



鈴木 勝

怒りにとらわれない ～負のスパイラルからの脱却～

心理学者のアドラーは、「人間の悩みは対人関係の悩みである」と述べている。怒りもまた同じである。怒りを消す方法を考えてみた。

- ①謝罪をする。
- ②相手に謝罪をしてもらう。
- ③仲良くなることをあきらめる。

怒りはどこから来るのか。一つには自分の思い通りに事が進まなくなった時である。対象の相手と怒りをぶつけ合い、勝った、負けたと勝負をしても、負けた方は報復(復讐)に転じるので、争いはいつになっても終わらない。

江戸時代の仇討ちが終息しないのと同じである。どちらが正しいかで争ってしまうと競争になり、怒りは収まらない。

争いからは、悲劇しか生まれない。憎しみが憎しみを呼び、泥沼化していくのである。

自分が正しいと思い争って、相手を変えようと思わないことが肝要である。相手に謝罪を求めることは、ものすごくエネルギーを使う。心を揺さぶる相当なきっかけがないと相手は変わらない。相手を認め、割り切ることが終息への近道であろう。

SNS広告に気を付けて！

インターネット上の「SNS広告」がネット通販トラブルが増えた最大の要因と言われています。契約は簡単に出来、解約は難しいのがトラブルの特徴です。中には著名人が紹介する等、一見広告と分からないステルスマーケティング(ステマ広告)もあり、注意が必要です。

事例1:「ダイエットサプリ初回限定500円。縛りなし」とのSNSの広告を見て定期購入と思わず申し込んだ。翌月も同じ商品が届き高額な料金を請求された。

事例2: SNSに「投資で儲かる」とメッセージが届き説明を受けた。セミナーに誘われ高額な料金を支払ったが実際は儲からない。

事例3: SNSの広告に「脱毛500円」を見て店に行ったが、店では高額コースを勧め、断れずに契約した。

事例4: 芸能人がSNSの動画でしわ改善美容液を使っていた。購入したがまったく効果がない。後で、ステマ広告と分かった。

SNS広告には、過激なコピー、不自然に加工された写真や動画、刺激的なメッセージ等があります。また興味を引くよう普段の行動から、ターゲットにされた広告が表示されます。申込み前に契約内容をよく確認しましょう。

トラブルや不安に思うときは消費生活センターにご相談ください。

1人で悩まず すぐ相談！

消費者ホットライン 松伏町消費生活センター

188 局番なし 又は ☎984-7208

人権
それは 愛

個性が輝く社会の実現にむけて

問合せ

教育文化振興課 ☎991-1873
企画財政課 ☎991-1815

パリ2024パラリンピック競技大会が、2024年8月28日から9月8日までの12日間にわたり、開催されます。前回の東京2020パラリンピック競技大会で日本は、史上最多となる51個のメダルを獲得し、多くの人に感動をもたらしました。

パラリンピックの始まりは、ルードウィッヒ・グットマン博士の指導により1948年にロンドン郊外にあるストーク・マンデビル病院で行われた入院患者によるスポーツ競技会で、第二次世界大戦において障がいを負った兵士のリハビリが目的でした。この大会が原点となり、1960年には、ローマオリ

ンピックと同じ会場で開催される大会にまで発展しました。

様々な障がいのあるアスリートたちが限界に挑むパラリンピックは、誰もが個性や能力を発揮し活躍できる公正な機会が与えられている場です。パラリンピックをきっかけに、一人ひとりが様々な個性を持ったかけがえのない存在として、生きがいを持って暮らせる社会の実現について考えてみませんか？

埼玉県では、8月を「人権尊重社会をめざす県民運動強調月間」として定めています。