



アンジュールはフランス語で「ある日」という意味。一人ひとりの「ある日」を紡いでいきたいという願いを込めた情報紙です。

青森市男女共同参画情報紙

— 性別・世代・時代を超えて —

2024.3  
NO.64

## 男らしさ と 女らしさ

**男の子なんだから泣かないの!**

**力仕事は男性に任せよう**

**男なら結婚して家庭をもって一人前**

**男性は大黒柱だから稼がないと!**

アンコンシャスバイアス

**無意識の思い込み**

かも!?

**美容に興味がないなんて女らしくないね**

**女の子らしく振るまいなさい!**

**女性なのに管理職だなんて...**

**母性があるって、家事・育児が得意**

### 「男らしさ」「女らしさ」と聞いて、あなたは何を思い浮かべますか?

人によって、思い浮かべる「男らしさ」「女らしさ」は違うかもしれません。

そのイメージはすべての男性・女性に当てはまるのでしょうか。

もしかしたら、そのイメージにより、誰かを傷つけたり、自分の行動や感情を制限していたりするかもしれません。

そこで、今号では誰もが持っている「無意識の思い込み(アンコンシャス・バイアス)」について、取り上げます。

ぜひ、自分の「無意識の思い込み」を発見してみてください。

## 配偶者暴力防止法が変わります



配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護等に関する法律(通称:配偶者暴力防止法)は、配偶者からの暴力に係る通報、相談、保護、自立支援等の体制を整備し、配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護を図るため、平成13年に成立した法律です。

この配偶者暴力防止法が令和5年5月に改正され、令和6年4月から、重篤な精神的被害を受けた場合にも対象となる等、保護命令(※)制度が拡充されます。主な改正のポイントは以下のとおりです。

### ※保護命令とは?

地方裁判所が、被害者の申し立てにより、相手配偶者(事実婚、生活の本拠を共にする交際相手を含む)に対し、下記の命令を発令する制度

- 被害者への接近禁止命令
- 被害者への電話等禁止命令
- 同居する未成年の子/親族等への接近禁止命令
- 退去等命令

### 主な改正のポイント

	改正前	改正後
接近禁止命令等の申立てをすることができる被害者	・身体に対する暴力を受けた者 ・「生命又は身体」に対する加害の告知による脅迫を受けた者	・身体に対する暴力を受けた者 ・「生命、身体、自由、名誉又は財産」に対する加害の告知による脅迫を受けた者
接近禁止命令の発令要件	更なる身体に対する暴力により身体に重大な危害を受けるおそれ大きいとき	更なる身体に対する暴力又は <b>生命・身体・自由等に対する脅迫</b> により <b>心身</b> に重大な危害を受けるおそれ大きいとき
接近禁止命令等の期間	6か月間	<b>1年間</b>
退去命令の期間	2か月間	<b>住居の所有者又は賃借人が被害者のみである場合には、6か月間(原則は2か月)</b>
保護命令違反の罰則	1年以下の懲役 又は 100万円以下の罰金	<b>2年以下の懲役</b> 又は <b>200万円以下の罰金</b>

配偶者暴力防止法改正の詳細については、内閣府男女共同参画局ホームページでお知らせしています。  
([https://www.gender.go.jp/policy/no\\_violence/e-vaw/law/32.html](https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/e-vaw/law/32.html))

### ひとりで悩まず、まずはご相談を



青森市では、支援を必要とするDV被害相談者のため、継続的な相談、複数の手続の一元化など、相談者の立場に立ったワンストップ支援を行うため、青森市配偶者暴力相談支援センターを開設しています。DVは、重大な人権侵害です。配偶者・パートナーからの暴力にお悩みのかたは、ひとりで悩まず、まずはご相談ください。

**青森市配偶者暴力相談支援センター 017-734-5318** 月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く)、午前8時30分から午後5時00分まで、原則、女性が対象

#### <発行>

青森市 市民部 人権男女共同参画課  
〒030-0801 青森市新町1-3-7  
TEL 017(734)2296 FAX 017(734)5765

#### <編集スタッフ>

相馬 千佳子(青森市男女共同参画プラザ「カダール」)  
越田 安耶子(青森市働く女性の家「アコール」)

※転載ご希望の場合はご連絡ください。



『Un Jour』へのご意見・ご感想をお待ちしております。



### 無意識の思い込みと言葉遣い

「無意識の思い込み」は、私達が普段使用している言葉遣いにも影響します。会話をする時に、「彼氏」「彼女」や「夫」「妻」といった、異性との関係性を前提とした表現を使用している場面は少なくありません。しかし、相手のかたが異性だけでなく、同性である場合も考慮して、「パートナー」や「配偶者」など、誰にでも使える表現に言い換えてみませんか。

#### 「優秀賞受賞作品」

**彼氏でも 彼女でもなく 恋人です**  
(ペンネーム・SUNさん)

※「カダール ジェンダー-川柳」入賞作品より、編集員がピックアップ

# 「アンコンシャス・バイアス」に気づこう！ とすることからはじめよう

## ■アンコンシャス・バイアスとは何か？

私たちは、何かを見たり、聞いたり、感じたりしたときに、「無意識に“こうだ”と思い込むこと」があります。これを、「アンコンシャス・バイアス」といいます。日本語では、無意識の思い込み等とも表現されています。

日常にあふれていて、誰にでもありうるアンコンシャス・バイアスは、「相手」に対するものだけでなく、「自分自身」に対するものもあります。

ところで、次のように思うことはあるでしょうか？

- 「私にはどうせ無理だ」と思うことがある
- 「どうせ提案してもムダだ」と思うことがある
- 「介護中」と聞くと、「親」を介護していると思う
- 「親が単身赴任中」と聞くと、父親のことだと思ふ
- 「親が乳がん」と聞くと、母親のことだと思ふ
- 「時短勤務」と聞くと、女性を思い浮かべる
- 「消防士」と聞くと、男性を思い浮かべる
- 子育て中の女性に、出張を依頼するのはやめたほうがいいと思ふ
- ピンク色のランドセルを見ると、女の子のものだと思ふ
- 「彼氏いるの？」「彼女いるの？」と聞くことが問題ないと思ふ

いかがでしたか？  
これらは、アンコンシャス・バイアスとなりうる可能性がある、ごく一部の事例です。私たちは、「過去の経験」や「見聞きしたこと」に影響を受けて、無意識のうち、「きつ」と、「こうだ」と思い込むことがあります。

## ■気づかなかつたら何が問題となるのか？

例えば、「時短勤務」といえば、普通は、女性取得するものだ」ということが、アンコンシャス・バイアスであることに気づかなかった時にも、どんなネガティブな影響につながるのかをもとに考えてみましょう。

考えられる影響例としては、「時短勤務という働き方をしたい」と申請した人に対して、「えっ、男性なのに、なんで時短勤務を申請するの？」といった一言が、時短勤務を取得しようとした男性を傷つけることに繋がるかもしれません。

他にも、「男性は時短勤務をすべきではない」というアンコンシャス・バイアスが本人にあった場合には、働き方やキャリアの選択肢を狭めてしまうことに繋がるかもしれません。

## ■「上書き」はできる

アンコンシャス・バイアスを完全になくすることはできませんが、新たな経験や見聞きすることで、「上書き」は可能です。

例えば、「私は、女性だから、プロジェクトリーダーになるのは無理だ」と、咄嗟に思ったとします。ただ、ここで、「これって、私の思い込みかも？」と、自分自身に問いかけてみると、「一歩踏み出す勇気に繋がるかもしれません。」

このように、一歩立ち止まって振り返ることで、見える世界や未来は変わるかもしれません。アンコンシャス・バイアスは、無意識がゆえに気づきにくく、本能でもあるため完全になくすことはできませんが、「気づこう」と意識することで、相手の見えるモノの見方が変わったり、他の



一般社団法人  
アンコンシャスバイアス研究所  
UNCONSCIOUS BIAS LABORATORY

**太田 博子さん**  
一般社団法人アンコンシャスバイアス研究所 理事



2018年、一般社団法人アンコンシャスバイアス研究所を設立、理事に就任。講師育成、アンコンシャス・バイアスをテーマとしたコンサルティングを数多く手がけている。21年より、全国の小・中学校にアンコンシャス・バイアス授業を届けるプロジェクトをスタート。22年には、共同研究結果「がんと仕事に関する意識調査」を公表。現在、毎日小学生新聞で、月1連載を担当。

[https://www.unconsciousbias-lab.org/]

毎年、8月8日は「アンコンシャスバイアスに気づこうの日」として制定



# 「カダールジェンダー川柳」 入選作品を一部ご紹介！

## 「男らしい」「女らしい」

国では、男女共同参画が十分に進展しない理由の一つに、アンコンシャス・バイアスの存在を挙げています。社会では「男らしい」「女らしい」のイメージに関するアンコンシャス・バイアスが多く存在します。そのイメージ(固定観念)を打ち破ることも、偏見を解消することが、性別に関係なく、やりたいことを実現できる社会(男女共同参画社会)をつくるために重要です。

そこで、「男らしい」「女らしい」に関するアンコンシャス・バイアスの一例として、「カダールジェンダー川柳」※1の入賞作品の中から、編集員がピックアップした作品をご紹介します。

## 最優秀賞受賞作品

女らしい男らしいより君らしい  
(ペンネーム・まめさん/高校生)

ジェンダーに関する悩みを抱えている人たちが、男女の枠にとらわれないで、自分らしく生きられるようになつて欲しいと思ひ、この句を考えました。

## 入選作品

育児するパパだけがなぜ褒められる  
(ペンネーム・ぬもりに/ぬもりに、飢えていますさん/高校生)

ショッピングセンターで、パパが子どもを連れれてお出かけしている姿をあまり見かけないけれども、たまにパパが子どもを連れてくる場面を見かけると「偉いね」と褒められている時があります。何でママは褒められないのに、パパだけが褒められるのだから、違和感を覚えて、この句を考えました。

## ※1「カダールジェンダー川柳」とは？

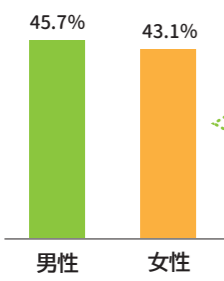
「男だから」「女なのにな」など、「ジェンダー」(社会的・文化的な性別のこと)にまつわる考え方に對する疑問や思いを込めた川柳を、令和5年10月〜12月末まで、青森市男女共同参画プラザカダールにて、市民の皆様を対象に募集。

403人から延べ912句の応募があり、その中の15句が入賞作品として、1月20日開催のカダールでのイベントで発表されました。



全ての入選作品は  
こちらからご覧ください

女性には女性らしい感性があるものだ  
「そう思う」+「どちらかといえばそう思う」と回答した人の割合



編集員の  
ココが  
ポイント！

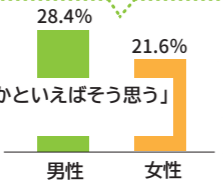
性別で相手の「らしさ」を決めつけていませんか？

内閣府の調査※2によると、「女性には女性らしい感性があるものだ」と思っている人の割合は、男性・女性ともに40%を超えています。つまり、多くの人が性別によるイメージがあると思っていることがわかります。

しかし、性別のイメージと合致する性格の人はいらっしゃいますが、全ての人当てはまるわけではありません。

「あなたらしい」ことが一番大切です。

共働きでも男性は家庭よりも仕事を優先するべきだ



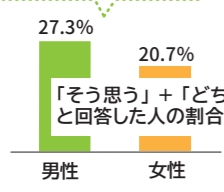
編集員の  
ココが  
ポイント！

「育児は女性がするもの」や「仕事より育児を優先するのは男らしくない」と決めつけていませんか？

内閣府の調査※2によると、「共働きでも男性は家庭よりも仕事を優先するべきだ」「家事・育児は女性がするべきだ」と思っている人の割合は、男性が約27%、女性が約20%でした。4、5人に1人が「男は仕事、女は家庭」と考えていることがわかります。

しかし、働く女性が増える中、家事・育児をする男性も増えてきています。今後「育児は夫婦で行うもの」という考えが当たり前となっていくかもしれません。

家事・育児は女性がするべきだ



※2 令和4年度性別別による無意識の思い込み(アンコンシャス・バイアス)に関する調査研究(内閣府)