

選択肢を狭めかねない 思い込みに気付くことから始めよう

男女共同参画の視点から見たアンコンシャス・バイアスの問題点や上手な付き合い方について、熊本大学名誉教授の鈴木桂樹さんに話を聞きました。

社会制度にも影響を及ぼす 無意識の思い込み

アンコンシャス・バイアスの問題は、それが無意識であるため、我々自身がその存在や影響に気がつくにくいことです。これは個人や社会の選択肢を制限し、不平等や不自由を生み出す可能性をはらんでいます。

特に、性別に基づく偏見や思い込みは日常的に見られます。例えば「男だからこんな仕事に就くのは、おかしい」といった固定的な性別役割分担意識からくる考えや言動は、自分や相手の選択肢を狭めたり、傷つけたりすることがあり



熊本大学
名誉教授 **鈴木 桂樹**さん
Profile/熊本県、市の男女共同参画審議会などの会長を歴任。令和4年度男女共同参画社会づくり功労者内閣総理大臣表彰受賞。

話を聞いたのは

ます。また、教育にこの偏見が反映されることも。例として「女性は理系が得意でない」という思い込みは、女性の理系離れを促進させる一因にもなり得ます。
このような固定観念は社会全体に浸透し、制度設計にも影響を及ぼします。その結果、特定の性別に対する偏見を裏付けるような制度ができ、それがまた意識を形成する悪循環が生まれる場合もあります。そのため、意識改革と制度改革の両面からの取り組みが必要と言えるでしょう。

偏見に気付く視点や 共感が大きな力に

個々人ができることとしては、アンコンシャス・バイアスに気付いたら声を上げてみることで。直接話せなくても、少なくとも心の中でおかしいと感じることが重要です。また、後で誰かにこっそり話してみることも一つの手。共感

してもらえれば、感じたことが自分だけではなかつたと気付き、その認識が大きな力になります。誰かが勇気を持って発言した際、その意見に賛同することも有効でしょう。他にも、「女性ならではの配りに期待しています」といった表現の「女性」を「あなた」に変えるなど、性別を意識せずに意思を伝える試みも必要です。

心がけたいのは、自分の意見に自信を持ち過ぎないことです。ひよつとすると、まだ見落としている側面や短所があるかもしれません。メディアの発言に対して真偽を見極めるために立ち止まって考えてみることも、アンコンシャス・バイアスに気付く練習になるでしょう。

男女共同参画 in パレア 講演会

私らしく生きるための 心とカラダの作り方

女性の健康を幅広くサポートしている産婦人科専門医の高尾美穂さんを講師に迎え、講演会「私らしく生きるための心とカラダの作り方」を2023年11月12日、くまもと県民交流館パレアで開催しました。225人が参加し、女性が毎日を健やかに生きるためのヒントや大切な視点について話を聞きました。

最近よく耳にする「ジェンダー」という言葉。日本語では「社会的性差」とも呼ばれ、「女性は料理が上手」「男性はリーダーに向いている」といった社会的・文化的につくられた男女のイメージや役割分担意識のことを指します。一方、女性と男性の間には骨盤の形状や性ホルモンなど縮められない「生物学的性差」があり、「その違いによって女性は貧血や腰痛、うつ、乳がんなど経験しやすい病気があることが分かっています」と高尾美穂さん。
また、月経が始まる思春期以降は、男女の性ホルモンの違いが顕著になります。男性はホルモンの量の変化が緩やかなのに対し、女性は各年代で大きく変動。「女性の人生は、ホルモンに揺さぶられる人生とも言えます。月経痛や月経前症候群(PMS)、妊娠・出産に関する悩み、



会場には10代～80代の幅広い年代の女性が参加。講演の模様は12/1～17まで、オンラインで配信しました

その後の更年期においては、不調を抱えながら過ごすこともあるかもしれません。これらの課題を示し、「とはいえ、私たちの人生は自分でチューニングできるもの。自分がどんな人生を望み、どこに重きを置いているか自分で把握して、周囲にもそれを知ってもらうことが大切ですよ」と強調します。

女性は家族や仕事のために時間を使い、自分のことを後回しにしがちです。しかし、20代～30代からリスクが高まる子宮頸がんや乳がんは、検診やワクチンを受けることで死亡率が低くなる。更年期の不調の改善には、生活習慣の見直しやホルモン療法など対策がある。など、「年代によって起こり得る不調と対策を知っておくことが重要」と高尾さん。「女性がご機嫌に過ごすことは、自分だけでなく周りや社会のためにもなります。だからこそ自分に目を向け、調子の良さを前向きに手に入れてほしい」と結びました。

講師/高尾 美穂(たかおみほ)さん

Profile/女性のための統合ヘルスクリニック・イク表参道副院長。働く女性のための産業医として企業を支える傍ら、内閣府男女共同参画、人事局などで教育講演を担当。また、婦人科スポーツドクターとして日本スポーツ協会ではスポーツドクターの養成に携わる一方、骨盤底筋トレーニングヨガ、アスリートヨガをはじめ、ヨガ指導者を育成するセッションも積極的に行っている。

データで見える アンコンシャス・バイアス

皆さんは日常的にどんなバイアスを感じていますか？ 国が行ったアンコンシャス・バイアスに関する調査研究の結果からデータをピックアップして紹介します。

性別に基づく役割や思い込みを 決めつけられた経験 (※1)

(「そう思う」「どちらかといえばそう思う」の合計)

- 1位 男性は仕事をして家計を支えるべきだ
男性 48.7% 女性 44.9%
- 2位 女性には女性らしい感性があるものだ
男性 45.7% 女性 43.1%
- 3位 女性は感情的になりやすい
男性 35.3% 女性 37.0%

「男は〇〇であるべき」「女は〇〇であるものだ」といった思い込みが、個々の生き方の選択肢を狭め、生きづらさにつながっている可能性があります。

動画で分かりやすく紹介 普及啓発動画を配信中！

内閣府男女共同参画局では、「性別による無意識の思い込み」の解消に向けた普及啓発動画(※2)を配信しています。家庭や職場などのさまざまなシーンを想定して事例を紹介。職場の研修や自分の考えを見直す際にぜひ活用してみませんか。

動画はこちら



※1 「令和4年度 性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) https://www.gender.go.jp/research/kenkyu/seibetsu_r04.html を加工して作成
※2 出典：内閣府ホームページ https://www.gender.go.jp/research/kenkyu/movie_r05.html

性別にかかわらず活躍できるクラブへ VG(ヴォルターズグリッター)

プロバスケットボールチーム『熊本ヴォルターズ』は、昨年から公式チアリーダーにクラブ史上初となる男性メンバーのYOSHI(よし)さんを迎えました。それを受け、チーム名称を「ヴォルターズガールズ」から「ヴォルターズグリッター」に変更。YOSHIさんは元々バスケットボールが大好き。叔母の推薦をきっかけにオーディションへの参加を決めたそうです。「好きなバスケを身近で応援できるのがうれしい。今後も笑顔を分け与えられる存在になりたい」と生き生きとした表情で話してくれました。



ヴォルターズチアVGの皆さん

今回の表紙に登場したのは
cover coordination