

“男女共同参画推進フォーラム”実行委員募集中

男女共同参画推進フォーラムは、性別にとらわれず誰もが生き生きと暮らせる社会を目指して、毎年開催しているイベントです。様々な分野で活動する団体による出展や講演会など楽しく参加できます。企画運営に協力いただける方・団体を募集しています。興味のある方は調布市男女共同参画推進センターまでお問合せください。

調布市男女共同参画推進センターのご案内

■ 相談事業

- ・女性の生きかた相談 (50分)
- ・働く女性の人生相談 (50分)
- ・女性のヘルスケア相談 (40分)
- ・男性のための相談 (50分)
- ・女性の生きかた相談〔電話〕
- ・女性のための法律相談 (30分)
- ・女性のための仕事&生活サポート相談 (50分)
- ・多様な性に関する相談 (50分)

◎相談無料 保育あり (1歳~就学前まで・要予約)

■ 講演・講座・サロンの開催

男女共同参画に関する講演・講座のほか、ファシリテーターと一緒に少人数で安心して話せる場として“ほっとサロン”を開催しています。様々なテーマで実施しています。

■ 図書・雑誌の閲覧・貸出

男女共同参画に関する図書・雑誌の閲覧・貸出を行っています。絵本コーナーもあります。

★詳しくは、HP または電話にてお問合せください。

調布市男女共同参画推進センター

〒182-0022 調布市国領町 2-5-15 コクティ 3階 (市民プラザあくろす内)

月~金曜日 8:30 ~ 17:00 (土日祝日, 休館日を除く)

TEL 042-443-1213 メール danjyo@city.chofu.lg.jp

発行: 令和7年3月 調布市多様性社会・男女共同参画推進課



無意識の思い込み

あなたも持ってる!!?

アンコンシヤス・バイアス

男性は泣いてはいけない

デート代は男性が支払う

家事や介護は女性の担当

モヤモヤ

モヤ

モヤモヤ

モヤ

モヤモヤ

無意識の思い込み それが“アンコンシャス・バイアス”

性別

- ・男性は家の大黒柱
- ・女の子はピンク、男の子はブルー
- ・女性はスイーツが好き
- ・女性は気が利く
- ・男性は機械に強い、女性は裁縫ができる
- ・女性は細やか、男性は大胆
- ・力仕事は男性の仕事



地域

- ・九州の人はお酒が強い
- ・関西の人は面白い
- ・都会の人は冷たい



LGBTQ

- ・美容に詳しい
- ・ゲイの人はマッチョ

年齢

- ・若者はパソコンに強い
- ・高齢者は時代劇が好き
- ・年上の部下は扱いにくい



人種・国籍

- ・外国人なのに日本語が上手
- ・日本人ほど時間を守る国民はいない
- ・外国人は自己主張が強い

医師、キャビンアテンダント…。これらの職業名を聞いて、皆さんはどのような性別を思い浮かべるでしょう？ 医師=男性、キャビンアテンダント=女性。実際には、女性の医師も、男性のキャビンアテンダントも活躍しています。

このような“無意識”の“思い込み”をアンコンシャス・バイアスといいます。自分や周りの人の

可能性を狭めていたり、知らないうちに相手を傷つけていたりすることがあります。

アンコンシャス・バイアスは日常生活にあふれ、誰でも持っているものです。一人ひとりが、自分の認識を確認し、気づくことによって、誰もが生きやすい社会になっていきます。



見た目

- ・眼鏡をかけている人は真面目
- ・背の高い人はスポーツができる
- ・服装が派手な人は目立ちたがり

障害

- ・聴覚障害者は手話ができる
- ・障害があると好きな仕事に就くのが難しい



ほかにも、血液型や職業、学歴等、様々なところにアンコンシャス・バイアスが潜んでいます。

性別による アンコンシャス・バイアス

アンコンシャス・バイアスは、様々なところに存在しており、性別によるものも多くあります。「男性は仕事をして家計を支えるべき」「女性には女性らしい感性がある」など、性別を根拠に役割を分けることを“性別役割分担意識”と言います。

家庭では女性の家事負担が大きくなるほか、地域活動でのリーダーや役職は男性が担う、PTA活動は女性が参加する、といった思い込みもあります。仕事においても職業選択の幅を狭くするなど、無意識の思い込みが、多様な生き方や働き方を阻害することにもつながります。



アンコンシャス・バイアスと向き合うために

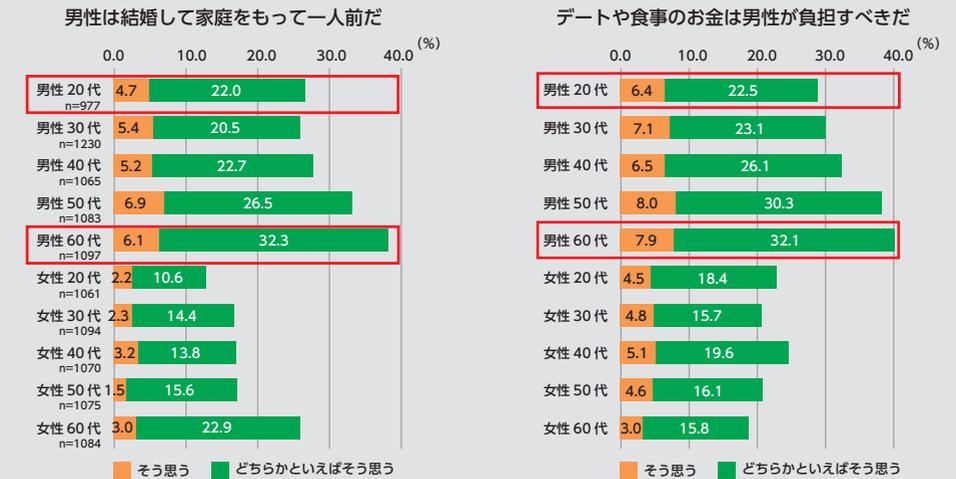


自分と違った価値観や意見に出会った時に、自分の考え方は正しいのか、と自分自身に問いかける習慣をつけることが重要です。自分が思う「普通」「〇〇すべき」という考え方が決めつけでないか、妥当性を検証してみましょう。

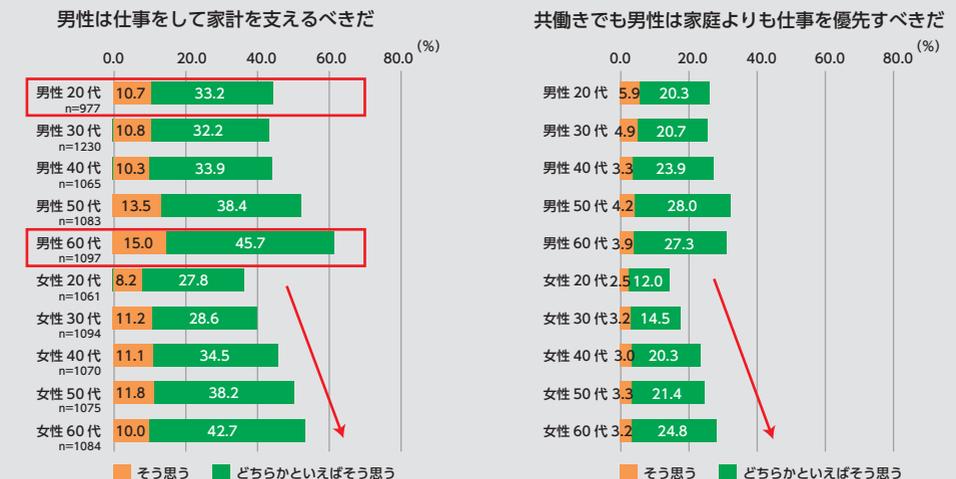
例えば、会話をしている際、相手の声のトーンや表情が曇った時は、自分の言動に問題がなかったのか、振り返ってみることが大切です。

実際にデータを見てみると…

「男性は結婚して家庭をもって一人前だ」「デートや食事のお金は男性が負担すべきだ」とも、「そう思う傾向」が、いずれの年代でも男女間で大きな差があるが、男性間においても20代と60代で大きな差がみられる。



「男性は仕事をして家計を支えるべきだ」は、「そう思う傾向」が、いずれの年代でも男女間で大きな差があるが、男性間においても20代と60代で大きな差がみられる。「男性は仕事をして家計を支えるべきだ」「共働きでも男性は家庭よりも仕事を優先すべきだ」とも、女性は年代が高いほど「そう思う傾向」が強い。



“アンコンシャス・バイアス” チェックリスト

自分の中にある無意識の思い込みを確認してみよう！

- 仕事より育児を優先する男性は仕事へのやる気が低い
- 親戚や地域の会合で食事の準備や配膳をするのは女性の役割だ
- 女性に理系の進路（学校・職業）は向いていない
- 男性は人前で泣くべきではない
- 女性には女性らしい感性があるものだ
- 男性なら残業や休日出勤をするのは当たり前だ
- 組織のリーダーは男性の方が向いている
- 女性の上司には抵抗がある
- PTA には、女性が参加するべきだ
- 実の親，義理の親に関わらず，親の介護は女性がするべきだ
- 男性は結婚して家庭をもって一人前だ
- 家事・育児は女性がするべきだ
- 同程度の実力なら，まず男性から昇進させたり管理職に登用するものだ
- 共働きでも男性は家庭より仕事を優先するべきだ
- 女性は感情的になりやすい
- 育児期間中の女性は重要な仕事を担当すべきではない
- 男性は仕事をして家計を支えるべきだ
- 女性は正規雇用にこだわらなくともよい
- 女性社員の昇格や管理職への登用のための特別な教育・訓練は必要ない
- 大きな商談や大事な交渉事は男性がやる方がいい
- 女性には高い学歴やキャリアは必要ない
- 事務作業などを簡単な仕事は女性がするべきだ
- 自治会や町内会の重要な役職は男性が担うべきだ

出典：内閣府男女共同参画局「無意識の思い込み（アンコンシャス・バイアス）チェックシート」

調布市 男女共同参画推進フォーラム 実行委員に聞いてみた！



フォーラムの打合せをする山田さん（左）と坂井さん（右）

「普通」は多様で変化するもの

山田 真弓さん

親の働き方・家事育児バランスなどの育ってきた家庭環境に加え，報道や教育，さらにはその時代の風潮が私たちの「普通」をつくり，アンコンシャス・バイアスとして潜在的に育まれていくのだと思います。

私の場合は，共働きで父が育児に積極的な家庭で育ち，それが「普通」でした。でも，様々な家庭があり，人それぞれ「普通」は違います。我が家では，在宅兼業主夫の夫

と外勤の私という時期があり，子どもの卒園時には「お父さん，ご飯を作ってくれてありがとう。お母さん，お仕事を頑張ってくれてありがとう」とメッセージをもらいました。その後，役割が逆転し，子どもの「普通」も変化しています。

「普通」は多様で変化するもの。だからこそ，私たちも時代や環境に合わせ，自分の意識を柔軟にアップデートしていきたいものです。

「ごめんなさい」その一言で救われる

坂井 未夢さん

自分が思う女らしさ男らしさを自分が実践する事は問題ありませんが，他の人（家族であっても）に言うのは強要になります。

実際，私も聞き覚えがありますし，言われた事もあります。女なら料理しろ，男なら涙を見せるな，女は家の事をしろ，男は長髪にするな，など。私も昔は「車の運転は男性で女性は助手席で良い」とか「男性は外回りで女性は事務仕事」など，口に出して言ったことはありませんが思っていた

頃もありました。

それは女のすること，それは男がすること。今はほとんど言われなくなりましたが，これらの言葉に悩み，苦しみ，最後には自ら命を絶つ人もいます。決して大げさではありません。

もしもその言葉で相手に嫌な思いをさせたら，素直に謝れば良いのです。「ごめんなさい」その一言で救われる人もいる事を覚えておいてください。