

Ko

human rights & diversity magazine

KoRd



ねっと

令和7(2025)年3月発行 **No.58**

寄稿

「母」から感じた多文化共生

互いの「普通」を理解し合える
多様性を目指して。

表現者

サヘル・ローズさん

「多文化共生のまちづくり」に向けた取組の紹介





母から感じた多文化共生 互いの「普通」を理解し合える 多様性を目指して。

表現者

サヘル・ローズさん

言葉が衣替えをし続けて
何十年がたったのだろうか？

1970年に開催された日本万国博覧会(大阪万博)は、77カ国が参加していました。当時は今のような世界情勢ではなく、また差別や偏見も今ほどではなかった、と信じています。

この2025年に、いろんな思いで開催される大阪・関西万博ですが、個人的にも70年代の万博を体験していない世代であり、どんなものなのかあまり想像ができません。ただ、当時から多様性を考えたり互いの文化に触れる機会が万博にはあったのだと思

ます。「平和の祭典」というのは大袈裟かもしれませんが、「平和」についても考えていただく「大人の社会見学」というべきでしょうか。

万博から15年後の1985年に私は生まれました。これからお話をすることであつて私自身が日本へ来るまでのことを少し書かせてください。私はイラン出身である事に間違いはありません。ただ、生みの母、父の事は覚えていません。本名も生年月日も証明書がありません。本名も生年月日も証明書の何もないためわかりません。説明のために『母、父』と明記しますが、私の中での母親は、私を引き取り育ててくれた今の養母です。養母と出会う

事になった背景は1980年から1988年まで続いたイラン・イラク戦争。その戦争によって多くの人々が犠牲となりました。私を含めて多くの子ども達が戦争孤児になり、首都の孤児院へ送られました。ですが、私は恵まれていたと思います。4歳から7歳まで孤児院で過ごし、当時大学院生ボランティア活動をしていた養母との出会いがあったからです。(※当時養母は結婚していて旦那さんもイランの方でしたが、その頃は日本にいたため2人は別々で生活をしていた状況です)私が彼女と面会室で会った瞬間、不思議な感覚だったのですが、彼女を

見るなり『お母さん』と呼んだそうなんです。正直、当時の真意はよくわかりません。親を知らずに育っているのでも、母親というものの意味も分からなかつた7歳の私が、最後の命綱として彼女にすがつたのかもしれない。そんな軽はずみで発した私の言葉を彼女は真摯に受け止めてくれました。孤児が溢れかえっていた祖国では、孤児を引き取るということにまだ世間の理解が追いつかず、そのため偏見も少なからずありました。今も残念ながらあります。でも、彼女はそんな社会の風も全部振りほどき、つながりのある親戚一同とは疎遠になつてまでも(今は仲直りしています)血のつながりのない私を引き取ってくれたのです。養母の偉大さを伝えるのは一冊の本でも足りないくらい長くなつてしまふので割愛しますがこれは伝えさせてください。今、混沌とした世界情勢の中、世界中で、日本でもあらゆる家族が存在しています。ひとり親家庭や、両親がいなくても幸せを感じられないなど、本当に家族という言葉に縛られていくと、どんな家庭も自分のところが普通じゃないと思つてしまうかもしれません。でも、家族の在り方に正解はありません。家族は近いからこそ遠くにも感じるし、血がつながつていても価値観が合わないのもごくごく当たり前の家族の形です。

全てが家族であり、正解も不正解もない。重要なのは血がつながっていることではなく、相手を心から愛することができているかどうかなのです。養母と血はつながっていませんが、私が20歳を超えた頃から不思議と顔が似てきました。不思議ですよ？ 思い返すだけでも養母の偉大さは語りきれませ

ん。厳しいところもたくさんあります
が、でも、養母の一番すごいところは、い
つだって私を肯定し続けてくれたこと
です。他人が私の価値をただの「石こ
ろ」とみたとしても、養母は世界で最
も高い宝石は？ときかれたら迷わず
『サヘル』と答えるのです。施設出身だ
から可哀想な子として扱ったことはあ
りません。まわりが私を否定しても養
母は「教育と愛情を持って接すれば人
間はいくらでも成長できる。」というの
です。そして私にも「過去に引つ張られ
るのではなく、生き延びた奇跡を、今
を、大事にして。強運の持ち主なんだ
から。異国に来て、自由に生きてる。貧
しくて、たくさん素晴らしい人に
出会ってる。アナタの人生を、今自信
を持って生きられない人々の分まで生
き抜いて。」と、小さい頃から今も教え
てくれる養母の存在は、私の命そのも
のです。

価値観が合わなくてもいいのです。

ですので、ここからは『母』と書かせ
てくださいね。彼女は正真正銘、私の
産みの母であり、育ての母です。確かに
価値観が合わないことはあります。で
も、それでいいのです。

ですが、人間関係は難しいものです。
多文化共生は外国籍だから必要とい
うわけでも、欠けているというわけ
もなく、同じ宗教でも、国籍でも、家族
でも、友人でも、価値観が合わない相
手は人生には山ほどいます。ただ、その
度に相手をブロックしたり、関係を簡
単に断ち切る事に慣れてしまっていな
いか？というのが、私が最近感じる危
機感です。違うのは当たり前で、文化
も習慣も、見慣れない人に対して生ま

れてくる「わからない」恐怖心「がいつ
の間にか「排除」になっていないか？こ
こが重要なポイントです。意見が異な
る相手との関係を、コミュニケーション
を安易に断ち切ったら何が起きるか？
「凝り固まった自分の価値観の中で生
きてしまう」というルーティーンが生
まれてきます。今の社会で自分の居場
所が見つけられない人は大勢います。
日本の方と同様に外国籍の人間が感
じる孤独もあります。自分の事でお話
をしますと、私自身も常に笑顔で生き
ています。ですが、時折、孤立感に苛ま
れます。日本では自分を異物に感じる
瞬間がほぼ毎日ありますが、そんな私
にとつての精神安定剤が「表現」なの
です。メンタルヘルスケアの役割を担っ
ていますし、カウンセラーは「私自身」。そ
ういう思いを感じたのは大学の学費と
生活費を稼ぐためにしてきた色んなア
ルバイトのうちのひとつ、映画やドラマ
での「エキストラ」のアルバイト経験で
した。

エキストラで演じ感じた苦痛と 知らない文化への偏見

母と生きていくためにはお金が必要
であり、そのためにひたすら働いていま
したが、基本、エキストラのアルバイト
では「死体役」がメインでした。たまに
生きている役がきてもテロリスト。その
経験も、私をより強く表現に没頭させ
た要因なのかもしれません。中東諸国
等の人は大抵の場合、アメリカの映画
やドラマでの立ち位置や配役が決まっ
ています。「悪者」や「テロリスト」。日本
の再現VTR等でも同様です。私自身
は高校生だった時にその苦痛を経験し
ました。誰しも自分の国への思い入れ

は強いものです。だからこそ、偏った報
道によつて苦しむのです。そして偏見
がいつの間にか「差別」へとつながって
いくのです。そして、私は日本のエンター
テイメントの世界を変えたい。多様性
を実感するためには、まずは多様性を
体感している人間を増やしていかなけ
ればならない。そう思つて「死体役」か
ら這い上がりました。気づいたら14年
近く表現をしています。イラン人で
あつても、どんな生い立ちであつても、
生きる権利はある。不平等な人権では
なく、尊厳を持った人権を今の時代に
こそ体感してもらいたいです。

また、新型コロナウイルスによつて世
界により「層」の分断が起きた事も事
実であり、行動の制限がなくなつても分
断に慣れてしまった事で、新しい価値
観やスタイルが生まれました。私が感
じる分断というのは「他者と関わらな
い」という人と物事とあんまり関わり
ずにいた方が衝突も少なくなるし、疲
れないという構造です。ただ、その事
で心や居場所をはじめとした興味や共
存の格差が生まれてしまったのです。
SNSの発展によつて世界を見ている
ような気持ちになれるし、人とつな
がれている錯覚が生まれるのです。だ
けどバーチャルはバーチャルでしかない。
人間は五感で共存している。そして助
け合う社会、お節介をしあえる人間関
係が生きる上では必要ではないでしょ
うか。

知らない「普通」を 理解しようとする「多様性」

みんな違って当たり前であり、
みんな自分の「普通」を持つて生まれ
て、今日まで生きています。相手を

否定する、相手を傷つけるといふ事は
アナタ自身をも傷つけていくという事
なんです。そして多文化共生は文化を
知るといふ意味だけでなく、今、世界
で起きている出来事にも関心を向け
るといふ意味です。ロシアとウクライ
ナや今のガザとイスラエル、シリア、ア
フリカで起きている紛争など、取り上げら
れていないだけで「終わっていない戦
争」は幾つもあります。そして「忘れ去
られた人々」も存在しています。

文明や技術の発展によつて、人々が
手を取り合う世界ではなくなつてきて
います。技術の発展をどう他者と分か
ち合い、より住みやすい世界を1人1
人が築き上げていくか。多様性を言葉
のファッションとして着飾るのではな
く、心の中でアナタにしかない「多様
性」が生まれてくれば、自然と世界は
今よりも少しは平穏に近づくのかも
しれませんね。こんな風に考えて活動
している私の憧れは母です。母以上の
「母」を私は知りません。私自身が経験
してきた多くの学びを今後も橋渡し
していきたいと思えます。

サヘル・ローズ

表現者

1985年イラン生まれ。幼少時代を孤児
院で生活し、フローラの養女として7歳の来
るときに引き取られる。8歳で養母ととも
に。レポーター、ナレーター、コメンテ
ーターなど様々なタレント活動のほか、俳優
として映画やテレビドラマに出演し、舞台
にも立つ。

近年では自身がメガホンを取った映画
「花束」も公開されるなど、表現の幅を
広げている。また芸能活動以外では、個人
で国内外問わず支援活動を行っており、
2020年にはアメリカで人権活動家賞を
受賞。昨年2024年に、エッセイと自身初
の絵本を同時発売した。

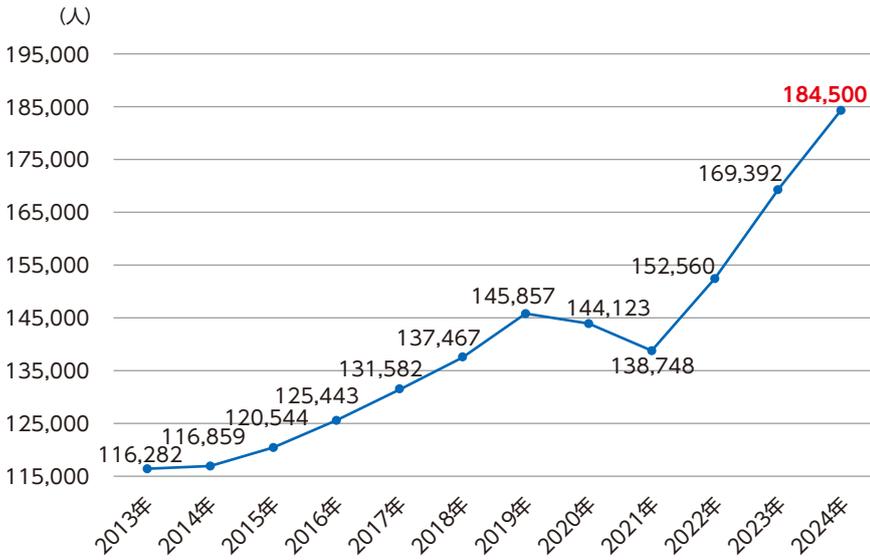
「多文化共生のまちづくり」に向けた取組の紹介

【大阪市の外国人住民数】

大阪市には、ぐれぐらしい外国人の方が住んでいるか
ご存じでしょうか？

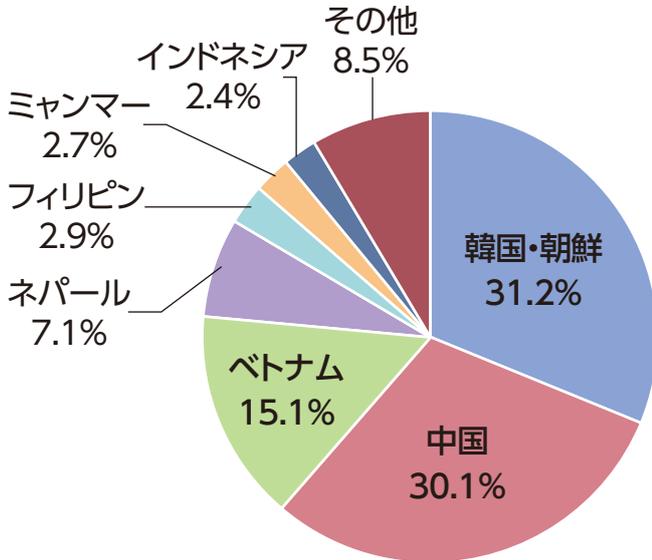
令和6(2024)年9月末時点では、156の国
や地域を出身とする184,500人の外国人の方
が暮らしています。全市民のうちの約67%を占め、
人口比率とも政令指定都市の中で最多となってい
ます。

大阪市の外国人住民数(各年12月末時点 ただし、2024年は9末日現在)



しかも、平成26年からの11年間で68,000人
以上増加しています。近年の増加の理由は、留学生
や就労、その方々の家族などの転入によるものです。
しかも、この数字は、あくまで住民登録のある外国
籍の方の人数ですので、国籍は日本でも、外国にル
ーツのある方も多くいらっしゃいます。

また、国籍も多様で、近年では、ベトナム、ネパ
ール、ミャンマーなどから来日する方が増えています。



グラフの出典:大阪市住民基本台帳人口より

少子高齢化、人口減少の時代において、国籍や民
族などの違いにかかわらず、一人ひとりがそれぞれの
違いを認め合い、理解を深め、ともに社会の一員と
して暮らして、その活躍を促す仕組みづくりを進めて
いく必要があります。

【やさしい日本語】

では、近所にお住いの外国人の方々とのように
「コミュニケーションをとればよいでしょうか？大阪市
内にはアジア圏の方が多く、しかも合計156の国
と地域の人が住んでいます。それぞれの国の言語で
話しかけることは難しいですね。

それに、アンケートの結果では、不自由なく使うこ
とができる言葉が日本語以外の方のうち、70%近く
の方が簡単な日本語を含めて使うことができますと
回答されています。つまり、簡単な日本語であれば伝
わる可能性が高いということになります。

そこで、是非活用いただきたいのが「やさしい日本
語」です。「やさしい日本語」は読んで字のごとく「分
かりやすい言葉や表現に言い換えた日本語」のこと
です。「やさしい日本語」であれば、伝える側が外国
語を「から勉強する必要はなく、「ゆくり話す」「難
しい単語や言い回しを避ける」「短い文にする」「具
体的なものを示しながら話す」など、いくつかのポイ
ントを覚えれば誰でも使うことができます。

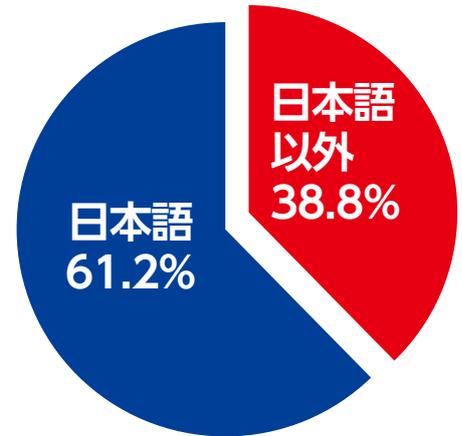
「やさしい日本語」を使った「コミュニケーション」の
を紹介した動画がありますので、是非ご覧ください。①
ただし、日本語がまったく話せない方には通じま
せんので、その場合は「翻訳アプリ」などを活用しま
しょう。翻訳アプリの使い方を紹介した動画もあり
ますので、こちらも是非ご覧ください。②



不自由なく使うことのできる言葉が日本語以外の方の日本語を「聞く」「話す」「読む」「書く」レベル(項目ごとに回答)

聞く	話す	読む	書く
日常会話は聞き取ることができる	日常会話は話すことができる	ひらがなとカタカナと簡単な漢字を読むことができる	ひらがなとカタカナと簡単な漢字を書くことができる
59.6%	57.9%	61.3%	56.2%
問題なく聞き取ることができる	問題なく話すことができる	問題なく読むことができる	問題なく書くことができる
9.4%	8.1%	11.5%	9.4%
合計 69.0%	合計 66.0%	合計 72.8%	合計 65.6%

Q:不自由なく使うことのできる言葉はどれですか。



〈2022年度外国人住民アンケート結果より〉

【モデル地域での取組】

令和5年度から令和6年度にかけて、外国につながる市民と地域住民(日本人)との相互理解、つながり・交流を生む取組を4つのモデル地域※において進めてきました。

この取組は、外国人住民とともに地域を支える一員として、相互理解や交流を進めることで、将来的に地域を支える人が増え、地域の活性化にもつながることをめざして、生活に身近な圏域における地域活動の中で実施してきました。

具体的には、先ほどご紹介した「コミュニケーションのコツ」動画を地域活動の中で上映したり、地域イベントの案内を多言語で作成し、外国人住民の参加を促すなど、少しずつ外国人住民が地域活動に参加していくきっかけづくりを行い、実際に外国人住民が地域活動に参加することにより、継続的なつながりが生まれるよう進めてきました。

こうしたモデル地域での取組を参考に、他の地域においても取組が進むことを期待しています。

モデル地域での取組や、外国人住民にとって有益な情報などについて、大阪市ホームページ「大阪市多文化共生のまちづくり」に掲載していますので、こちらでも是非ご覧ください。 **3**

※モデル地域：港区(南市岡)、浪速区(浪速)、生野区(北巽)、西成区(北津守)



大阪市人権啓発マスコットキャラクター「にっこりな」

3



モデル地域での多文化交流

大阪市人権啓発マスコットキャラクター「にっこりな」



学習支援ルームに留学生がボランティア参加(浪速)



近隣企業に勤める外国人住民の方々による地域まつりでのブース出展(北巽)



ひな祭りイベントで外国ルーツの親子との交流(北津守)



湯圓(左)とお雑煮(右)を作りました!

料理交流会に様々な国籍の方が参加(南市岡)

大阪市からのお知らせ

大阪市人権啓発・相談センターでは、 様々な啓発事業を実施しています。



人権啓発・相談センターでは、小学生の皆さんにも参加していただける啓発イベントを実施しています。

来年度はお友達とお誘いあわせのうえ、ぜひご参加ください。



とどけよう!ハート&パス 「こども人権サッカー教室」& 「スタジアム人権啓発イベント」

令和6年11月9日(土曜日)に、大阪法務局、大阪第一人権擁護委員協議会、Jリーグセレッソ大阪と連携・協力し、とどけよう!ハート&パス「こども人権サッカー教室」&「スタジアム人権啓発イベント」を開催しました。

イベント こども人権サッカー教室

フットサルパーク長居で開催した「こども人権サッカー教室」では、小学1年生から6年生28名が参加し、まずは「こどもじんけんクイズ」に挑戦しました。人権擁護委員の皆さんとともに人権に関する様々なクイズに真剣に回答していました。続いて、セレッソ大阪コーチの指導のもとサッカーの練習を行い、プレーを通して仲間を大切にしたいやりのこころの大切さなどについて学んでいただきました。

イベント スタジアム人権啓発イベント

ヨドコウ桜スタジアムで行われた「セレッソ大阪VSアビスパ福岡」の試合において、サッカー観戦に来られた皆さんに人権について考えていただくことを目的とした人権啓発イベントを実施しました。

当日は、観戦者に「いじめNO!! 啓発クリアファイル」の配布を行い、ピッチにおいては「みんなで人権サポーターになろう」と呼びかけた「人権サポーター宣言」や、観戦者が見守る中、小学生と人権擁護委員の皆さんが中心となって人権啓発横断幕を掲げてピッチを周回するなどの啓発活動を行いました。

令和
6年度

人権啓発キャッチコピー入選作品を ご紹介します!



人権問題の各テーマに沿ったキャッチコピーを令和6年8月から9月にかけて募集したところ、3,550作品のご応募をいただきました。

その中から入選作品の一部をご紹介します。

小学生(低学年)の部

やまもと りさ
山本 理紗さん

気づいたら こえをかけよう すくいの手

小学生(高学年)の部

なかかわ
中川 なつめさん

君の言葉で多くのいのちがすくわれる。

中学生の部

ひろかわ もも
広川 桃さん

見逃さないで 見えないSOS

高校生の部

ほんじょう
本庄 みゆさん

守り抜け 小さな芽から 笑顔咲く

一般の部

ほう
ゆきの坊さん

見ない聞かない何もしないも悪の道



その他の入選作品については、
大阪市ホームページをご覧ください。

人権啓発DVDを貸し出しています

大阪市人権啓発・相談センターでは、さまざまな人権問題に関するDVDの貸し出しを行っています。
職場や地域・グループ等での学習会にぜひご活用ください！
また、法務省作成の啓発動画も合わせてご活用ください。

詳しくは法務省の
ホームページを
ご覧ください。



こども向けDVDもご用意しています。

中学生以下のみなさんにも人権をわかりやすく学んでいただけるよう、
ドラマやアニメーションを使って親しみやすく作られた作品もご用意していますので、
イベントを企画する際にもぜひご利用ください。

借りたいDVDが決まりましたら、事前に電話等で貸し出し状況を確認し、仮予約をしてください。
貸出DVDのタイトル一覧や、詳しいご利用方法は、ホームページでご案内しています。

詳しくは
ホームページを
ご覧ください。



問
合
わ
せ

大阪市人権啓発・相談センター

住 所 〒550-0012 大阪市西区立売堀 4-10-18 阿波座センタービル 1 階

☎06-6532-7631 FAX06-6532-7640

✉ Jinkenkyouzai@city.osaka.lg.jp

受付日時 月～金 9:00～17:30 土日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)は除く

料
金
受
取
人
払
郵
便

5 5 0 8 7 9 0
527

大 阪 西 局
承 認

978

差出有効期間
2025年5月
31日まで
(切手不要)

大阪市西区立売堀4-10-18
阿波座センタービル1階
大阪市人権啓発・相談センター 行



キ
リ
リ
キ



「本人通知制度」を ご存知ですか？

大阪市人権啓発マスコットキャラクター「にっこりな」

大阪市では、住民票の写しや戸籍全部事項証明書などの証明書が第三者に取得された事実を本人に通知することで、不正な請求を抑止し、市民の皆様の人権やプライバシーを守ることを目的として、「本人通知制度」を実施しています。

～通知を希望する方は、事前に登録を！～

「本人通知制度」のご利用には、事前にお住まい(または本籍地)の区役所(又は区役所出張所)での登録申請が必要です。郵便や代理人(法定代理人または任意代理人)による申請もできます。

登録申請を行った日の翌開庁日以降の交付請求から、本人通知の対象となります。

【通知内容】

- ・証明書の交付年月日
- ・交付した証明書の種別
- ・交付した証明書の通数
- ・交付申請者の種別
(第三者、代理人、職務上請求)

※交付請求者の氏名や住所などについては通知されません。



詳しくは大阪市ホームページ
「住民票の写し等の交付に係る
本人通知制度について」をご覧ください。

大阪市人権啓発・相談センター

ひとりで悩んでいませんか？

大阪市にお住まいの方で、人権に関することでお悩み、お困りごとがあれば、お気軽にご相談ください。専門の相談員が対応します。

プライバシーには十分配慮しています。安心してご相談ください

電子メールによる相談もできます！

<https://www.jinken7830.com/consultation/>



専門相談員による人権相談

なやみゼロ
☎06-6532-7830
FAX 06-6531-0666

相談時間 月～金/9:00～21:00 日・祝/9:00～17:30

※土曜日、年末年始(12/29～1/3)は休館

人権相談の受付は、相談時間終了の30分前までです。

「KOKOROねっと」音訳版

視覚に障がいをお持ちの方々に聞いていただけるよう、音訳ボランティアグループの皆様のご協力により、音声デジター版を発行しています。音声デジター版のCDをご希望の方は大阪市人権啓発・相談センターまでご連絡ください。また、MP3形式の音声は大阪市ホームページから聞いていただくことができます。

大阪市人権啓発・相談センター

☎06-6532-7631

(平日、9:00～17:30)

FAX 06-6532-7640

E-mail ca0016@city.osaka.lg.jp

<https://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000081942.html>

大阪市人権啓発・相談センター



LINE

大阪市の人権に関する取り組みや人権問題の今日的なテーマやクイズなどを週1回配信しています！



友だち追加 ID: @osaka7830

「KOKOROねっと」バックナンバーのお知らせ



これまで発行した「KOKOROねっと」のバックナンバーについて、大阪市ホームページに掲載しています。過去に特集した記事などで、ご参考になるものがあるかもしれませんので、ぜひご覧ください。

「KOKOROねっと」バックナンバー



<https://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000234332.html>



ウェブサイトからも下記アンケートにお答えいただくことができます。専用フォームに入力するだけで簡単に回答できます。

大阪市人権啓発・相談センターなどの情報はこちら

大阪市人権啓発・相談センターホームページ

<https://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000095095.html>



大阪市民局 Facebook

<https://www.facebook.com/osakashi.shiminkyoku/>



KOKOROねっと 読者アンケート

質問 1

この情報誌を、どこで入手されましたか？
(その他の場合は具体的な場所をご記入ください)



1

- 1 駅構内 2 市役所・区役所 3 図書館 4 学校、職場
- 5 大阪市ホームページ 6 デジタルブック
- 7 その他()

質問 2

この情報誌のなかで興味・関心を持った記事はありましたか？
(複数回答可)

2

- 1 *母、から感じた多文化共生 互いの「普通」を理解し合える多様性を目指して。(1～2ページ)
- 2 「多文化共生のまちづくり」に向けた取組の紹介(3～4ページ)
- 3 大阪市からのお知らせ
子ども人権サッカー教室&スタジアム人権啓発イベント/
令和6年度人権啓発キャッチコピー入選作品紹介(5ページ)
- 4 大阪市からのお知らせ
人権啓発DVDを貸し出しています/
「本人通知制度」をご存知ですか？(6ページ)

質問 3

あなたは、人権について関心がありますか？

3

- 1 関心がある 2 すこし関心がある
- 3 あまり関心がない 4 関心がない

質問 4

この情報誌を読んで人権への興味・関心がわき、理解に役立ちましたか？

4

- 1 とても役に立った 2 役に立った
- 3 あまり役に立たなかった 4 役に立たなかった

質問 5

今後もこのような情報誌を読みたい(発行したほうが良い)と思いますか？

5

- 1 そう思う 2 どちらかといえばそう思う
- 3 どちらかといえばそう思わない 4 そう思わない

質問 6

あなたの年代をお聞かせください。

6

- 1 10代 2 20代 3 30代
- 4 40代 5 50代 6 60代以上

質問 7

この情報誌を読んだ感想やご意見、今後掲載してほしい内容やご要望をお書きください。

7

アンケートはがきは、おひとり様1通でお願いします。

◆次回のKOKOROねっとNo.59は、令和7(2025)年6月発行の予定です。
主な設置・配布場所:市役所・区役所・Osaka Metro駅構内・市立各図書館等

