

■この情報記事の内容 (1)『自分の未来をデザインすること』と【男女共同参画会社】 (2)名取市の男女共同参画への取り組み

(1)『自分の未来をデザインすること』と【男女共同参画会社】

男女共同参画のキーワードでもある『アンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)』という言葉を知っていますか。

誰もが持っていて、けっして悪いものではありませんが、「普通はこうだ」「そんなの無理」「こうあるべき!」という、「決めつけ・押しつけ」になったとき、自分や相手を傷つけ、未来への可能性を狭めてしまうこともある言葉です。

今回の記事は、日常にあふれるアンコンシャス・バイアスがテーマです。

子どもの頃を思い出したり、子どもの考えや将来の夢について聞いたりしながら、家族で読んでみましょう。

自分や周囲が持っているアンコンシャス・バイアスに気づき、未来について考え方の幅を広げてみませんか。

?男女共同参画とは?

『男だから、女だから』に関係なく、ひとりひとりが自分の個性や能力を発揮して、協力し合うことです。

1 アンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)チェック



名取市マスコット
カーナくん

- ☐ 消防士、警察官、プロボクサー…と聞いて、男性をイメージする
- ☐ 保育士、幼稚園の先生、子育て中…と聞いて、女性をイメージする
- ☐ 外国の人は、日本語が分からない
- ☐ パソコン作業は、若い人の方が得意だ
- ☐ 弟や妹の面倒をみることは、当たり前のことだ
- ☐ 「まじめだね」は、ほめ言葉だと思う
- ☐ たたいたり、けったりしないなら、「いじめ」とは言えないと思う
- ☐ 家事や子育ては、お母さんがやることだと思う



☑ (チェックマーク)が多いほど、アンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)が多い

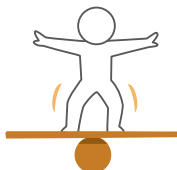


アンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)があると…

アンコンシャス・バイアスは、これまでの経験などからできており、物事をすばやく判断したり理解したりするときに役立ちます。



だれもがアンコンシャス・バイアスを持っていることを知り、それが悪い方向にはたらかないよう気をつける必要があります。



情報が時代に合わない時、思い込みによるものだった時でも自動的に判断してしまうので、自分で気付かないとなかなか直せません。



出典等:無意識の思い込みチェックシート(内閣府男女共同参画局2021年度)、アンコンシャス・バイアス診断(日本労働組合総連合会2020年)、(一社)アンコンシャス・バイアス研究所ウェブサイトを参考に、名取市作成・編集

2 『アンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)』は200種類以上あると言われています。

種 類	内 容	たとえば、こう思うことはありませんか？
同調 バイアス	みんなの言うこと、やっていることに、自分も同じように合わせたくること。	• みんなと同じでいいです。(まわりに合わせておこう…) • みんなと同じ服や持ち物じゃないと、不安な気持ちになる 
確証 バイアス	自分にとって都合のいい情報ばかりに注目し、そうでないことは軽くあつかうこと。	• 仲良しの友だちが、だれかにいじわるしているのを見ても、良い部分ばかりが見え、あまり気にならない。 
ステレオ タイプ	性別・世代・学歴などに対する思い込みから、「〇〇は、みんなそうだ」と思い込むこと。	• A型はまじめだね。 • お年寄りは、パソコンが苦手そう。 • 外国人は、英語が上手なんだろうな。 • 男の子は、みんな力持ち。 
正常性 バイアス	「たいしたことじゃない」「これくらいは大丈夫」などと、自分に都合よく思い込むこと。	• 台風で避難指示が出た？ うち、まだまだ大丈夫だろう。 • いじめだなんて大げさだなあ。子どものケンカでしょう？ 
現状維持 バイアス	「このままでいい」など、変化を避け、「これまでどおり」を望むこと。	• テスト前、いつもと同じようにゲームしちゃう。 • 自分を变えたいと思っても、「明日からやればいいか」など、つい先のばしにしまい、なかなか取り組めない。
インポスター 症候群	「私には無理だ」「どうせできない」と自分自身の能力を過小評価すること。	• まわりは大丈夫って言ってくれてるけど、私には無理だ。 • どうせ自分はうまくいかない。

3 こどもたちの問題にも、アンコンシャスバイアスが関わっている

ヤングケアラー

大人がするような家庭の仕事(家事や看病、介護など)を、日常的に行う子どもたちのこと。

「家族を助けることは当たり前」という考え方から、周囲に『やりたくない』と言いづらく、生活を支えるために、1日に何時間も家庭の仕事にかけなくてはならないことから、授業や部活への参加が難しくなったり友人関係で孤立したりします。



相談先を探せるページ
(こども家庭庁サイト)

デートDV(恋人同士で起きる暴力)

「恋人なんだから当たり前」と言われ、自分の気持ちより相手の要求を優先するようになります。

エスカレートすると、性暴力に発展したり、進路選択へ悪影響を及ぼしたりすることもあります。

- ☐ 身体的暴力(殴る、けるなど)
- ☐ 精神的暴力(心を傷つけたり、相手の自由を制限したりするなど)
- ☐ 性的暴力(相手が嫌がっても無理矢理キスする等、性的な行為を強く要求するなど)
- ☐ 経済的暴力(デート代をいつも支払わせるなど)



④ 未来を設計するとき、“男女共同参画”という視点を持ってみる

「普通はこう」「みんなそう」「どうせ無理、無駄」「～すべき」
…こういった言葉と出逢ったら、そこにはアンコンシャス・バイアスがあるかもしれません。

その“ふつう”はだれが決めたルール？
“みんな”って、どこまでの範囲なの？
本当に無理？これって自分の思い込み？



なにかにチャレンジする時、「どうせ無理だ…」と思ったら、あわせて「本当に無理かな？」と考えてみることで、なりたい自分に近づく勇気が生まれます。

男女共同参画社会は、お互いを尊重し、学校や地域など社会のあらゆる場面で誰もが個性と能力を十分に発揮し、喜びや責任を分かち合うことができる社会のことです。無意識の思い込みを超えて、“こんな自分になりたい”と、自由に未来をデザインしてください。

地域や職場、家庭などで
若者・子どもと関わる大人の方々へ

「普通は○○でしょ。こうすべきだよ」
「そんなこと将来の役にたたないよ」

思いやりからの言葉が、相手の可能性や選択の幅を狭めてしまったり、能力を発揮する機会を奪ってしまったりすることがあります。

目まぐるしく変化していく現代。これまでの経験や考え方が通じない場面に出会うとき、これからの大人には、“経験と意識を更新していく柔軟さ”も求められているのではないのでしょうか。

年代や性別などに関わらず、互いの人権を尊重しながら責任を分かち合い、個性や能力を発揮することのできる『男女共同参画社会』へ向けて、この情報紙があなたの持つアンコンシャス・バイアスについて考える一助となれば幸いです。



「子育て中だから難しいんじゃない?」「せっかく正社員なのに!」「仕事じゃなくて趣味でしょ」
さまざまなアンコンシャス・バイアスを超えて、思い描く未来を実現した人

村上 寛子さん

特定非営利法人 女性起業相談室 STEPなとり代表理事
骨盤調整専門サロン・スクール floraison (フロレゾン) 代表



質 問	村上さんのおはなし
Q: もともと会社員だったそうですが、整体サロン経営者として起業したきっかけを教えてください!	実は、昔の夢は数学の先生でした! そこから理工系の道に進む中で、システムエンジニアになり、社内システムに関する仕事をしていました。 今の仕事とは、全然違いますね。 起業のきっかけは、長時間のデスクワークと赤ちゃんの育児の時期が重なって、忙しさでボロボロになり、頭痛や身体の激痛に苦しんでいたときに出張整体を受けたこと。辛い痛みが和らいで感動しました。 自分が救われた仕事をしたい!と、スクールに通い、本やインターネットで経営について調べ…会社を辞めて起業する時には、大変な勇気が必要でした。今では本業のほか、NPOで起業相談にも対応しています。 かつての自分の行動力にはびっくりですが、それくらい強い気持ちだったんですよ。
Q: 『起業する』ことについて、周囲の方々の反応はどのようなものでしたか?	私の最初の理解者は夫でした。勇気をふりしぼってチャレンジするとき、家族の理解を得られるのは本当に恵まれていることだと思います。 ただ、周囲から「家族に頼って好きなことができていいね」「趣味みたいなものでしょ」と言われることもあり、心が折れないよう強い気持ちで一切を進める必要がありました。 そのため、起業当初は「(母/妻/経営者として)100%やらなくちゃ!」と必死でしたが、だんだん自分でコントロールできることが増えてきて、今は自分のペースで家庭と仕事を両立できていると感じます。
Q: 思い描いた未来を実現するためのアドバイスは?	最終的には、『自分がやりたいという気持ち』がどれくらいあるかが大切です。 最初から100%で取り組むことが難しい状況でも、まずは10%、20%…と、できることから挑戦を積み重ねてみてください。いつでも、自分の気持ちの強さが原動力になります!



女性起業相談室
STEPなとりサイト



←NPOと名取市との協働提案事業『起業の進め方・考え方を学ぶ』の様子。

起業に興味を持つ女性たちが情報交換をするイベントで、村上さんはファシリテーターを務めた。

(2) 名取市の男女共同参画への取り組み(令和6年度 市民協働課実施分)

名取市では、令和2年3月に策定された『第三次名取市男女共同参画計画』に基づき、男女共同参画社会への実現へ向けて、さまざまな取り組みを行っています。

女性活躍支援関係

- ① 女性活躍支援セミナー ①「働くうえで知っておきたい!ライフプランと家計設計」
②「ライフステージに合った生き方・働き方を考える 女性のライフキャリアデザインセミナー」
- ② NPO法人 女性起業家相談室 STEPなとりとの共催事業 ①『女性起業家応援セミナー&交流会』②起業相談会(3回)
- ③ 他機関との連携 ①マザーズハローワーク青葉との連携事業 ・出張相談(年12回開催) ・ミニセミナー(2回)
②みやぎ女性のキャリア・リスタート支援センター 個別相談会(1回)
- ④ 下増田児童センター共催『しもフェス×マルシェ』(地域団体の出展、男女共同参画啓発ブース設置等)
- ⑤ きらめく!名取の人と人〜私らしく、あなたらしく実行委員会事業 会議、まなびイベントへの参画 など



① 女性活躍支援セミナー



④ 『しもフェス×マルシェ』会場

学生や若年層への啓発活動

- ⑥ 仙台高等専門学校 名取キャンパスとの共催事業
①小中学生向けものづくり公開講座(理系人材育成関連) ②高等学校祭・男女共同参画啓発ブース出展
- ⑦ 男女共同参画推進委員会による男女共同参画情報紙の発行



⑥ 仙台高等専門学校 名取キャンパスを会場に開催された公開講座やキャンパスツアー、学校祭での男女共同参画展示ブースの様子

多様性に関する理解促進

- ⑧ 子育て支援講演会「多様性を認め合う社会へ向けて、保護者/支援者が出来ることは?」
～LGBTQ+とその家族について考える～(講師:勝又栄政 氏、共催:市こども支援課)

その他、男女協働参画に関する啓発活動

- ⑨ 各種啓発事業
 - ①市内巡回パネル展(みやぎ生協 名取西店様ほか)
 - ②男女共同参画ワークショップ(家事見える化シート、アンコンシャス・バイアスクイズラリー)
 - ③男女共同参画週間や女性に対する暴力をなくす運動期間における啓発活動
 - ④男女共同参画に関する取組状況の全庁調査
 - ⑤事業者向けワーク・ライフ・バランス啓発活動
 - ⑥みやぎの女性つながりサポート型支援事業の広報支援(県・NPO主催)
 - ⑦みやぎ女性活躍ネットワーク事業への協力(県・NPO主催) …など。

お知らせ

「令和6年度 なとりまなびフェスティバル」にて、男女共同参画ブースを出展予定です。ぜひお立ち寄りください!

■開催日:
令和7年3月15日(土)

■開催会場:
名取市文化会館
大ホール ホワイエ内

この情報紙は2004年から発行されています。バックナンバーは右記の二次元コードから!



編集・発行／名取市男女共同参画推進委員会
お問合せ先(事務局)／名取市企画部市民協働課
☎724-7146 ✉ kyodo@city.natori.miyagi.jp