

無意識の思い込み

(アンコンシャス・バイアス)

を自覚しよう。

社人研だより No.17

2025年9月発行

私たちは無意識のうちに、相手や物事に偏ったイメージを持ったり、決めつけたりすることがあります。

これをアンコンシャス・バイアスといいます。

— こんなこと、ありませんか？ —

子育てをしている男性に対して
「パパは子育てに協力的でえらいね」



子育ては母親がするものだと
思っている

同性を好きになって悩む生徒に対して
「大丈夫、大人になったら治るよ」



同性愛を病気のようなもの、治さなければならぬものと考えている

見た目で海外出身と思える人に対して
「日本語が上手ですね」



※実は日本生まれ日本育ち
(ミックスルーツ) だった
見た目だけで勝手に
「日本語ができない」と決めつける

被差別部落出身者に対して
「部落の子なのに賢いね」



「部落の子=不遇な境遇」
と思い込んでいる

実はこんなことも…

子どもがいる女性社員に対して
「お子さんがいるから、出張は他の人をお願いするね」

気遣いからの言葉だけど、こんな思い込みが！

家事や育児は
母親の役割

育児があるから
出張は嫌なはず

受け取る側は
人によって感じ方も異なる！

育児が大変だから
よかった！

私の担当だから
やりたいのに…

夫と一緒に育児しているから問題ないのに…

マイクロアグレッション（日常的な言動の中に潜む小さな攻撃）

上記例のように、日常的な会話のなかでも、無意識の偏見や思い込みによる言葉で相手を傷つけてしまうことがあります。また、善意や称賛のつもりでも、その言葉には悪意や非難を含んだものと捉えられる可能性があります。「小さな攻撃だから被害は小さい」ではありません。累積性もあるマイクロアグレッションは、小さなダメージが積み重なっていくうちに相手のメンタルヘルスへの深刻な影響も起こします。



自分で気づいて考えてみよう！

私たちの身の回りにある人権課題（部落差別や女性差別、障がい者差別など）のベースには、無意識の偏見・思い込みがあります。

あなたの中のアンコンシャス・バイアスを自覚し、より良い人間関係を創りましょう。

さらに「+1」！

もし自分が言われたときは、「誤解されているかも」と勇気を出し、気持ちを相手に伝えてみましょう！



第1回「身近なじんけん講座」について【終了:参加者94名】

7月23日(水)、会場参加型とオンライン参加型のハイブリッド形式で「身近なじんけん講座」を行いました。

第1回は「障がい者の人権」をテーマに、渋谷真子さん(車いすYouTuber)にお話しいただきました。

参加者の感想(アンケートから抜粋、一部)

渋谷さんの考え方、感じ方にとっても共感できた。健常者、障害者関係なく一度きりの人生を自分らしく生きるために、いろんな人に頼って頼られて楽しく日々の生活を謳歌していけたら良いなと思いました。(40代)

「できる、できない」ではなく、「やるか、やらないか」という言葉を聞いて自分も色々なことに気付くことができた。(10代)

前向きでなければと思うのではなく、自分の心を見直していくこと、どうすればより良いかを探ることが前向きな気持ちにつながることを学びました。(50代)



「どう生きるかは自分次第」という言葉が一番心に響きました。(60代)

「車いす」「Wheel Chair」で社会観の違いが大変理解が進みました。日本でも社会的バリアがなくなることを願います。(40代)

豊後高田市じんけんセミナーについて

私たちの身近にある人権問題を考えるセミナーとして、障がい者や子どもの人権など様々なテーマを取り上げた内容で全5回実施します。

各回に設けているキーワードを3つ以上集めて応募した方には抽選で、全5回全てに参加した方にはもちろん記念品を贈呈します!是非、ご参加を!

Vol.1 「障がい者の人権について」

終了

【講師】渋谷真子さん
(車いすYouTuber)

Vol.2 「部落差別問題について」

終了

【講師】川口泰司さん(一般社団法人
山口県人権啓発センター事務局長)

Vol.3 「外国人の人権について」

【講師】黒田紅羽さん(BIC事業協同組合)
【日時】10月22日(水)19:00~20:00
【場所】市役所高田庁舎、オンライン(Zoom)

参加者
募集

セミナーについての詳しい情報は市ホームページからご覧ください。



市ホームページ

Vol.4 「性的少数者の人権について」

予定

【日時】11月中旬
【場所】豊後高田市中央公民館

Vol.5 「子どもの人権について」

予定

【日時】2月25日(水)19:00~20:00
【場所】市役所高田庁舎・オンライン



豊後高田市社人研(豊後高田市社会人権教育・部落差別解消推進研究会)とは?

人権問題の解決に研究・教育を通じて貢献することを目的に、教育委員会、青少年健全育成やPTA等の社会教育関係の団体の代表によって構成されています。主体的に学習し、また、人権意識の高揚が図れるよう、各種研修会の開催や社人研だよりを発行するなどして、啓発活動を行っています。

【発行】豊後高田市社会人権教育・部落差別解消推進研究会

(事務局:教育総務課生涯学習係) TEL:0978-53-5112 FAX:0978-53-4731

