



めろん
目安箱



読者のみなさまからのご意見、感想、コメントをお寄せください！ QR コードもしくは info@mafga.or.jp まで。

メロン、丸い形は地球に見える？メロンのようにおいしく、その表面の網目のように緻密なネットワークを広げる月刊情報誌をめざします！

【報告】多文化ボランティア・セミナー “そんなつもりじゃなかった”の一步先へ ～他者をそして自分を大切にするためのマイクロアグレッションと差別の理解～

マイクロアグレッションについて学ぶのは2回目。基本的な知識はあったが、朴利明さん^{ぼくりみよん}の「マイクロアグレッションを見過ごすことによってそのような言動を助長したり、ステレオタイプを増やすことになる」という言葉が心に残った。前よりも一歩深く、自分の中で考えを掘り下げるきっかけになった。また、桂シャハラさんとは3年前、子ども事業で外国ルーツの子どもたちと一緒にサポートしたことがある。その後、彼女が「とよなか国際交流協会」で働き始め、毎日聞かれないことを聞かれ、言われたくないことを言われたので、ある日数えてみたら「3週間で22回のマイクロアグレッションがあった」という話を聞いて正直ショックだった。「あなたどこの国の人？」、「日本語上手ね、でも日本人じゃないわよね」などなど、「チクリ」と刺さる言葉の数々。仕事でだけで1日に1回はもはややることを言われたという。

マイクロアグレッションとは、「ありふれた日常のなかにある、ちょっとした言葉や行動や状況であり、意図の有無にかかわらず、特定の人や集団を標的とし、人種、ジェンダー、性的指向、宗教を軽視したり侮蔑したりするような相手が敵意と感じる否定的表現」と定義されている。しかし、日本ではまだ「マイクロアグレッション」という言葉を知らない人は多いと思う。私はシャハラさんの気持ちを想像することしかできないが、伝えていくことで少しでも無意識の差別的発言を減らしていけるのではないかなと思う。

セミナー後半は、5～6人のグループに分かれてワークショップが行われた。テーマは「初めてのバイトの面接で韓国名を名乗ったとき、漢字を説明するのに日本語で『木へんに下と書きます』と表現したら日本語読みで呼ばれてしまった」というケースだった。私が参加したグループには多様なルーツの方々がいる。自分なら「韓国名を言い直す」と在日の方が言い、私は「初めての面接で店長にそう言われたら、それ以上言えないかもしれない」と言ったら何人かが



グループ別のワークショップでは、活発な意見交換がおこなわれた。

うなずいた。「私なら何かよくないことをいわれたらちゃんと言いつけよう」と言った外国ルーツの人もいた。人によって反応は違うが、日に何度もマイクロアグレッションを受けたら、シャハラさんのように言い返す気がなくなるのも理解できた。

私は1993年から2002年までカナダのバンクーバーで生活していたことがある。そして2025年9月に再び訪れる機会を得た。振り返ると、当時私はバンクーバーでマイクロアグレッションを受けた記憶がない。外国人扱いをされたこともなかった。カナダでは、ジャパニーズカナディアン、チャイニーズカナディアンという表現をして、互いのルーツを尊重していた。カナダは1971年に世界で初めて多文化主義を国家の政策として位置づけ、異なる文化を尊重し、すべての人が社会に平等に参加できる多文化共生に成功したと広く認識されている国だ。

今回再訪して嬉しかったのは人々の温かさが以前と変わってなかったことだ。バスに乗るときは必ずドライバーに挨拶してから乗り、ショップ店員はいらっしゃいませではなく、「今日の調子はどう？」から会話が始まる。また、ショッピングモールでは次の人

No.219 発行元・返還先：（公財）箕面市国際交流協会

【賛助会員数】個人：288名 法人：23団体（11月12日現在）

〒562-0032 箕面市小野原西5-2-36 多文化交流センター内

Tel： 072-727-6912

Fax： 072-727-6920

E-mail： info@mafga.or.jp

Web： https://mafga.or.jp



のためにドアは押さえて待つのが当たり前、10 人くらい続けて入ってきて嫌な顔をせずドアを押さえているし、みんな笑顔でお礼を言っていく。ある日、バス停を探していたときに、中学生くらいの子にバス停の場所を尋ねたら、「交差点の向こう側だよ」と教えてくれた。お礼を言ってバス停に向かうと「あと 9 分でバスが来るよ〜」と後ろから叫んで教えてくれたのだ。あつという間にスマホで調べてくれたらしい。その親切さに二人とも心被打

たれた。年齢や性別、人種などに関係なく、そこには「気分が上がる言動」ばかりがあった。日常の中では、無意識に発せられた言葉が人を傷つけることもあれば、逆に無意識レベルのポジティブな言葉で人の 1 日を明るくすることもある。

私は、そんな“無意識のポジティブ発言”を少しでも広めていきたいと思う。(炭野)



[新シリーズ]

排外主義に對抗する

参議院選挙を終えた今年度、外国人市民をとりまく状況は刻一刻と変化してきている。この数か月で自身のルーツを表明することは、これまでとは比べられないくらいリスクであると考えている人が出てきていること、また、実際にルーツに対する攻撃的な言動を聞いたり、協会の中でも、職員が多文化共生をめざす取り組みに対してネガティブな発言を受けたりする事例が生じてきた。さらには、地域のさまざまな場所でそういった言動を許容する空気感が生まれており、日々しんどさを感じる人が多い、との報告も関係者から寄せられてきた。

このような状況の中、私たちに何ができるのか。「めろん」編集部内で座談会を開催したところ、「学校などの教育現場で使用可能な対応マニュアルを作成すべき」や協会として、「このような状況にどう取り組むのか、毅然とした姿勢を示してほしい」などさまざまな意見が出された。地域で暮らす全ての人が安全・安心に暮らせるよう、また、いろいろな社会のマイノリティの当事者が「しんどい」「何で?」「不安」などの気持ちを吐露したり、一緒に悩んだり、試行錯誤できるような場をどのように持ち続けられるのか。

これから数回にわたり、私たちにできることを探っていく。(編集部)

#1 『「フェイク以上、ヘイト以下」に向き合う反うわさ戦略』講演会・参加報告

「反うわさ戦略」とは、1990 年ごろから排外主義が強くなってきたスペイン、バルセロナで、それに対抗するために 2010 年ごろから始まった取り組みである。偏見や否定的な固定観念に基づく「うわさ」を減らし、誰もが安心して暮らせる社会を築くことを目指すものだ。今の日本も当時のバルセロナと似ている面があると思い、何か取り入れることができないかと、会場に足を運んだ。

「うわさ」と聞いて、みなさんはどんなことを想像するだろう。表立って話されない事実や事柄、確証のないことが人づてに伝わっていく一だいたいこのようなイメージだと思う。その発言源はどこか? おそらく顔の見えない個人個人だろう。口コミやバズマーケティングは、まさに「うわさ」を直接利用した宣伝手法であるし、「ウィンザー効果 (Windsor Effect)」といって、「〇〇さんが、あなたを褒めていた」というように、うわさを間接的に使うことで強力な心理的影響を持つ事実もある。このように、私たちの身近には意外なほど「うわさ」が利用されていることが多い。「反うわさ戦略」

【開催概要】

日時：2025 年 10 月 31 日 (金)

10:30 ~ 12:00

場所：人権平和センター豊中

主催：豊中市教育委員会事務局

読書振興課

ECCジュニアで楽しく英語を学ぼう!

小野原教室

小学1-3年生クラス 16-17時
小学4-6年生クラス 13-14時

場所：箕面市立多文化交流センター
電話番号：05071193794
メール：c_rieyama@icloud.com

 

ECCジュニア

大阪大学 × MAFGA
学生・若者が地域とつながる居場所

ひとこま



活動日時：水曜日 10:00~15:00
木曜日 11:00~16:00

対象：どなたでも
場所：大阪大学箕面キャンパス 3F
(テラスと食堂の間の廊下)
祝日、年始年末はお休み
*昼休みなどの長期休暇は水曜日のみ

チカノバ

協賛機関：(公財)箕面市国際交流協会

テーマは「フード」×「アート」×「ハート」!



★ギャラリー (水~日)
10:00 ~ 21:00

★カフェ (水~日)
(comm cafe2 号店)
11:00 ~ 20:30
(日曜 18:00)
※水・木・金
14:00 ~ 16:00 はクロース

北大阪急行線・箕面船場阪大前駅 改札階 (地下3階)
(〒562-0035 大阪府箕面市船場東 3-7-35 箕面市立市民ギャラリー)
072-734-8711 (ギャラリー) / 072-734-8722 (カフェ)

の特徴的な点は、この「うわさの力」を、行政が、意識的に、目的をもって利用するところだ。

行政が社会に対してなんらかの働きかけをする、と聞くと（申し訳ないが、）おかたい退屈なイメージを持ってしまう。しかし、このスペインの「反うわさ戦略」は、そのイメージとは異なる。人気のイラストレーターが軽いタッチで行政側が訴えたいメッセージを伝える。例えばカフェのコースターに描いたり、街中の目立つところにポスターが貼られていたり、行政発行の冊子の隅に書き込みがあったり。つまり、メッセージが日常のあちこちに散りばめられる。だから、市民はその気がなくても、ソレが目に入るし、ソレを手にとってしまう。これこそが、この戦略の肝である。



当日配布資料より。バルセロナでのグッズの一例。

社会的に正しいことを、偉い人から「こうなさい」と示されると「上から目線」と感じがちだ。また、障がい者支援のテーマが障がい福祉施設主催の講演会で話されたり、高齢者に対する啓蒙の活動を高齢福祉に関する行政機関が実施すると、私などは「またか」と感じてしまうことがある。行政での、社会課題への真正面からの取り組みはまずもって大事な取り組みだが、それだけだと、どうしてもありきたりに思えてしまう面もある。だから、あえて、まったく関係のないところで別のテーマに触れる機会をつくる。そうしてはじめて興味の食指が動くことはよくあることだ。私が個人的に好ましいと感じるのは、たとえばハリウッドなどで、スーパースターと

呼ばれるような俳優が、受賞のスピーチで政治的なメッセージを発することだ。オスカーなど世界的なイベントを利用して、社会的に重要なメッセージを盛り込むことは、これもまた、強力な反うわさ戦略的な手法だ。このような手法は、不意を食らうので、人々はつい見てしまうし聞いてしまう。（もちろん、賛同するか否かはまた別の話だが）これを、小さな規模でたとえば、行きつけのカレー屋さんにかわいいデザインの「ジェンダーに関する冊子」が置かれていたらどうだろう。馴染みの美容院に差別に対抗する文句が書かれたイケてるポスターが貼られていたらどうだろう。このような方法で、社会にメッセージを浸透させる試みが「反うわさ戦略」だ。

もうひとつ、「反うわさ戦略」で重要視しているのは、どんな運動をするかということよりも、誰とするかという点だという。イケてる人が、カッコいいグループが、おしゃれな場所が、社会的に重要なメッセージを発することは、人々に、重要な意味を持つ。協会でもイベントやセミナー、日常の事業活動を通して反うわさ戦略の視点を取り入れることは重要だ。従来型の手法だけでなく、「とっつきやすい」「接しやすい」仕掛けを模索することは、反うわさ戦略に限らず、あらゆる社会運動を進めていく上で今後意識していくべき視点だと思う。

社会の中で、とくにネット空間などで、誹謗中傷や差別的な言動があふれているなか、それに対抗する小さな仕掛けを、個々人がしていく必要があると思う。私は、これまで、『まじめw』や、『難しいこと考えるねー』と冷やかされるのが嫌で敬遠していたが、社会問題の話題や政治の話が普通の会話の中でもしていると思っている。たかがいち個人の会話。でも、それが誰かの意識のスイッチを入れるかもしれない。みなさんは、どんな戦略を考えるだろうか。（野崎）

唐木幸子バレエスタジオ

やさしいバレエの基本動作を正しく身につけて
美しい姿勢と健康を保ちましょう

「ロシア国立ペルミバレエ学校日本校」のバレエ教授法 (Diploma) 取得



唐木幸子バレエスタジオ 検索



TEL 072-721-2576

〒562-0041 箕面市桜 4-1-24 阪急牧落駅前

(公社) 日本バレエ協会会員・AODT会員



国際交流協会 (MAFGA) からのお知らせ

職員募集

12/9 (火)
※切 (書類必着)

協会職員 (常勤・契約) 募集

主にコミュニティ・カフェに携わる職員を募集します。
①常勤職員 (フルタイム) 1名 (カフェの運営および総務業務等)
②契約職員 (パート) 1名 (カフェの夕方または週末スタッフ)
※必要書類などはホームページまたは多文化交流センターで配布する応募要項をご覧ください

受験資格: 日本語での意思疎通に問題がなく、ワード、エクセル等での資料作成が可能な方 (①は、かつ普通運転免許を有し、普段から運転している方)
採用期間: 2026 年 1 月 6 日から 3 月 31 日まで (更新あり)

応募要項は HP でご確認ください

多文化体験

① 12/26 (金)
② 1/7 (水)
いずれも 14:00-16:30

多文化体験・交流・学びクラブ「まふがっこ」

地域の子どもたちが地域に暮らす外国人市民と「アート」を介して交流し、違う感性や物の見方を体験します。
① ◎サレヒー メヌシュ (イラン出身) ◎水田 プリヤ (インド出身)
② ◎中川ナバラウィー (タイ出身) ◎麻 梁子 (中国出身)

対 象: 小学 5 年生～中学 3 年生
場 所: 多文化交流センター
参加費: 無料
申込み: QR コードから



申込み

カラオケ

12/27 (土)
18:00-20:00

カラオケナイト

あなたの十八番はありますか? ワンドリンクで何曲でも歌っていただけます。よく響くチカノバの会場で歌ってください♪



場 所: 市民ギャラリー「チカノバ」
参加費: 無料 (ワンドリンク制)
申込み: 不要 (直接、お越しください)
問合せ: 072-734-8711

申込
不要

ボランティア募集

1/18 (日)
※切

みのおポスト・英語編集・翻訳ボランティア募集

箕面市からのお知らせを多言語で発信 (記事作成・翻訳 (やさしい日本語・英語) します。 ※一部の作業に謝礼あり
【説明会】① 1 月 20 日 (火) 10:00～12:00 ② 1 月 24 日 (土) 13:30～15:30 (いずれも、多文化交流センターにて開催)

対 象: 以下の全てを満たす方
・月 1～2 回の会議に出席できる
・パソコン操作ができる
・日本語で編集作業やメールができる
・左記説明会のいずれかに参加できる



申込み

キューズリビング

1/28 (水)
① 10:30-12:00
② 13:30-15:00

食でつながる、このひと、この世界

地域で暮らす外国人市民を講師に迎え、食をテーマに文化や講師の経験を紹介します。「コムカフェシェフとの多文化座談会」と題して、ざっくばらんにおしゃべりします。
◎講師: 未定 (HP 等をご確認ください!)



場 所: キューズリビング (みのおキューズモール)
参加費: 550 円 (要申込)
定 員: 各回 5 名
申込み: QR コードから



申込み

年末年始の事業について

- 箕面市立多文化交流センター (小野原図書館・comm cafe)
- 箕面市立市民ギャラリー (チカノバ)

2025 年 2026 年
…12 月 29 日 (月) ～ 1 月 3 日 (土) 休館

事業			事業	年末最終日	年始開始日
日本語教室	ささゆり (初級読み書き)	12/16 (火) 1/13 (火)	さぼると	12/20 (土)	1/10 (土)
	せいなんにほんご	12/17 (水) 1/14 (水)	こどももっと	12/20 (土)	1/10 (土)
	あかね (初級会話)	12/18 (木) 1/15 (木)	【火曜】英語・中国語	12/23 (火)	1/ 6 (火)
	せんばにほんご	12/18 (木) 1/ 8 (木)	【水曜】英語・中国語・ネパール語	12/17 (水)	1/ 7 (水)
	ひまわり	12/19 (金) 1/ 9 (金)	@大阪大学箕面キャンパス	12/25 (木)	1/ 8 (木)
	萱野にほんご	12/19 (金) 1/ 9 (金)	【木曜】英語 @チカノバ	12/20 (土)	1/10 (土)
	T.E.S. にほんご	12/13 (土) 1/10 (土)	【土曜】英語・ベトナム語	12/20 (土)	1/10 (土)
	ひがしにほんご	12/21 (日) 1/11 (日)	学生・若者が地域とつながる居場所「ひとこま」	12/18 (木)	1/ 7 (水)
国際理解のための語学講座 … 12/20 (土) ～ 1/6 (火) までお休み					

KIMONO CHALLENGER 着物教室

初めてでも大丈夫! Let's enjoy wearing Kimono!

初心者向けの着付け教室を始めます

基本の着付けから学べます

海外の方も大歓迎! 簡単な英語対応可

講師は着付け技能士1級 (国家試験) 取得

お問い合わせ anitomo23@outlook.jp



CERES_KIMONO

インスタもあります!



他団体からのお知らせ

問合せ・申込みはそれぞれの団体へお願いします。

第39回のお市民人権フォーラム

12/7 (日)
13:00 開場
13:30 開演
@メイプルホール
大ホール

戦後 80 年 人権と平和を築く”市民のチカラ” 太鼓と演劇の祭

和太鼓 ◎北芝解放太鼓保存会 鼓吹（こぶき）◎麦の鼓（むぎのこ）
演劇 演目「丸井食パン株式会社」◎市民劇団「えん」
2009 年から大東市で、「多様性を大切にし、社会問題をわかりやすく演劇にすること」「演劇のすそ野を広げること」を目的に活動している市民演劇団。発達障害のある高校生「さとみ」を受け入れた丸井食パン株式会の行方は！

参加費：全体会＋分科会…1,000 円
分科会フリーパス…500 円
主 催：みのお市民人権フォーラム実行委員会
(072-722-2470)

※参加協力券は、
協会のほか箕面市内 11 ヶ所
で取り扱いしています。



12/13 (土)
13:30-15:00
@萱野小学校
体育館

特別イベント 韓国伝統芸能 夢舞 ～日本と韓国をつなぐ 架け橋の舞～

世界サムルノリ大会で「大統領賞」、日本の全国大会で文部科学大臣賞を受賞した、建国中・高等学校の伝統芸能部による公演。

場 所：萱野小学校 体育館
参加費：無料
定 員：200 名（先着順）

12/20 (土)
14:00-16:00
@多文化交流
センター

在日外国人分科会 「はじめの一步 ～外国ルーツの子どもたちを支える 教育と地域コミュニティの役割～」

箕面市内の小中学校にも外国ルーツの子どもたちが増えています。地域の団体や保護者を含む地域住民がどのように子どもたちを地域の中で支えることができるのかを考えます。◎岩城あすか（協会職員）◎ジェイ・メヌシュ（外国人保護者/支援員）◎桑野スチタ（外国人保護者）◎山田真史（中学教員）◎大野友アンドレイア（協会職員）

場 所：多文化交流センター
参加費：分科会のみ 500 円
定 員：60 名
※手話通訳、要約筆記つき
申込み：協会（072-727-6912）
主 催：みのお市民人権フォーラム実行委員会



上映会

12/6 (土)
10:00- (朝の部)
14:00- (昼の部)

とよなかシネコン・国流シネマ『東京クルド』

故郷での迫害を逃れ、小学生のころに来日したクルド人青年オザン（18 歳）とラマザン（19 歳）。難民申請を続けながらも「仮放免」という不安定な気分にとどめられ、いつ再収容されるかわからない恐怖を抱えつつも、夢を描き続ける 2 人の姿を 5 年以上にわたり追ったドキュメンタリーの上映。

定 員：各回 50 名（申込先着順）
場所・主催：とよなか国際交流センター
（豊中市玉井町 1-1-1 エトレ豊中 6F）
参加費：無料
申込み：右記フォームから
問合せ：とよなか国際交流協会
（06-6843-4343）



申込み

講演会

12/13 (土)
13:00-16:00

みんなで創る不登校からの未来

元不登校であり、現在は吹田市でフリースクールを運営する講師の講演と、座談会・ワークをおこないます。講師に匿名で質問できる時間もあります。不登校の当事者、保護者、教育関係者、居場所作りをされている方を交えてお話ししましょう。
◎ 日野 航（NPO 法人 BONPLACE 理事長）

定 員：45 名
場 所：みのお市民活動センター多目的室
参加費：500 円＋日野さんへの寄付
申込み：右記フォームから
主催・問合せ：トーキョーコーヒー箕面
（minoh200tkcf@gmail.com）



申込み

セミナー

毎月第三木曜日
12/18 (木)
19:00-20:00

マンズリー多文化サロン イスラム編 「神戸モスク建立～戦前日本のムスリム・コミュニティ」

大阪大学の教員が、諸外国・諸地域の文化や生活などを紹介。
＊オンライン（Zoom）でも参加可能（HP から要事前申込み）
◎ 福田 義昭（大阪大学 人文学研究科 准教授）

参加費：無料
場 所：大阪大学箕面キャンパス 1F 大講義室
申込み：不要（会場参加）
外国語学部 HP から（Zoom）
主 催：大阪大学外国語学部
申込み・問合せ：072-730-5013

Zoom 参加
申込み

コンサート

12/20 (土)
14:00-15:00

よりみちコンサート

プロのアカペラユニットによるスペシャルコンサートをお楽しみください。 ◎ チェレステ・F・メルクルズ

定 員：50 名（申込先着順）
場 所：らいとびあ 21
参加費：無料
申込み：12/3 ～ TEL（072-722-7400）

TEL で
申込み

coupe de Minami

スクール coupe de MINAMI 南プロカッティング研究所

町屋で楽しく洋服をつくってみませんか？



ボディに布を直接
のせて服をつくって
みましょう！
（立体裁断）

南正枝 プロフィール（略歴）

昭和 42～45 年 フランス・パリの洋裁学校にて立体裁断、
デザイン等を修得
昭和 45～47 年 カネボウ Christian Dior アトリエでデザイナー
昭和 47 年以降 大学および専門学校での講師経験多数

◆リフォームや服のお仕立てもいたします！ ◆パターンや立体裁断も教えます。 ◆詳細はホームページあるいは下記まで直接お電話ください！

●問合せ：〒562-0012 箕面市白島 2-2-30 電話 / FAX 072 (721) 4151
E-mail info@coupe-de-minami.com URL http://www.coupe-de-minami.com

12月
December

comm cafe ランチカレンダー

コム カフェ

こちらは、多文化交流センター（小野原）のコムカフェ1号店のメニューです

- ベジタリアン、ハラル、アレルギー対応については、カフェのスタッフまでお気軽にお尋ねください。
- メニューやシェフは変わることもあります。また急きょ、協会主催事業により貸切になることもあります。
- 詳細は、Facebook/Instagram をご覧ください。



ホームページ



Facebook



Instagram



AirPAY を導入しました！

クレジット決済、各種電子決済、QRコード決済がご利用いただけます。

火・木～土

9:30-11:30

カフェタイム

11:30-14:00

日替わりランチ (1,100円)

14:00-17:00

カフェタイム

日・祝日

9:30-17:00

カフェタイム

カフェタイムはスナック・ドリンクを提供します

おしらせ

2025 年 4 月から 1 号店（小野原）の営業日が変更になっています（水曜定休です）。水曜は箕面船場阪大前駅「チカノバ」にある 2 号店がオープン（11:00-14:00&16:00-20:30）していますので、ぜひそちらをご利用ください。（クーポン利用可！）

ス… スナックの日

イ… カフェで開催するイベント

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どうようび	にちようび
1 休館日	2 コフさん 《タイ》	3 店休日	4 ス MAFGA スナック	5 ルーパさん 《インド》 VEG ラクトベジタリアン	6 協会事業のため カフェはお休み です。	7 ス MAFGA スナック
8 休館日	9 ノックさん 《タイ》	10 店休日	11 ヘバさん 《シリア》 HALAL	12 ティさん 《ベトナム》	13 協会事業のため カフェはお休み です。	14 ス MAFGA スナック
15 休館日	16 協会事業のため カフェはお休み です。	17 店休日	18 ティさん 《ベトナム》	19 協会事業のため カフェはお休み です。	20 ルーパさん 《インド》 VEG ラクトベジタリアン	21 ス MAFGA スナック
22 休館日	23 ス MAFGA スナック	24 店休日	25 ス MAFGA スナック	26 ス MAFGA スナック	27 ス MAFGA スナック	28 ス MAFGA スナック
29 12/29（月）～	30 2026/1/3（土）まで	31 comm cafe はお休みです。				

「めろん」編集スタッフ

【ボランティア】井嶋眞佐子、荻野克彦、黒田アリサ、崔聖子、鳥羽山良平、山下三千世、湯川あさ子、鷲尾則昭

【事務局】宇治野清隆、岩城あすか、河合大輔、坂口ピーター、野崎ターラー