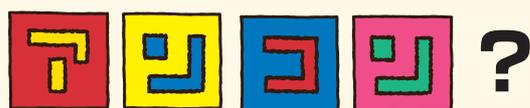


男女共同参画社会をともに考える



ムーブ

これって私の



vol.

52

無意識の思い込み(アシコシシャス・バイアス)で
誰かを傷つけたり不快にしているかも



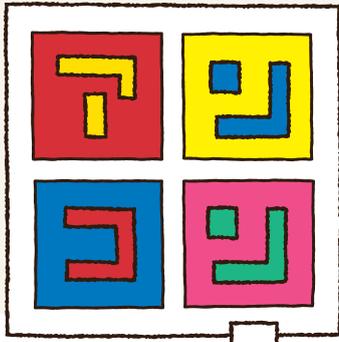
男女共同参画情報紙通刊 82号『MOVE』Vol.52 令和5年4月1日(年2回発行)

発行 練馬区総務部人権・男女共同参画課 練馬区豊玉北6-12-1(3993-1111(代表)、5984-4518(直通))

MOVEとは、「うごく」という意味のほか、男女がともにより良い社会づくりに向け「行動する」、そして「感動する」という意味をこめて命名しています。



練馬区



に
気づこう!

アンコンシャス・バイアスとは

Unconscious Bias

無意識のうちに“こうだ”と思う、思い込みのこと。

男だから
大黒柱?



男は仕事、女は家庭

といった性別による固定的役割分担を
無意識に決めつけていませんか?

女だから
家のこと?



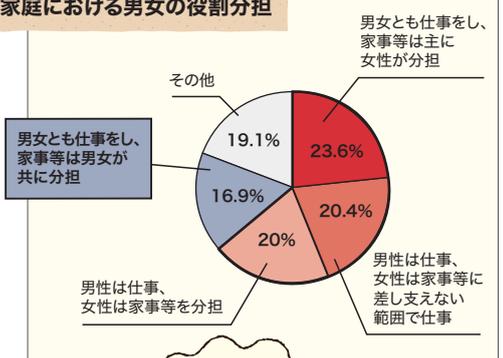
※ 練馬区民の意識は

家庭における男女の役割分担について

「男女とも仕事をし、家事等は男女が共に分担する」という考え(理想)を持っている人は、59.4%となっているが、実際に実現している人は16.9%となっている。



実際の家庭における男女の役割分担



子どもについて

「女の子は女の子らしく、男の子は男の子らしく育てるのが良い」と考える人は、全体では半数以上の50.6%、男性では64.4%となっている。



男性だけがビール?

64%は家事等を女性が担ってるんだ!



無意識の思い込みは日常に溢れています

例えば...

- 男子は活発で、女子はおしとやか
- 血液型で性格を判断する
- “手作り弁当”と聞くと、母や妻が作っていると思う



- 男女でビールとジュースを注文したら、男性側にビールを置く
- 見た目が外国人だと日本語が話せないと思う
- 単身赴任している“親”と聞くと“父親”を思い浮かべる

※平成30年度「人権・男女共同参画に関する意識と労働実態調査」より

思い込みは日常にあふれていて、誰にでもあるものです。それが周囲への思いやりや気づかいにつながったり、役に立つこともあります。ただ、自分の思い込みによって、誰かが生きづらさや、働きづらさを感じていることはないか、考えてみることも大切です。



何が問題なのか

悪気がなくても、知らず知らずのうちに相手を傷つけていることがあります。

- お母さんが単身赴任？ お子さんがかわいそう…
 - 若いからパソコン得意でしょ
- 家庭によって様々です。
→ 得手不得手は人それぞれです。

性別や属性で任せる仕事を決めることで、成長やキャリアに影響を及ぼすことも考えられます。

子育て中の社員に配慮のつもりで「お子さんもいるし、出張は他の人をお願いするね」と伝えた場合、「助かった」と思う人がいる一方、「自分が行きたかった」と思う人もいるかもしれません。



豆知識

マミー
トラック
とは

マミー＝母。トラック＝競技場の周回コースを表現。子どもがいる女性、または産休や育休から復帰後の女性が、会社などで昇進や昇格が難しくなり、キャリアコースではなく同じ周回をグルグルと周るような、キャリアの一線から退く働き方になることを意味しています。



気を付けたいこと



自覚がないのが厄介なところです。相手の話を聴いて、対話する姿勢が大切です。

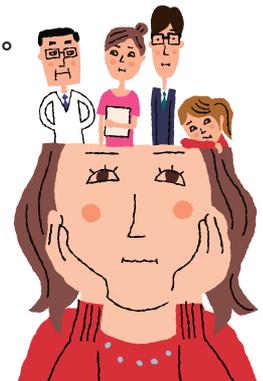
- 「普通はこうだ」「どうせ無理だ」「こうあるべきだ」と決めつけないようにしましょう。
- 相手の表情や態度の変化に注目してみましょう。

自分の“常識”が悪影響を及ぼすことがあるかもしれない…という意識を持つことも必要です。

自分の思い込みに「気づく」ことが大切です。また、言動を受け取った際に違和感を感じたり、自分の意図と違う可能性があるときには、自分の思いを伝えてみましょう。



思い込み
なのかな？





アンコンシャス・バイアスに 向き合うことで可能性は広がる！

インタビュー

アンコンシャス・バイアスについて、聞いてみました。



西武鉄道
指導主任運転士

宇都宮奈央さん

実は小さい頃の夢は漫画家でした(笑)。鉄道会社には、就職活動の時に初めて興味を持ちました。西武線沿線に住んでいたこともあり、西武線には子どもの頃から愛着があり、自分が西武鉄道に入社して西武鉄道を好きになってくれる人を増やしたいと思ったんです。お客さまと間近で接する現場の仕事がしたいと思い、旅客サービスの専門職を選びました。専門職は駅員や車掌、運転士などの業務に携わります。専門職を選んだ30人中、女性は6人でした。

女性の割合は昔よりは随分増えています。仕事上で男女の違いはありません。災害や事故なども男女関係なく現場で対応しますし、昇進試験も年齢、性別に関係なくやる気がある人は受けられるようになっています。勤務形態は1週間に2回程度泊まり勤務があります。不規則な生活なので、プライベートでは体力の回復に努めつつ、ヨガや一人旅で心身を整えています。仕事で、女性の運転士さんかっこいいねと言っていただけ時は本当に嬉しいですし、こんなに楽しい仕事は他にはないと思っています。

私が入社した時にはすでに女性の運転士さんや車掌さんがいらっしやっただので、運転士は男性にしかできないという考え

「自分は大丈夫」「自分には偏見がない」と決めつけず
自分の物差しを疑うことで、本当にやりたいことが見つかります。

はありませんでした。しかし両親からは「そんな危険な仕事務まるのか？」と心配され、友達からは「どうして運転士を目指すの？」と驚かれました。私自身も、入社した時はずっと駅員として勤務をしていくものだと思っていました。自分には運転士のような責任の重い仕事はとてできないと決めつけていたんです。その時はすでに女性の運転士さんが活躍していたのですが、私にとっては雲の上の人のような存在でした。しかし、先輩方が仕事の幅を広げて活躍しているのを見ているうちに、私も先輩のようになりたい、背中を追いかけたいという気持ちになりました。

また、女性は仕事と子育てを両立しながらのキャリアアップは難しく、働き方が限られているのではないかという思い込みがありました。しかし最近では子育てをしながら運転士の研修を受けたり昇進している女性も増えてきています。前例がないことでも声を上げて、自分の希望を伝えることで自発的なキャリア形成をしている女性を目の当たりにし、自分自身の思い込みが取り払われたのを感じました。

今後働く上では、多様な個性や働き方を受容し、前例のないことに挑戦する後輩の背中を押せるような人になりたいと思いました。

世の中全般で職業に対する無意識の偏見のようなものは変わってきていると感じます。以前は「なんで女性なのに運転士になったの？」と聞かれた時に、自分は世間とズレているのかな？と思ったこともありましたが、しかし、ドラマなどでも女性パイロット、自衛官、レスキュー隊などが取り上げられるようになり、多様性を推進する流れのなかで世の中が変化をしていると感じます。

これから職業を選ぶ女性には、女性らしさという曖昧な定義や役割にとらわれずに、自分の性格や個性を考え、自分らしく取り組むことができる仕事を見つけて欲しいと思っています。

自分には思い込みはないと思わず、自分の物差しを疑うことも大切かもしれません。





東京都立高校 定時制課程教員

徳久聡亮さん

東京都立高校定時制教員になり6年目になります。定時制の教員として働くようになり、私自身が思い込みだらけだったと感じました。

様々な生徒が通う定時制は、多様性を学べる良い環境。 色々な人がいて色々な考えがあることを知って欲しいです。

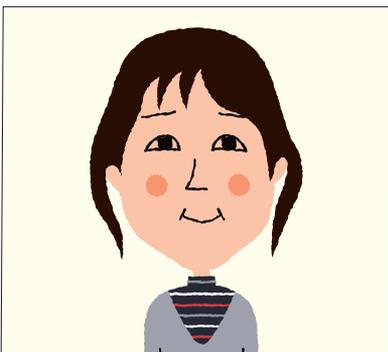
定時制には様々なバックグラウンドを持った生徒が通っています。今まで関わってきた学校との違いに、教員としては日々壁にぶつかり、戸惑う毎日でした。

一度、「保護者は母親だ」と思い込んでしまったことがあり、生徒に「お父さんじゃないよ」と言われ、ハッとしたことがあります。今は自分の思い込みを取り除くように常に意識をしていますね。

様々な生徒がいますので、入学したの頃は生徒同士お互いに無意識の偏見があったかもしれません。しかし一緒に学校生活を送るにつれて仲間意識が芽生えお互いを認め合い、1年もたたないうちに仲良くなっていますね。

世間は、わからないことを「こうに違いない」と思い込んで排除しようと考えてしまう傾向があります。中には無意識の偏見にさらされ傷ついてきた生徒も少なくありません。だから、学校では生徒がいつでも安心できる環境を作ってあげたいと思っています。

また、中学校を卒業したらすぐに高校に行くという事自体も思い込みかもしれないと感じます。本校には50歳近い生徒もいました。その時何らかの事情で高校に行けなくても、学びたいと思った時にいつでも来られる場所でありたいです。



練馬区立小学校教員

Kさん

私たち大人も、幼い頃に耳にした「女の子なんだからおしとやかにしなさい」「男の子なんだから泣いちゃダメ」などの言葉にまだ縛られてしまっているのかもしれないと感じています。意識をしていないと、

子どもたちは元々は思い込みもない純粋な存在。 しかし、親や周りの大人から影響を強く受けてしまいます。

同じようなことを子どもに言うてしまうことがありますよね。教員として、もし子ども達が無意識の思い込みでお友達を傷つけるようなことを言うてしまった時、子どもたちにも正しい説明をするため、正しい知識を持つようにしています。

例えば、ピンクの服を着ている男の子をからかう子がいたら「ピンクを着こなすなんて、おしゃれだよー」と言ってあげることで、そうか、男の子だってピンクを着ても良いんだということを伝えていきます。子どもたちは悪気があるわけではないので、良いということを伝えてあげればいいのかと思います。

無意識の思い込みは職員室でもありま

す。若い教員はパソコンが得意のかなと思い込んでしまったことがあるので、それぞれの個性を見て判断しようと思っています。また、私自身のことで言うと、休日出勤をした際に保護者の方に「お休みの日もらしているんですか？ご主人優しいですね。」と言われたことがありました。保護者の方はそんなつもりはないかもしれないのですが、「子どもはお母さんが面倒を見るべき」と言われたように感じました。

アンコンシャス・バイアスは思いやりや優しさのつもりで言ったことが相手の捉え方で変わります。自分の行動も気をつけていかないと感じます。

アッココッコ チェックシート

「Yes」と思う設問の 部分にチェック「✓」を入れて自分の中の“アンコン”をチェックしてみよう!



職場編

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 仕事より家庭を優先する男性は仕事へのやる気が低い | <input type="checkbox"/> 独身ならいくらでも残業ができるはずだ |
| <input type="checkbox"/> 男性なら残業や休日出勤をするのは当たり前だ | <input type="checkbox"/> LGBTの人は自分の職場にはいない |
| <input type="checkbox"/> 組織のリーダーは男性の方が向いている | <input type="checkbox"/> 履歴書の性別欄「男・女」は当たり前だ |
| <input type="checkbox"/> 女性は単身赴任や出張を断りがちだ | <input type="checkbox"/> 生理休暇は申請しづらい |
| <input type="checkbox"/> 子育て中の女性は重要な仕事を担当すべきでない | |
| <input type="checkbox"/> 来客へのお茶出しは女性の方が良い | |
| <input type="checkbox"/> 高齢の社員はパソコンが苦手だ | |
| <input type="checkbox"/> 飲み会の幹事は若手の仕事だ | |
| <input type="checkbox"/> 管理職(上司)は何でも知っている | |
| <input type="checkbox"/> 子どもが病気になったら仕事を休むのは母親だ | |



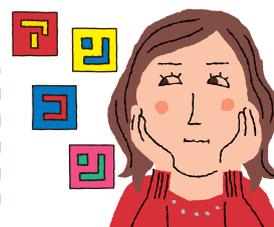
日常編

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 料理は男性より女性の方が得意だ | <input type="checkbox"/> 飲み会の最初の一杯はやっぱりビールだ |
| <input type="checkbox"/> 女性に理系の進路(学校・職業)は向いていない | <input type="checkbox"/> 女性はおしゃべりだ |
| <input type="checkbox"/> 男性は人前で泣くべきではない | <input type="checkbox"/> 長男が家を継ぐべきだ |
| <input type="checkbox"/> 男性は車の運転がうまい | <input type="checkbox"/> 女性は地図を読むのが苦手だ |
| <input type="checkbox"/> 男性は結婚して家庭をもって一人前だ | <input type="checkbox"/> 若者は根性がない |
| <input type="checkbox"/> 家事・育児・介護は女性の方が向いている | <input type="checkbox"/> 太っている人はよく食べる |
| <input type="checkbox"/> デート代は男性が払うべきだ | <input type="checkbox"/> 高齢者は頭が固い |
| <input type="checkbox"/> 外国人は日本語がわからない | <input type="checkbox"/> 結婚して子育てしてこそ幸せだ |
| <input type="checkbox"/> 高齢者は演歌が好きだ | <input type="checkbox"/> 異性を好きになることは当たり前だ |
| <input type="checkbox"/> バレエは女の子の習い事だ | <input type="checkbox"/> 制服は男の子はスラックス、女の子はスカートだ |



アンコンシャス・バイアスは誰にでもあります。チェックがつくことが悪いということではありません。

しかしそれを、“当たり前”と決めつけることで、傷つく人がいるかもしれません。まずは、自分自身の「アンコン」に気づくことが大切です。





松井俊子

MOVE編集委員 40代 最近フリーランスとして独立 東京青年会議所練馬区委員会2022年委員長

アンコンシャス・バイアスという言葉は聞きなじみがなかったのですが、意味を調べてみると思い当たる節が

よくありそうなステレオタイプのなも

の他にも、自分を縛っている思い込みが多々ありました。会社に属しているときは、定時で帰るとちょっと後ろめたい(=定時で帰る自分は情熱が不足している)とか、社長って偉い人(=自分は偉くない人)とか。そうやって自分で自分を縛っている価値観、本当は嫌なのに我慢しているものって、相手に対してもその価値観で縛ってしまうんですね。定時に帰るなんて!”とってしまったり、人間関係を上下で見てしまったり。でも、好き嫌いや得意不得意があるのがいい、いろんな価値観があるのがいい、立場で上下ができるものでもない。

日本人は空気を読むという能力に長け

ていると言われますが(これもアンコンシャス・バイアス?)、マスメディアや社会が作りだした当たり前に固定されることなく、一人一人が自分の価値観を言語化することが大事なのかもしれません。それをちゃんと言葉にして共有し合い、「そういう価値観もあるんだね!”って認め合えたらいいなって思っています。

自分が見てきた世界は、広い世界のほんの一部でしかないの、自分の常識で自分も相手も縛らない。違って当たり前だから、受け入れられなくてもいい、認め合えれば共存できると思うんです。まずは私から。



A.K

MOVE編集委員 娘2人の4人家族 主婦・アルバイト 地域サークル役員、練馬区登録手話通訳者としても活動中

「B型の末っ子」といえば、喜怒哀楽が隠せないわがままなお調子者、そんな無意識の思い込み、イメージはありますか? 私はB型の末っ子です。学生の頃、それ

を仲間うちによく逃げ道として使っていました。自分勝手な言動をとっては「B型の末っ子だから許してね」と。友人たちも笑って許してくれていました。世間一般のイメージ、アンコンシャス・バイアスを利用(?)していたことになりませんか。

人から言われて苦しかったのは、結婚後の「赤ちゃんはいつ?」です。結婚したらすぐに子どもができるという思い込みを押し付けられているようで大きなプレッシャーを感じました。言っている本人は悪気はなく、むしろ楽しそうに言ってきます。私自身、すぐに子どもはできると思っていたのに思うようにできなかったのが苦しかったです。

また、人に手を貸したら「自分でやりたかった」と残念そうに言われたこともあり。目の前の状況に条件反射的に動いた結果でした。この人には無理だから私が代わりにやろうと考えたつもりはなく、私の中のアンコンシャス・バイアスが動き、先走りした結果だと思っています。その人のやる機会を奪い、残念な気持ちにさせてしまいました。

今回、アンコンシャス・バイアスはなくすることはできないけど、自分の言動の傾向を知り、コントロールをすることが大事だと思いました。皆さんはどうでしょうか。考えるきっかけになったら嬉しいです。



LGBTの人、あなたの周りにはいない?

LGBTは、レズビアン、ゲイ、バイセクシュアル、トランスジェンダーの頭文字からなる性的マイノリティの総称の一つです。各種調査によると、日本では左利きの人数と同程度の5%~10%の人が性的マイノリティと言われてています。

LGBTは見た目では分からないからこそ「いない」と思い込んでしまいがちですが、身近に「いない」のではなく「見えていない」だけかもしれません。家族、友達、隣人、職場の同僚など、あなたの周りにも、思い込みの言動で嫌な思いをしている人がいるかもしれないという意識を持つことが大切です。

2022年11月に、“多様な性”への理解を深めて、“性的マイノリティの方が暮らしやすい環境づくり”につなげる制度「東京都パートナーシップ宣誓制度」の運用が始まりました。都が提供するサービスや区営住宅の申し込みなどに活用できます。

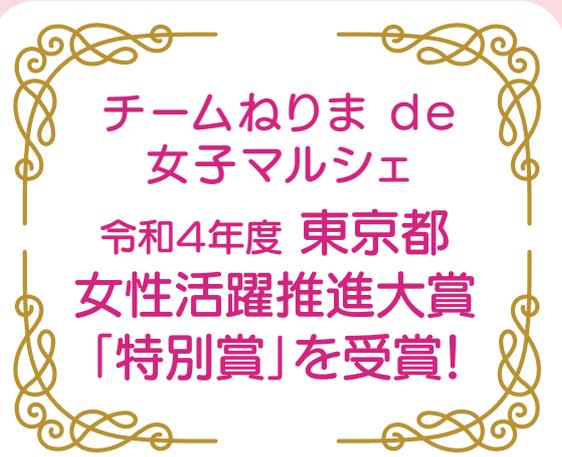


東京都HP





Illustration&Design アンドアン



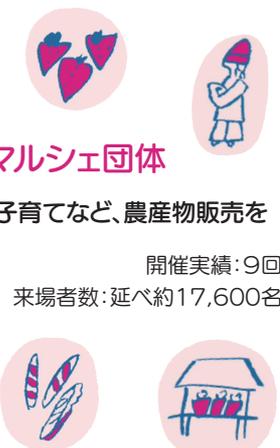
東京都では、女性の活躍推進について優れた取組を行っている企業や団体、個人を東京都女性活躍推進大賞として表彰しています。このたび、過去最多64件の応募の中、「チームなりまde女子マルシェ」が「特別賞」を受賞しました。

チーム なりまde女子マルシェ とは

農業に従事する女性を中心とする、女性だけのマルシェ団体

「話して・知って・食べて・楽しんで・つながる」をテーマに、防災や子育てなど、農産物販売を超えたテーマも扱いながら会話を楽しむマルシェを企画・開催

飲食店や区保健相談所など様々な団体と連携しながら
女性農業者が活躍できる場
 農家と消費者の架け橋に



マルシェの様子▲

開催実績：9回
 来場者数：延べ約17,600名



令和5年2月15日(水)
 東京都庁にて行われた
 贈呈式の様子

最新のマルシェ情報は、練馬区公式アプリ「とれたてなりま」をチェック!



App Store
 からダウンロード

Google Play
 で手に入れよう



「男女共同参画」の
 視点にたった

フリーイラスト
 使用できます!



FREE

情報発信のツールとして「フリーイラスト」を作成しています。
 イラスト使用に関する規約を守っていただければ
 無料で使用することができます。チラシなどにぜひご利用ください。

全イラストは
 こちらから



利用方法は
 こちらから

