

今すぐできる！

アンコンシャス・バイアスを減らす 3つのポイント

Point1

「べき」「普通は…」に注意！
「べきだ」といった押し付けの言葉や「普通は…」といった決めつけの言葉が出たら、それはなぜなのか立ち止まって考えてみましょう。

Point2

相手の「サイン」を見逃さない
家族や友人、同僚と話しているときに、急に相手の表情が曇ったり、声のトーンが変わったりしたときは相手を傷つけたのではないかと振り返ってみましょう。

Point3

常に自分に問いかける
完全に払拭するのは難しいからこそ、常に自身の言動を振り返り、問いかけることが大切です。違和感のあったことをメモして意識して心がけてみましょう。

出典：政府広報オンライン（<https://www.gov-online.go.jp/tokusyu/unconsciousbias/>）

6月19日（木）アンコンシャス・バイアス講座を開催します！



興味をもった方、もう少し詳しく聞いてみたい方、ぜひご参加ください。

日時：6月19日 10時～11時30分

場所：栃木市役所3階 正庁

講師：有限会社フェードイン 工藤敬子 氏

定員：40人 参加費：無料

申込：二次元コードまたは電話にて人権・男女共同参画課 ☎(21) 2162 まで



6月23～29日は「男女共同参画週間」

令和7年度のキャッチフレーズは、「誰でも、どこでも、自分らしく」

男女ともに職場・地域・家庭でそれぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、皆さん一人ひとりの取り組みが必要です。

この機会に「男女共同参画」について改めて考えてみませんか。

男女共同参画審議会委員（公募委員）募集

男女共同参画社会の実現を目指し、市民の皆さまの声を反映させるため、男女共同参画審議会委員（公募委員）を募集します。

募集人数 3人（選考の上決定）

対象 市内に在住で男女共同参画に関心のある方
※本市の審議会等の委員を2つ以上兼務している方を除く

任期 令和7年7月1日～令和9年6月30日

報酬 4,000円（1回の会議につき）

会議 年1～2回の会議に参加し、男女共同参画推進の施策に関し必要な事項を審議する際に意見を述べてもらいます。

申込 所定の応募用紙（問合先窓口にあり、市ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入のうえ、400字程度の「男女共同参画について私が考えること」についての作文とあわせて、問合先に直接または郵送、FAX、メールで提出。6月13日（金）必着。

特集1



アンコンシャス・バイアスに気づこう

人権・男女共同参画課 ☎(21) 2162

私たちは、何かを見たり、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。この「無意識の思い込み」がアンコンシャス・バイアスです。

アンコンシャス・バイアスは誰もが持っていて、そのこと自体が問題というわけではありません。過去の経験や、見聞きしたことに影響を受けて、自然につちかわれていくものなので、アンコンシャス・バイアスそのものに良い悪いはありません。しかし・・・

無意識の言葉や態度によって、時に相手を傷つけてしまったり、自分自身の可能性を狭くしてしまったり、組織のあり方にネガティブな影響を及ぼしたりすることがあります。「本当にそうなの？」と疑問を持つことが気づきには大切です。

性別によるアンコンシャス・バイアスを例に、 あなたの思い込みをチェック

Check1 家庭・コミュニティ

- ☐ 女性は結婚によって、経済的に安定を得る方が良い
- ☐ 共働きでも男性は家庭よりも仕事を優先するべきだ
- ☐ デートや食事のお金は男性が負担すべきだ



Check2 職場

- ☐ 育児期間中の女性は重要な仕事を担当すべきでない
- ☐ 組織のリーダーは男性の方が向いている
- ☐ 受付・接客・応対（お茶だしなど）は女性の仕事だ



Check3 その他

- ☐ 女性は感情的になりやすい
- ☐ 女性は論理的に考えられない
- ☐ 男性は気を遣う仕事やきめ細やかな作業は向いていない



みなさんは、いくつあてはまりましたか？

アンコンシャス・バイアスがもたらす影響

組織や社会の面でみると、一人ひとりがイキイキと活躍できなくなったり、人権侵害やハラスメント、コンプライアンス違反、新しい技術や商品が生まれなくなるといったことがあげられます。また、個人の面でみれば、キャリアや人間関係、生き方などに影響する可能性もあります。

内閣府の調査によると、性別に基づく役割や思い込みを決めつけられた経験のうち、「性別役割を言ったり、言動を感じさせた人」としては、男性では「父親」「男性の知人・友人」が、女性では「配偶者・パートナー」が多いことがわかりました。こどもの頃から、家庭や学校、交際相手など周囲の言動や行動によってアンコンシャス・バイアスが生じていると思われます。