世界の解決手段</p> <p>7. 困った時の相談先</p> <p>8. 質疑応答・アンケート</p>	<p>■<b>出前教室 (社会人)</b></p> <p>1. 人の一生と行政とのかかわり</p> <p>2. 国の仕事やその手続</p> <p>3. 身近で具体的な相談内容と改善された事例</p> <p>4. ネット社会の現状 (トラブル)</p> <p>5. <b>職場でトラブルに遭遇したら.</b></p> <p>6. <b>職場での人権侵害と各種のハラスメント対策</b></p> <p>7. 特殊詐欺の現状と対策</p> <p>8. 生前に行う財産対策 (相続、遺言)</p> <p>9. <b>日本と世界のオンブズマン</b></p> <p>10. 職場内外の各種の相談窓口の紹介</p> <p>11. 質疑応答・アンケート</p>
--	---

●**講演・講習・研修会の実績**：県立普通高校／県立工業高校／NPO法人障害者就労支援センター／NPO法人障害者自立支援センター／企業経営者団体／広島行政相談委員協議会 (広島市)／長崎行政相談委員協議会 (長崎市)／行政相談委員島原半島支部研修会／公的相談委員研修会

◆ **講演講習研修会での当初の挨拶** ◆  
**(自己紹介とテーマで30秒、本日伝えたいことを8分程、まずお話しします。)**

みなさん、おはようございます。総務省 行政相談委員の木村と申します。これからお話しするのは、物事の基本的な考え方をお話しします。あとは、それらの注釈と応用です。

**人の一生の中で、全てが行政に関わっています。**たとえば、夫婦間のDVは人権問題ですが、母親と子どもを保護して隔離、子どもの転校と教育、母親のハローワークでの就探し、各種 (児童) 手当、医療、公共料金、住宅、生活支援 (保護) など生きていく中で行政が関わってきます。

行政相談制度は、世界に誇る日本独特の取り組みで、全国津々浦々、どんな小さな田舎でも、これほど親切なサービスが行き届いていることを住民自身が知らないなら利用のしようがないのです。よって、知らないのは「制度がない」のと同じです。我々談委員も、その存在を知られていないなら「居ない」のと同じです。よって本日は、委員・制度・活動を知っていただくために参りました。

今の学校は、有名校の合格者数、一流企業の内定者数などで争って公表しています。有名大学への進学、一流企業への就職ばかり考えるのではなく、**社会人として、どう生きてゆくかが大切です。愚かなことは人と比べることです。あなたらしく生きていってください。**

社会に出ることは、出来るものと出来ないものを見極めながら、出来るものを伸ばし、出来ないものを出来るように経験を積みながら勉強していくことです。

皆さんは学校で12年間勉強をしてきておりますが、社会に出て人間関係で困ったときの対処の仕方を習ってきていません。よって、戸惑ってしまい、すぐつまづいてしまう人が多いのです。本日の研修は、事前に知っておけば、慌てずに対処できるためのものです。

**これまで両親や家族に守られてきました。**皆さんは、高校生のうち成人になります。**これからは自分で自分を守るようになります。**

もし被害を被ったら、一人では解決できないと思ってください。相談することは、問題がおきたとき、話す相手が必要だからです。自分だけでは、思案が堂々めぐりしてしまい、問題に問題を重ねてしまいます。誰かにしゃべりながら考えると、思いがけない適切な改善策やアイデアが浮かんだりします。話すことで雑感とからみあった思念の糸が整理されるからです。

**世の中には運のいい人と幸せを運ぶ人がいます。皆さんも、付き合うなら幸せな人と付き合いなさい。**そうしたら自分も幸せな人生を歩むようになるからです。意地悪する人は不幸な人なんです。自分の不幸や不満を他に与えて自分を平準化したいからです。物に当たったり、家族に当たる人も同じです。幸せな人は意地悪しないのです。何故なら満たされており意地悪する必要はないからです。

職場で、周りの人と自分に対する対応や態度などが違うと、感じだしたら、まず、行動を起こしてください。たとえば、会話が少なくなったとか、同じ部屋なのにメールで送るとか。自分だけ会議や飲み会を知らなかったとかです。メモ・記録・日記・録音・録画しても犯罪ではありません。そして、相談することを覚えておいてください。**相談していることを知られても、それは抑止力になります。**堂々とご利用ください。

会社でのパワハラをはじめ各種のハラスメントで、病気に成って社会復帰出来ないでいる人、ひきこもりの人、最悪には命をなくす人もいます。ひきこもりの人も、学校や会社に行きたいのです。命をなくした人も、生きたかったんです。だが生きる術をどうしても見いだせなかったんです。周りに声かける人、手を差し伸べる人、自分のことのように寄り添ってくれる人がいなかったんです。**わたしが、友**

だちを作りなさいと言うのはこのためです。心の拠り所と避難所先を多く持つことになるからです。

何事も全てがうまく行くとばかりではありません。最悪の事態に成ったらどうすればいいのか。取り組む前から想定しておけば、最悪の事態に遭遇しても最良へ向かう手掛かりに成ります。トラブルに対応したときあなたが、どう対処したかが重要だ。これを乗り切る力こそ真の能力（実力）だ。

新天地では、人間ウォッチング（人間観察）をお薦めします。行動や会話、そして繋がりや行動・感情パターンがわかってきます。ひとり一人への対応が自然とわかってきます。注意するのは、人は一面で判断していけないことです。たとえば、几帳面な人が、いいかげんな面を見せます。ゆえに人は矛盾対立の人生、いわゆる調和をとっていないと生きづらいのです。どちらもその人なんです。

人間はもとより万能ではありません。間違いをよく犯します。また、人間が作る組織も制度も完全ではありません。仕事（業務）においては、必ず見落としや想定外の問題が起きます。よって、自分が出ないことは、出来る人にたより、そして、自分出来ることで、周りの人が困っていたら、助けながら生きて行くような、暮らしやすく生きやすい社会にしてゆくことです。皆さんも、そのひとりに成ってください。今から、具体的内容にはいります。これからの人生の参考にしてください。

● 高校での出前教室のパワーポイントの資料 (抜粋) ● 順番は左から右 ●

高校出前教室

**総務省の出前教室**

総務省長崎行政監視行政相談センター  
総務省 行政相談委員 木村優仁

● 自己紹介 ●

- ◆ 島原人権擁護委員協議会 会長
- ◆ 長崎県人権擁護委員連合会副会長
- 長崎行政相談委員協議会 会長
- 九州行政相談委員連合協議会副会長
- 南島原市個人情報保護審議会委員長
- 国際パブリックオムズマン
- 所属学会 (国内) 日本オムズマン学会 (JOS) Japanese Association For Ombudsman Studies

● 国際機関 ●

- 研究登録 (国外) 国際オムズマン協会 (本部 オーストリアウィーン) (IOI) International Ombudsman Institute
- 研究登録 (国外) アジアオムズマン協会 (本部 パキスタンイスラマバード) (AOA) Asian Ombudsman Association (Islamabad Pakistan)

● 受賞歴 ●

- 南島原市長 ● 長崎県知事 ● 総務大臣 ● 内閣総理大臣
- 令和元年度 春の褒章 藍綬褒章を受章

総務省って何をしている役所なの？

○ 総務省の仕事 (主なもの)

- ・ 防災、患者の救急搬送 → 消防・救急の制度
- ・ 衆議院選挙、県知事選挙 → 選挙の制度
- ・ テレビ、携帯電話 → 放送・通信の制度
- ・ 国の行政組織の運営の改善 → 国の行政組織、国家公務員の制度、行政評価局調査、行政相談

総務省の行政相談とは

多種多様な問題に対応するため、行政には、いろいろな窓口が設置されていますが、どの窓口に相談していいかわからないことがあります。

皆さんから相談を受けて、適切な相談窓口を紹介・案内します。

困っているような問題に関して、意見や提案を受け、担当の役所などに連絡し、改善をしてもらうよう要請

行政相談委員ってどんな人？

○ 行政相談委員は、民間の有識者で、総務大臣が委嘱しています。

○ 全国で約5,000人、長崎県内で97人の行政相談委員が配置されています。(例えば、南島原市では、6人の行政相談委員が配置されています。)

● TOP画面

● カーブミラーの設置 改善後

● 道路の修繕 改善後

● フェリー桟橋老朽による撤去

相談時 → 現在

- 釣り人が事故に成る前に早急に撤去の要望・潜水夫や専用船などで調査
- 現在の状況 ● 釣り人が入れないようフェンスを設置

● バス停の屋根

● 案内板

● 西有家龍石の防波堤 (2017年H29年2月1日)

●水路の改善(復旧)



●空き家

●年々空き家が増加しています。持ち主(相続人)を探すのが困難な状況です。固定資産税のアップや費用の面で事情があるようです。  
●撤去され改善されました。●事情により写真は掲載できません。

●社会の仕組みと直面する問題

- (1) 18歳成人で何が変わるの？  
●契約:ローン・クレジット・雇用・賃貸借・売買  
●性別変更審判●裁判員●結婚●投票  
(2) 商品・サービス購入(クーリグオフ)  
(3) ネットショッピング ⇒ 返品  
(4) SNSの利用方法(井と井)  
(5) 各種詐欺・商法  
①制度改正②点検(台風・地震・シロアリ:見えにくい)  
③訪問買取④メール(重要書類・未納案内・不在票・再登録)⑤還付金⑥懸賞金⑦ロマンス・結婚⑧投資  
⑨フィッシング⑩モデル(芸能人)勧誘  
●相談先 ⇒ 消費者ホットライン(188)  
全国の消費生活センター/国民生活センター/法テラス



●同和問題(部落差別)

- 日本社会の歴史的發展の過程で形づられた身分制度(士農工商(一部の人が組入れられなかった。))  
●就職等における質問・調査・履歴書項目  
・本籍・血液型・信仰宗教・つき合っている人・結婚出産予定・両親(職業・学歴・年収・不動産)  
●結婚・就職等における身元調査  
●ヘイトスピーチ(ピラ・落書き・SNS)  
・人種・国籍・性別・宗教など主体的に変えることが難しい事柄について、差別・屈辱・誹謗中傷する発言  
●えせ同和行為  
・理解が足りない理由で難癖を付けて高額品を売りつけ  
同和問題を口実にして不当な要求  
・機関誌・高額図書・寄付金・協賛金・物品・広告



●ハンセン病

- ◆1907年(明治40年)「らい予防に関する件」制定  
「放浪らい」の人を療養所に入所させる。  
◆1929年(昭和4年)「無らい県運動」  
伝染力が強いという間違った考えが広まる。  
◆1931年(昭和6年)改正して「らい予防法」  
全国に国立療養所を配置して  
在宅患者も全て強制入所  
◆1948年(昭和23年)優生保護法  
◆2001年(平成13年)国家賠償請求訴訟⇒国は敗訴  
◆2002年(平成14年)4月  
「国立ハンセン病療養所等退所者給与金事業」を開始  
●ハンセン病元患者家族に対する補償金の支給  
補償金申請手続きが進んでいない。  
◆現在:退所⇒入所1001人(平均87歳)



●立場によつての理解と思い込み・対応

- ①言う方の気持ち、言われる方の気持ち  
何気なく言う「がんばってください」の言葉  
②インフォームド・コンセント  
③バタナリズム  
④アンコンシャス・バイアス(unconscious bias)  
⑤アンビバレンス(ambivalence)心理  
⑥一面で判断しない  
⑦目標達成の方法と努力  
⑧怒っている人に見たら  
⑨聞くのではなく聴く  
⑩落として持ち上げる



●普段の行動が抑止力に

- (1) 人間観察(人間ウォッチング)  
(2) 信頼できる人  
多くの人の目を借りて社会を見る  
(3) フォローする体制  
(4) 複数にて対応  
(5) 感情と理屈  
(6) 環境(いつもと違うと感じたら)  
記録(メモ・日記)・録音・録画  
(7) 自己研鑽  
夢中(好き)になるものを  
(8) 手紙力の再確認



●この人がした行為は、何罪？

- (1) 「あいつは、きもい」「お前は、うざい」  
●侮辱罪(拘留30日未満又は科料1万円未満、1年以下・30万円以下)  
(2) 「あいつは、万引きしている」  
●名誉毀損罪(3年以下の懲役もしくは禁錮または50万円以下の罰金)  
(3) 「顔を殴ったら赤くなった」  
●暴行罪(2年以下の懲役もしくは30万円以下の罰金)  
(4) 「顔を殴ったら、歯が折れて血が出た。」  
●傷害罪(15年以下の懲役または50万円以下の罰金)  
(1)~(4)は親告罪(被害者が本人による告訴)  
(5) 「多くの買い物客の前で、土下座して謝れ」  
●強要罪(3年以下の懲役)

●観衆と傍観者

●傍観者エピソード  
●ちょっとだけ動いてみる。

1. 通報者  
2. シェルター  
3. スイッチャー  
4. 記録

●理解者  
●共同加害者(●助動者(ほうじょ)) ●行動教唆(きょうさ)  
●真実でないことを言いふらす(●偽曲●誇張)

●多様な性

- (1) 三要素  
①からだの性別 ②性自認 ③性的指向  
(2) 三要素組み合わせで様々な性のあり方  
●LGBT ⇒ ●LGBT+QX  
●L(Lesbian) ●G(Gay)  
●B(Bisexual) ●T(Transgender)  
●クエスチョニング(決めていない)  
●エックス(X)ジェンダー(性自認が流動的)  
●シスジェンダー:性別に違和感がない人  
●SOGI(Sexual Orientation Gender Identity)  
ソジ(性的指向(好きになる性)・性自認(心の性))

●パワハラ(六類型)

1. 身体的な攻撃  
2. 精神的な攻撃  
3. 人間関係からの切り離し  
4. 過大な要求  
5. 過小な要求  
6. 個の侵害

厚生労働省あかるい職場応援団HPより

● こんなハラスメント、知っていますか？

- モラハラ
- トリハラ
- コクハラ
- ゼクハラ
- トリワケハラ
- テクハラ
- カジハラ
- カラレモンハラ
- バタハラ
- ネンハラ
- ネットハラ
- クツハラ
- パレハラ
- フォトハラ
- エアハラ
- カスハラ
- オカハラ
- ハラハラ

● もしも罪を犯していないのに逮捕されたらあなたはどうしますか？

◆原則72時間拘束、その後10日以内勾留。さらに10日で最長23日間警察留置場などで孤独。

● **当番弁護士制度**

◆逮捕されたら自分で電話はかけられないので、あなたが警察官や裁判官に「**当番弁護士を呼んでください。**」と言えば弁護士会に連絡が入り当番弁護士が面会に来る制度。家族や知人の方からも依頼可能。

●最初の出動費用(1回)は弁護士会が負担、無料

●長崎地区・離島地区 \* ☎095-823-1236

◇弁護士会ページ ⇒ 相談したい ⇒ 弁護士に相談出来ること ⇒ 逮捕されてしまったら ⇒ すずむ ◇国選弁護士とは違います。



● 日頃から抑止のために

- ① 記録・日記・メモする。(サンロク)
  - ② ポケットに、ボイス(IC)レコーダー
  - ③ 自家用車に、ドライブレコーダー
  - ④ 自宅に、防犯カメラ(月に一度は家の周りを観察)
  - ⑤ 自宅の電話は、番号表示・録音機能付
  - ⑥ SNSで不必要な発信や閲覧をしない。
  - facebook・Mail・LINE・Twitter・Blog・インスタ等
  - ⑦ 外出時はメモを置か、家族共有黒板などに訪問先等を記入(コミュニケーション・メッセージボード)
  - ⑧ 身近に相談できる3人をもつ(人生は心強い)
  - 医療の専門家 ●法律の専門家 ●身近の相談者
  - ⑨ 人間観察(ウォッチング)
  - ⑩ 感情を抜いて考える(感情で言えば感情で理屈で言えば理屈で)
  - ⑪ ひとりで何でもしない(組織や機関やできる人に頼る勇氣)
  - ⑫ 家族と時折連絡をとる
  - ⑬ 便利(ペンリングノート)の作成
- 

● ペンリングノート(便利ノート)

- 日常生活で突然被害を被ったときに、慌てないで対処するため、あらかじめ対処方法や依頼先を記載しておくに便利です。
- ① 緊急時相談先
    - ・コロナ感染・急病(救急病院)・交通事故連絡先
    - ・災害(地震・台風・火災・住宅修繕先)
    - ・クレジット会社の電話番号・かかりつけ医
  - ② 所有しているもの
    - ・土地(宅地・田畑)・建物・山林・株式・自動車
  - ③ 使用しているもの
    - ・SNS・金融機関(貯金)・保険・法律家
  - ④ 家族・家庭で備えるもの
    - ・備蓄品・お薬手帳・健康手帳・保険証
- 

★ 13条の抑止となる日々の行動

★ 台風で瓦が飛んでから、職業別電話帳やネットで業者を捜すんですか。事前に記録しておきましょう

● 各種相談先

- (1) 相談先(内部)
    - 直属の上司 ● 別の部署の上司
    - 人事部(課) ● 社内コンプライアンス部署
    - 労働組合 ● 職場の監督者・服務監督者・任免権者
    - 人事院公平審査局職員相談課 ● 総務課・人事担当課・人事委員会 ● 教育委員会・教育センター
  - (2) 相談先(外部)
    - 全国各地お住い近くの行政相談委員 ● きくみみ長崎
    - 都道府県の労働局(総合労働相談コーナー)
    - 労働基準監督署 ● 市区町村の人権相談窓口
    - 法テラス(日本司法支援センター) ● 社会保険労務士
    - 都道府県弁護士会 ● 弁護士事務所 ● 警察署
    - 人権擁護委員 ● 全国の法務局
- 

■ また会える日を

● 人生で困った時には、本日の出前教室を思い起しお近くの総務省行政相談委員にご相談ください。

● 本日の出前教室にご協力いただきまして誠にありがとうございました。また何処かでお会いできる日を楽しみにしております。お元気で!

総務省 行政相談委員 木村優仁  
相談専用 090-1362-0138

● こちらからでも、ご相談いただけます。

<http://www.minamishimabara.com>  
[arie@minamishimabara.com](mailto:arie@minamishimabara.com)






★ 困っている人を捜す旅 ★

木村を知ってもらうには、いろいろと取り組みましたが、失敗も多かった。



● 家族の理解協力があって専従でき、いつも行政相談と共におれた。特に大正14年生まれ之母が支えてくれた。● 地域の実情にあわせた取り組みに挑戦：当地は島原手延そうめんの産地で、朝早くから製造に従事し、麺は生きているので目が離せない。仕事が済んでから相談できるように定例相談所を2001年より夜に開催。● 1971年より麺の研究開発で多くの方々と出会って多岐に渡る知識を得た。(51年目)

- 1981年よりワープロやパソコン操作技術の取得で多くの情報と仲間を得た。(41年目)
- 相談に先駆的システムの導入(2001年よりSNSでの相談受付) ★若い人の相談が少ないので、24時間、匿名でも気軽に相談出来るようパソコン・スマホで相談受付。



● 出前教室や行政相談懇談会の開催

★ 困っている事、要望、意見を聞く手段としてアンケートは必ず実施。(画期的に相談件数がアップ) ★ 第1回の高校出前教室の開催風景をホームページに貼り付けています。(Youtube)

★ 国内に35種45万人の委員がいるが、似たような課題を抱えている。「制度を知ってもらうには、委員を知ってもらうには、相談会

に来てもらうにはどうしたらいいのか」です。これらの3つの課題を同時に解決してくれる出前教室や行政相談懇談会を積極的開催。

●相談の終わりに、「本日は、数多くある相談会から本相談会をご利用くださいましてありがとうございました。他に困ったことや聞きたいことはないですか。」と尋ねると、何かあるものです。事案が1件から2～3件になります。



●常日頃考えています。行政相談活動は、少しでも生きやすく、よりよい社会実現のためにと。●過去の相談者に最新情報を伝えながら、近況を聴き取る。(何か困ったことはないですか) ●新任の時は、まず、気軽に聞ける家族・友人・知人・今の職場の人や前職の仲間にあたってみる。●「相談者が相談者を連れて来る。」ようになったら、相談に満足された結果です。

●マスコミを大切にしています

★地域密着のマスコミや広報媒体を大切にしています。

島原新聞・長崎新聞・ひまわりテレビ・かぼちゃテレビ・FMひまわり  
・FMしまばら・広報誌など

★定期的に出前教室開催時に話した内容や海外訪問したエピソードなどを投稿したり、相談日の通知・旬の用語の解説などでお世話に成っています。



●視点を変えた広報・相談活動

★アイデアが出たらメモ取る。(枕元・トイレ・車・胸ポケット・家の至る所に、そして携帯に記録(中学時代から続けてきました。))★SDGs的な活動:(無理なく長く持続できる相談活動)

★最新の気になる情報を取り上げ、自治会の回覧板で回覧★名刺や年賀状(現役時代は500通)での広報。★手作り冊子やチラシの配布(チラシ・ミニカード・暮らしの小冊子)★リーフレットは、年間700～1000部を配布。固定電話・FAX・携帯電話番号も公表★パソコン用とスマホ用のホームページ・LINE・Facebook・ツイッター・インスタグラム・ブログでの発信★何か専門の分野をひとつでも持って、それを広報してみる。旬の話題や新語説明でもいいと思います。★長崎県廳(庁)の廳は、耳、十字と目、横一と心が、まだれ(広)という屋根の下にあります。「相談者の目をまっすぐ見つめ、そして県民の話をじっくり聞きなさい。そんな人が沢山いる建物です」と、引用して出前教室や講演会でお話しています。まず、じっくり聴くことからはじめています。知事は、同郷で高校までひとつ上で可愛がってもらっています。



●先駆的取り組みや自己研鑽、そしていろんな人との出会い



★待つことも大事ですが、出かけてゆくことも大切。(理美容などのひとり経営者)お客さんも加わって俄のミニ行政相談懇談会になる。

★相談件数の多い人の工夫内容を参考する。(季刊行政相談に掲載の各地の委員や市の担当者の活動)★立ち話の中にも行政事案が潜んでいます。★現職の頃、定期的に中小企業大学校に入校して企業経営全般を勉強したことで、日々の相談活動に生きている。★日本オンブズマン学会に在籍し、日々の行政相談活動に生かせるものを見出す作業をしています。★地域リーダー養成講師(全国より25人・大学教授8人)として活動してきました。よろしかったら呼んでください。

●かかりつけ医に学ぶ(原点に戻る)

★問診、触診、血圧なども自ら行い、私の話を良く聞いてくれる。

★診察が終わって、帰り際に「何かほかに心配事はありませんか」と聞かれる。

★専門外は的確に専門医の紹介(先生だったら、どの病院を選びますかと聞く)

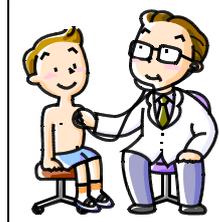
★薬をやって単純に「様子を見ましょう」とは言われない。

(問診や触診を繰り返される。)

★医院の各所に経営者の心が置いてある。「お気づきの点やご意見を」

★外来診療、入院診療、訪問診療、往診などされ、人や地域の実情に合わせた対応している。

★来院者の多くは患者さんの口コミ【(患者(相談者)が患者(相談者)を連れて来る)】



# オンブズマンとは (A4:8P)

## 市区町村への制度導入



オンブズマン研究



世界（各国）のオンブズマン 365名（私もどこかにいます。）

1634年、第2代カール・オスマール1世は、夜間変装して首都のバクダットを歩き国民の発言を聞いて廻っていた。官吏の不正を聞いたら調査して正常に戻し、のちには最高裁判官を置いた。オンブズマンとは、スウェーデン語です。**Ombudsman** と書き、行政に対する苦情を国民より受け付けて中立的な立場から原因を究明、是正措置を勧告して簡易、迅速に問題を解決する制度です。具体的には「法の

施行の監視して不法行為の是正、行政の改革、人権の保護」などで、行政を監視して個人の人権保護が目的です。このように、**国家（権力者）による意志決定が難しい事態に陥った時に、政治体制や身分階級の序列に加わらない人が、その仲裁や査定を行うものとして制度化されてきたのがオンブズマン制度**である。フィンランドの議会での制定は1919年で110年かかっている。デンマークは1955年に、イギリスは1967年、フランスは1973年に導入。またスペインではフランコ政府の破壊と共に導入され、ポルトガルも同時期に導入した。フィンランドは、日本の福祉関係者に人気の国のひとつで、より水準が高いとされるスウェーデンに比べ手が届きそうと感ずるのも理由だ。このように北欧でも女性の社会進出が高齢社会へのキーとされている。2009年総務省の報告書を引用すると、おしゃれな音楽会という開会式の後、「オンブズマン業務に影響を及ぼす現在の世界の動向」と「オンブズマンの業務手法とツールの開発」をテーマにした全体会議と6つのワークショップが開催された。スウェーデン議会オンブズマン200周年式典では、「ルーツ：スウェーデンのオンブズマン制度の起源をたどる」をメインテーマに各国のオンブズマンから制定までの経緯についてプレゼンがありました。各国はオンブズマンの名称だが、



**日本は、総務省の行政相談委員制度で加入している。**これは**日本型オンブズマン**として世界が認めているからである。200百年前に誕生したオンブズマン制度とその思想は、その後は文化や歴史、政治体制の違いを超えて世界に拡大し、国の実情にあわせて発展してきている。オンブズマンの権限や位置づけは各国により少しずつ異なっているが、国家、社会の多様性を尊重しつつ、個人の人権の保護をめざすオンブズマンにとって共通方向性を示す、メルクマールの役割を果たしていることを強く認識することができた式典であった。特に、**ウクライナのオンブズマンのニーナさん**からの報告では、命からがら移民として、また難民として入国する人への、差別、虐待が多いそうです。彼女は、ウクライナで最も影響力のある女性とされています。そして、手を差し伸べた、人たちから、多くの声が寄せられていることを、後で知りました。「あなたは、私たちの最後の希望です。」「あなたのような人が住んでいる国なら、子供や孫を育ててゆけると信じ、あなたのお陰で、希望を持って、強く生きぬこうと思うようになりました。」と。

## 北欧の風に吹かれて(A4:30P)

### オンブズマン制度創設200周年記念式典&晩餐会

会場：スウェーデンストックホルム市庁舎ブルーホール（青の間）



オンブズマン

スウェーデン訪問の目的は、国際オンブズマン世界会議とスウェーデン議会並びに国際オンブズマン協会の共催で、**カール16世グスタフ国王とシルヴィア王妃**ご臨席のもとオンブズマン制度創設200周年記念式典に参加するためである。

スウェーデンでは、国王が周囲の諫めも聞かずに他国との戦争に臨んで敗戦の挙句自らも戦死したという場合に、休戦を取りまとめ軍を率いて帰国するという権限が王の宮廷関係者に与えられていました。

オンブズマンの発祥国は、スウェーデンであり、**1809年**の「統治憲章」で憲法上の機関として制度化された。このオンブズマンは、議会の任命により議会の代理人として行政を監視することを任務とする**議会型オンブズマン**でありました。

**スカンセン野外博物館**で、ガラスやパン工房など見学していると**皇太子同妃両殿下（上皇上皇后両陛下）**の訪問写真が貼ってあった。歩いて行くごとに白ワインなどの飲み物が渡され、各テーブルには各種のつまみやサンドイッチなどが置いてあるので、欲の深い私は、渡されるのはみんないただきお腹いっぱい。次に連れて行かれたのは夕食のための高級レストランです。コース料理は全然食べられなかった苦笑いの思い出。

ホテルの朝食の時、日本からの団体があり、夫婦の方より声をかけられました。「日本人ですか」「はいそうです」、「何処からですか」「長崎からです」、「何処の旅行会社ですか」「ひとりの旅です」、「市庁舎に行きましたか」「明日行く予定です」と言ったら、「足を揃えて料理を運ぶなど」ノーベル賞での晩餐会の内容及び食事を再現して食されるレストランの名前などを一部始終、昨日の観光で説明を受けた内容を話されましたが、私が、同ホールで明日招待を受けていますと言っても信用されないと思って黙ってしまいました。

晩餐会の料理は、ノーベル賞晩餐会で献立を担当する市庁舎内のレストラン「**スッタドヒュース・シエラレン**」で味わえます。天井が高くて落ち着いており、飲み物・食器・料理も同じもので楽しむことができます。1901年にさかのぼってのメニューを選ぶこともできます。そして通算ナンバーの献立表がもらえるはずです。（2～3万円位：2009年当時の価格）

最終日はの夜は、専用車で市庁舎（シティホール）に向かった。入口で招待状を提示して、クロークに荷物を預け、音楽に迎えられ2階の黄金の間に案内された。参加者は365名だが、事前登録していれば同伴者を参加させることができる。席表・メニューが記載されている28ページにも及ぶ「記念式典とお別れ晩餐会」の冊子を受取り、音楽に迎えられ階段をのぼり、入口で白ワインをもらい黄金の間にはいりました。

**赤レンガ造りの宮殿のような建物でノーベル賞の晩餐会が毎年12月10日には、この広間で1200人以上の人々が集まりノーベル賞の晩餐会が開かれるところ**です。2階は**1900万枚の金箔とメーラレン湖の女王のモザイク壁画**で飾られた黄金の間があり、授賞パーティーの舞踏会の会場になります。

2階で白ワインを味わいながら歓談すること1時間、1階の青の間（ブルーホール）に案内され、最前列の4番テーブルに着き、**カール16世グスタフ国王とシルヴィア王妃**の到着を待ちます。前方の階段から入場されるのを立って迎え、メインテーブルの15番に国王、45番に王妃が着席されるまでと、退席されるときも同様に行った。ワインや料理などは一斉に行われ、全員の足並みが揃っている。スピーチと乾杯で始まり、3回ほどの演奏やコーラスが披露された。あつい皿や冷たい皿など交互に持つてくる。その都度、テーブルの担当者が、何か問題はないかと聞いてくる。デザートは花火をあしらい2階より降りてくるのは、まるで行進のようである。パキスタンとスウェーデンのオンブズマンに挟まれた晩餐会は、日本人のわたしは人気は何故かあった。午前1時近くに終わり、2階に行くとミニ舞踏会があった。顔見知りの方々に挨拶して市庁舎前の橋を渡り中央駅に向かった。議員は別に本職を持っているため、仕事を終えたあとの夜間に議会は開催されるとのことでした。国際会議（4日間）とスウェーデン議会オンブズマン創設200周年記念式典と市庁舎での晩餐会に**世界85ヶ国より365名のオンブズマンが出席**した。日本からは学会の理事長と総務省と私の3名が出席した。

◇所属学会（国内）：**日本オンブズマン学会（本部：東京行政管理研究センター）**

**(JOS) Japanese Association For Ombudsman Studies**

◇研究登録（国外）：**国際オンブズマン協会（本部：オーストリア・ウィーン）**

**(IOI) International Ombudsman Institute**

◇研究登録（国外）：**アジアオンブズマン協会（本部：パキスタン・イスラマバード）**

**(AOA) Asian Ombudsman Association (Islamabad Pakistan)**



ストックホルム市庁舎メーラレン湖ほとり



カール16世グスタフ国王と王妃

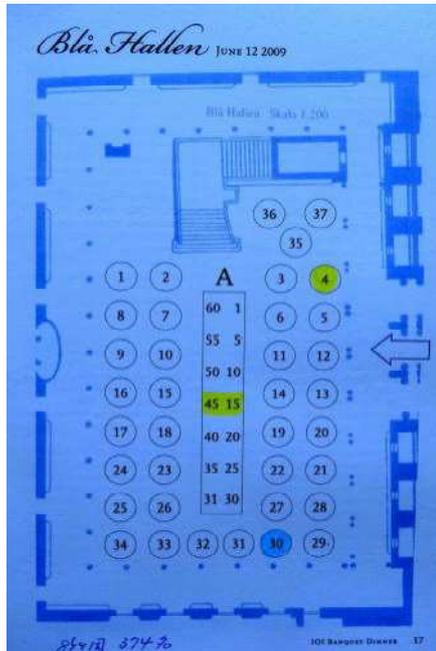


メインテーブル



**NO4のテーブル**

スウェーデンのオンブズマン（淑女）と握手しています。（左上）  
（席には、日本・カナダ2名・パキスタン2名・スウェーデン5名のオンブズマン）



**晩餐会の席表**

15が国王、45が王妃の席です。  
私は4番テーブルでした。1階が青の間、2階が黄金の間です。最後のデザートは花火の隊列が黄金の間から厳かにおよてきます。



乾杯



青の間（ブルーホール）



元国連事務総長のアナンさん（中央）  
人権についての講演が行われた。



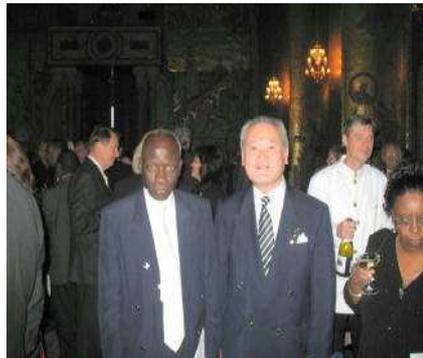
メニューと各国出席者名入り冊子  
28ページ



NO4のテーブルで握手していた女性  
（スウェーデンのオンブズマン）



アジアオンブズマンと



アフリカのオンブズマンと



パキスタンのオンブズマンと



国際会議場前の広場で遊ぶ少女たち



黄金の間（2階の晩餐会の控え室）



専属音楽隊（青の間）

# 令和元年春の褒章 藍綬褒章受章

多年行政相談委員として周到綿密によく職務を遂行したことにより、石田総務大臣より代表にて章記・褒章の伝達を受け、引き続き家内を伴って皇居に参内し、宮殿・豊明殿において、令和新天皇陛下に拝謁し、お言葉を賜りました。

◇章記の文：日本国天皇は、木村優仁に、多年行政相談委員として周到綿密よく職務を遂行したことについて藍綬褒章を授与する。

◇新天皇陛下のお言葉（豊明殿にて）：このたびは褒章受章おめでとう。それぞれの道で国のため、社会のため、人びとのために努力されたことに対し、感謝します。これから体につけ、それぞれの道でご精進ください。



## 南島原市長 市民表彰



## 地方自治功労



## 第1回目の委嘱状



★南島原市の広報誌に掲載  
2022. 9月号

木村優仁さんが内閣総理大臣感謝状を受表彰  
本市行政相談委員を務める木村優仁さん(南島原市)が多年にわたる積極的に相談活動や行政相談委員制度の発展に努めた功績が認められ、内閣総理大臣感謝状を贈られることとなりました。

木村さんは平成13年から行政相談委員として、多岐にも参画し、相談員の研修講座やスマートフォンアプリ「くらしの総合相談所」の運営をはじめ、高校での出前講座、地元ラジオへの出演、新聞掲載といった広報活動など、21年にわたり地域自治と行政との連携と協力に活動されています。

感謝状のため、市役所を表彰する中村市長は、「思いやりの言葉をいかに大事にしている人々に手を差し伸べることができ、これからの発展を期待しています。」と述べました。

## 総務大臣 表彰



## ★南島原市の広報誌に掲載 2022. 9月号



## ★長崎新聞：2022. 7. 21 松本南島原市長（右）へ受表彰報告



## ★島原新聞：受表彰報告 2022. 7. 17

2019年(令和元年)11月22日 金曜日 紙面編集・田中真由美

# 長崎新聞

## 暮らしの各種相談ガイド

### 行政相談委員の役割知って

南島原 木村 優仁さん 68

暮らしの中で、困ったことはありませんか。行政と市民の「橋渡し」役、で念志行政相談委員として活動している南島原市有楽町の木村優仁さん(68)が、行政相談委員の役割や制度を知ってもらおうと、「暮らしの各種相談ガイド」(A4判、147ページ)をまとめた。相談先が分からないときにまず行政相談委員に相談を、と呼び掛けている。

行政相談委員は、行政と市民の「橋渡し」役、で念志行政相談委員として活動している南島原市有楽町の木村優仁さん(68)が、行政相談委員の役割や制度を知ってもらおうと、「暮らしの各種相談ガイド」(A4判、147ページ)をまとめた。相談先が分からないときにまず行政相談委員に相談を、と呼び掛けている。

行政相談委員は、行政と市民の「橋渡し」役、で念志行政相談委員として活動している南島原市有楽町の木村優仁さん(68)が、行政相談委員の役割や制度を知ってもらおうと、「暮らしの各種相談ガイド」(A4判、147ページ)をまとめた。相談先が分からないときにまず行政相談委員に相談を、と呼び掛けている。

# 日本と世界のオンプズマン

行政相談と行政事情経済

世界的な潮流の中におけるわが国のオンプズマン制度の特色を明らかにし、今後の制度の姿を模索するために必読の一冊

新 公一 郵 購

★日本と世界のオンプズマン  
★第一法規：4070円；全国書店やネットで購入できます。(私もちょっと書いています)

★暮らしの相談ガイド発行配布 (A4：16ページ・500部発行)

### 風に吹かれて地球を歩く

「North European Blowin' in the Wind」

THE 10th (10) WORLD CONFERENCE AND THE 20th ANNIVERSARY OMBUDSMEN 200 YEARS ANNIVERSARY SYMPOSIUM BREMEN

人生の足跡を振り返る

Written by Kimura Masahito

### あなたの身近に相談できる人がいますか

南島原暮らしの総合相談所 開設15周年記念発行

南島原暮らしの総合相談所長 木村優仁

### オンプズマンとは

世界の流れと制度の魅力

都道府県・市区町村の制度に考えてみませんか

日本オンプズマン学会 木村 優仁

### Grievance Resolution & Ombudsman

苦情救済とオンプズマン

THE 10th (10) WORLD CONFERENCE AND THE 20th ANNIVERSARY OMBUDSMEN 200 YEARS ANNIVERSARY SYMPOSIUM BREMEN

Kimura Masahito of public ombudsman

Website: <http://www.jndco-world-conference.html>

★北欧の風に吹かれて (オンプズマンA4：30ページ150部) / 次の3作は、A4：8ページ150部

## 「一人で悩まず行政相談を」

コロナ禍に対応 スマホサイト開設1年

行政相談委員 木村 優仁さん 出前講座10年

★左からスマホ用のトップ画面：パソコン用のトップ画面：SNSでの行政相談が長崎新聞で紹介される。

### 島原新聞

## 木村氏ら8人と1団体 令和元年 春の褒章に輝く

行政相談委員 木村さん

18年間で功績超(り)成

「今後も地域とともに」

### 卒業控えた3年生に伝授

## トラブル対処法や心得

行政相談委員 出前講座10年

### peru

## アンデスの風に吹かれて

アンデス文化伝習館(株)代表取締役 木村 優仁

★左から春の褒章藍綬褒章/高校出前教室/アンデスの風に吹かれて：A4：16ページ300部発行



★受章までの経緯を島原新聞で紹介



★南欧の風に吹かれて  
(A4：27ページ200部)

FMひまわりに出演  
無料何でも相談会開催の告知

ツバメの夫婦  
キツキの巣づくり

◆研究レポート・相談ガイド・紀行文・一部執筆や投稿等

- ・1970年 4月：詩集 沐猴（もっこう）の詩
- ・1982年 3月：地域小売商業近代化のための調査報告書（商店街活性化事業／B5判：78P）
- ・1992年 3月：地域商店街活性化構想計画の策定に関する調査報告書（B4：40P）
- ・1993年 3月：情熱対談（町長との対談／A4：21P）・私たちの有家町（一部投稿B5判：116P）
- ・1995年 3月：200X年を造る—未来編／3月：魅力ある組織づくりをめざして（B5判：20P）
- ・1997年 3月：地域商業集積設計事業（共同店舗事業／B4：73P）
- ・1999年 3月：創業支援に伴う経営改善普及事業のあり方／3月：有家町振興ビジョン策定報告書（まちづくり事業／A4：87P）／3月：技術創造事業報告書（技おこし事業）即席カップ冷やしそうめん開発（A4：88P）・2001年 3月：手延素麺振興対策事業報告書（手延そうめん先進地視察研修事業／A4：86P）・8月：むらおこし白書：官民一体となった手延そうめん振興事業（一部投稿A4：78P）
- ・2002年11月：地域産物を生かし顔の見える産地をめざして（A4：40P）・麺のはなし（A4：5P）
- ・3月：地域資源等活用型起業化等事業報告書（地域資源を活用した特産品づくり事業）
- ・2004年 1月：アンデスの風に吹かれて（母なる食材を訪ねて：麺に混ぜる長寿食材を求めての旅／A4：17P）4月：南雲仙ありえ長寿村（A5：10P）・2005年 2月：初版 お困りの時の基礎知識と各種相談先／3月：サイゴンの風に吹かれて／4月：世界の三大長寿食材／5月：即席めんの開発と産地の状況／10月：省エネ学習地産地消レシピ（財）あしたの日本を創る協会会報誌「アース地球環境」執筆／2006年03月：長崎県商店街再発見支援事業報告書（A4：85P）／2007年03月：全国展開支援事業報告書（ありえ一店逸品蔵めぐり事業）（むらおこし・わざおこし・まちおこしの3おこしの集大成／A4：83P）／2008年02月：鍋島藩と手延そうめん／10月：第2版 ぐらしの身近な相談
- ・2009年07月：北欧の風に吹かれて（A4：19P）／2010年12月；苦情救済とオンブズマン（A4：12P）2012年4月：苦情救済とオンブズマン（A5：14P）
- ・2011年03月：まちなか活性化事業報告書／7月：オンブズマンとは／9月：風に吹かれて地球を歩く
- ・2012年07月：南欧の風に吹かれて（ポルトガル・イタリア・パチカン／A4：27P）
- ・2013年03月：組織統合に係わる業務の効率化と統一化（A4：53P）／2014年09月：第3版 南島原ぐらしの総合相談小冊子作成／2015年02月：第4版 南島原ぐらしの総合相談小冊子作成
- ・2015年09月：日本オンブズマン学会創立10周年記念書籍  
「日本と世界のオンブズマン」に、ちょこっと執筆：第一法規：4070円

- ・2017年02月／第5版 南島原くらしの総合相談小冊子作成（保存版）
- ・2019年05月／第6版 令和元年春の褒章 藍綬褒章受章記念「暮らしの各種相談ガイド」
- ・2022年09月／第7版 内閣総理大臣受彰記念「暮らしの便利ングノート」（相談先ガイド：便利帳）
- ・2023年04月／「相談活動を支えてくれた、いろんな出会い」を発行予定。36冊目になります。

## 人権研修（人権同和教育）を開催しませんか。（開催は無料）

■学校・企業・組織・団体・福祉関係の皆様■



世の中には、「見えるもの」と「見えないもの」がある。人は直に目で見て確認し、聴いて納得したものなら、人は信用する。

そこで、見えないものを見えるようにしてあげたら対処しやすくなる。見えにくいものは、媒体を介してイメージできるようにしてあげればいいのです。わたしは「あなたの身近に相談出来る人がいますか。」と必ず聞きます。これは、問題がおきたとき、話す相手が必要だからです。自分だけでは、**思案が堂々めぐりしてしまい、問題に問題を重ねてしまうからです。**相談を受けることは、相談者から問題を切り離してあげて、問題と距離を置き、第三者の立場（傍観者的）にしてあげることです。いわゆる、もう一人の自分を作る作業をしてあげて、問題（悩み）を抱えている自分を見つめることです。

**問題（悩み）が起きた以前に戻してあげればいいのです。**



★保護者向けの人権研修はご相談ください。

### ■人権教室・集会（小・中学校）

1. 子どもの人権と人権擁護委員の役割
2. 人権授業
3. SOSミニレターのやりとり（アニメ）
4. ペープサート「紙人形劇」
5. 人権教材の貸出（DVD）
6. スマホケータイ安全教室・ネットトラブル
7. 傍観者エピソード
8. 人権ふうせん打上（小学校での指定校のみ）



### ■人権研修（高校生・社会人）

1. 人権の関連法律
2. 人権意識と立場よっての理解  
パワハラ・セクハラチェック表
3. 職場における各種ハラスメントとその対応
4. 職場でトラブルに遭遇したら
5. 抑止となる日頃の行動
6. もしも罪を犯していないのに逮捕されたらどうしますか？
7. ネットトラブル・契約行為
8. オンブズマンとは、

### ●人権研修内容（テーマ）は希望に応じます。

#### ・高等学校

1. 人権知識の基本的理解
2. 各種ハラスメントの対応と社会人としての  
人権意識
3. 職場のパワハラと社会人に求められる人権意識

#### ◇講演・講習・研修実績

学校ハラスメント予防担当者・教師／県立普通高校／県立工業高校／公的相談委員研修会／市立小学校／福祉法人の職員／NPO法人（障害者福祉施設職員）／企業経営者の会／国家公務員

#### ・一般社会人

1. 職場のパワハラと社会人に求められる人権意識
2. 職場の各種ハラスメントとその対応
3. 企業と人権（DVD）
4. 人権意識と各種のハラスメントとその対応
5. 抑止力になる日頃の行動や対策

◆学校の授業や講義・新聞・テレビ・書籍・講演研修会・ネット情報・古老の智慧・父母の生き様・地域の慣習等を将来のためにとメモして来ました。大半が企業の経営指導分野です（ほんの一部を紹介）  
**（相談者への助言・出前教室・講演講習会・研修会・地域リーダー養成時などでいきた。）**

●真実（本質）とは（解釈を拒絶して動じないもの） ●人間に何かをさせるためには、飢えさせる。 ●裕福とそうでない家で育った人との努力の違いとは。 ●人間は矛盾対立の人生を歩む（一面で判断するな。几帳面であるが、ずぼらな面もある（二面性）、どちらもあなたです。） ●集中はすぐ疲れて長く続かないが、夢中は疲れぬ。 ●何を求めているのかをさぐる。（必要なものを、必要な時に、必要な人に） ●「世に伯楽有りて、然る後に千里の馬有り」一生懸命生きていたら誰かが見ていてくれる。 ●ボランティアで無料だからこそ相談される方のきびしい評価がなされるものと常に考えて対応している。

無料だから限りなく出来る楽しみもあります。(NHK鈴木健二さんと牛深で対談したときの教訓) ●世の中には、「見えるもの」と「見えないもの」がある。●目で直に見て確認し、聴いて納得したものなら人は信用する。●問題が起きた以前に戻してあげる。●孤独は良いが、孤立しない、させない。●木村は縁に出会っても気づかず。〇〇氏は、縁に気づいても縁を活かさず。◇◇氏は、袖すり会った縁をも活かす。●「会して議せず」「議して決せず」「決して実行せず」「実行して責取らず」これらに当てはまる会議だったらやらない方がマシだという意味合いが込められている言葉●成功した人に秘訣を聴くと皆が運が良かったと言う。努力が98%、運2%。●フォローする体制(相互の助け合い。職場は上下関係ではなく、役割分担組織。●相談者にとって何が最善かを、その人の立場で互いに問題の方向をさぐり、方向が見えたら方法も(改善策)も見えてくるものと思ひ、日々活動しています。●運は天がさずけてくれるけど、縁は自分で育てるもの、待つのではなく、出かけていく姿勢も大切。●人は皆、その最も得意とする才能によってつまづく。●3食ちゃんと食事を作ってあげれば子どもはちゃんと育つ。「食事を作れないような仕事とは、どんな仕事ですか。」●「男女平等の時代」二人目はお父さんが産んでよ。●説明や助言する場合(①しらないことを前提に。②忘れることを前提に。③ミスすることを前提に。)●食は保守的なので親が食べているもの食べてきたものを与える。●あの人に頭を下げたんじゃない、あの椅子に頭をさげたんだ。●長生きの秘訣:冬眠する。ゆったり、のほほんと過ごす。(心肺数を少なくする)●昼間、空を見上げたら雲くらいしか見えないが、星があるのです。●カリギュラ効果:するな・見るなど言ったら。見なくなる。(鶴の恩返し・浦島太郎)  
★ この話、絶対に他の人に言わないで。 ★ 心臓の弱い人は絶対見ないでください。  
★ 旨すぎます。決して人に言わないでください。商品がなくなりますから。

●主賓が外国人なら日本人同士でも英語ではなす。日本語で話す場合は相手に断る。●診療にあたっては(納得診療)を基本にして患者中心の医療を展開する。人は病気と付き合い持って生活している。よって、暮らしの中で治療して行く。●5ページの遺言書と付言事項:遺言書は、目に見えて形あるものを書きますが、物欲はもめる元です。目に見えないもので大切なものがあります。それを伝えるのが付言事項欄です。●会議に空席がひとつありますが、誰も座らないのに必要ですか。それは、当社を支えてくださっているお客様の席です。●人生は選択と決定の繰り返し。●スル前に相談スル:借金する前に、契約する前に、手続きする前に、振り込む前に。●おおよそ未来はわかるのです。●世の中には運のいい人と、幸せを運ぶ人がいる。●学校やも会社でのトイレと保健室(医務室)の役割(安心感・逃げ場)●外国人に英語話せますかと聞かれると大半の人がNOと言う。外国では日本語、話せるかというのと、YESと答え「すし、忍者、」と言う。●同じ経験でも辛い人と楽しい人がいる(天国と地獄)

●①茶碗一杯に満たしたぬるいお茶(一息に飲み干す)  
②7分くらいに少し熱いお茶(やっとお茶の味がわかって美味しかった)  
③3分の1に熱いお茶(茶の味が舌の上にとろけて心が落ち着く)

●圧勝してはならぬ、小勝利ぐらいに止めておき、敵を残しておくことである。敵がなおもいる限り武人としての地位は安泰である。●仕事や事業に取りかかる前より結果を想定しておく、実行することは、過程(プロセス)と結果を確認させるため。●高齢者が昔の話をするのは、幸せであった時期に思いを馳せること。(また、同じことを言って聞き飽きたではなく、これで何回目ですかと。)●子どもは親が育てたように育つ。●苦情こそ未来の意見だ。●考えていいが悩みに成るまではしない。★世界に例がない行政相談制度を作った人は偉い、だがその制度を日々普及して困った人を救済する活動をしている行政相談委員はさらに偉いのだ。●成人とは人に成ること。●新天地では、まず人間観察(ウォッチング)●長生きできる家を建てよう●自治会での活動や集会は、困ったことを聴く場。●複数にて対応、何事もひとりではない。●手紙の効力を再確認●頼る勇氣とイヤ(NO)という勇氣。●家事や料理は手伝うのでなく、する。●目に見えないものの中にこそ大切なものが多い。●人はひとりで生まれひとりで死んでゆく。孤独死でなく看取られず死である。●傍観者エピソード:どろぼうとは言わず、家事だ助けてと。●やさしい日本語(形容詞抜いて要点のみ・分譲は買った家・死亡届は父死んだ・避難は逃げる。)

◆ こんなハラスメント、知っていますか。 ◆

●カジハラ: 姑が洗い直せみたいな行動をする。●ジタハラ: 上司が、時短だ、時短だと早く帰るように言う。●ヌーハラ: 麺を音を立ててすすする。●クツハラ (#KU Too): ハイヒール履きなさい。●ゼクハラ: 結婚情報誌ゼクシィ・いろんな方法で結婚を迫る女性。●カラレモンハラ: 唐揚げがきたら、全体にレモンを搾る行為。●オカハラ: 特定の人にだけお菓子やお土産を配らない。●トリハラ: とりあえずビール。●トリワケハラ: 出てきた料理を取り分ける。●ネンハラ: 初対面で、まず年収いくらですかと聞く行為。●ネットハラ: ネット上で嫌がらせをする行為。(勝手に電話番号を載せて恋人募集集中)。●バレハラ: バレンタイン義理チョコをせがむ行為。●コクハラ: 知らない人からの突然の告白。●フォトハラ: 許可なく写真をSNSあげる。●テクハラ: IT機器など不得意な人に、こんなことも出来ないのと言う。●パタハラ(パタニティーハラ): 男性の育児参加を阻止する行為。

●ジェンハラ（ジェンダーハラ）：性別で人の行動を制限する発言や態度。●シルハラ：60歳以上のシルバー世代に対する嫌がらせ行為。●エアハラ：温度設定が身体に合わず我慢を続けたため体調を崩す。●SOGIハラ：社会生活上の不利益が生じるハラスメント全般を表す言葉。●ハラハラ：行為や言動に対して自身が不快に感じたり嫌悪感を抱いたときに過剰に主張。●エイジハラ：年齢や世代が違うことを理由にした差別的な言動や嫌がらせ。

◇スマホのカメラアプリからQRコードを読み取り、ご訪問ください。



●行政相談（スマホ） ●オンブズマン ●行政相談（PC） ●Line（ライン） ●きくみみ長崎 ○総務省



●（JOS）日本オンブズマン学会 ●（AOA）アジアオンブズマン学会  
●（IOI）国際オンブズマン研究所 ●国際連合 ●（WHO）世界保健機関 ●（ILO）国際労働機関

◆ストックホルム市庁舎黄金の間



●主な受章・受彰・受賞歴

- ☆南島原市長
- ☆長崎行政評価事務所長
- ☆全国行政相談委員連合協議会長
- ☆九州管区行政評価局長
- ☆総務大臣
- ☆令和元年春の褒章 藍綬褒章
- ☆内閣総理大臣顕彰

☆中小企業庁中小企業大学長

- ☆全国商工会連合会長
- ☆長崎県警察本部長
- ☆長崎県交通安全協会会長
- ☆長崎県知事
- ☆全国人権擁護委員連合会長
- ☆総務庁統計局長
- ☆長崎地方法務局長
- ☆法務省人権擁護局長

他に14受賞（総数30）



●主な役職等

- ◇総務省 行政相談委員
- ◇長崎行政相談委員協議会 会長
- ◇九州行政相談委員連合協議会 副会長
- ◇南島原くらしの総合相談所 所長
- ◇南島原市個人情報保護審議会 委員長
- ◇法務省 人権擁護委員
- ◇島原人権擁護委員協議会 会長
- ◇長崎県人権擁護委員連合会 副会長

◇ International public Ombudsman（オンブズマン）

★所属学会（国内）：日本オンブズマン学会（本部：東京行政管理研究センター）

（JOS） Japanese Association For Ombudsman Studies

★研究登録（国外）：国際オンブズマン協会（本部：オーストリア・ウィーン）

（IOI） International Ombudsman Institute

★研究登録（国外）：アジアオンブズマン協会（本部：パキスタン・イスラマバード）

（AOA） Asian Ombudsman Association（Islamabad Pakistan）

★発行人

〒859-2205 長崎県南島原市有家町小川34番地2 南島原くらしの総合相談所長 木村 優 仁

Mail : arie@minamishimabara.com

URL : <http://www.minamishimabara.com/>

電話 & FAX 0957-82-5923

携帯 ☎ 090-1362-0138

発行日：令和4年（2022年）12月1日 / 記載内容等は、令和4年9月30日現在

◆あとがき（予告：近々発行）：別冊の「相談活動を支えてくれた、いろんな出会い」（人生の道草（寄り道）だったかも知れないが、相談活動や人生を支えてくれた、いろんな出会い）について発行予定です。