～市民がつくる～
三木市男女共同参画センター情報誌

こらぼーよ

こらぼーよとは
Collaboration
コラボレーション
（共同・協働）と
～しようよの組合せ

みんなで
男女共同参画社会実現
に向けて活動しようよ

第66号 2023・秋

秋号のテーマは
身の周りにあるマイクロアグレッション(小さな攻撃)

- 主夫日記Ⅳ
  「マイクロアグレッション」を防ぐには？
- 家を快適に整えるのは母の役目なの？
- 令和５年度男女共同参画週間記念講演会リポート
- 職場で起こる「マイクロアグレッション」について

＊＊＊ 弁護士による法律セミナー ＊＊＊

テーマ：“Yes 以外は全て No!”の認識を
～性犯罪規定の改正で何が変わったのか～

日　時：令和５年 11 月 22 日(水)10 時～11 時 30 分
場　所：三木市立教育センター４階　中研修室
講　師：吉倉　美加子さん(弁護士)

11 月 12 日から 25 日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。夫・パートナー等からの暴力、性犯罪、セクハラ、ストーカー行為等、女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するもので、男女共同参画社会を形成していく上で克服すべき重要な課題です。

女性に対する
暴力根絶のための
シンボルマーク

近頃よく耳にする「マイクロアグレッション」とは？
小さいを意味する(**マイクロ**)と**攻撃**を意味する(**アグレッション**)を組み合わせた言葉です。
今回はみんなで考えてみました。

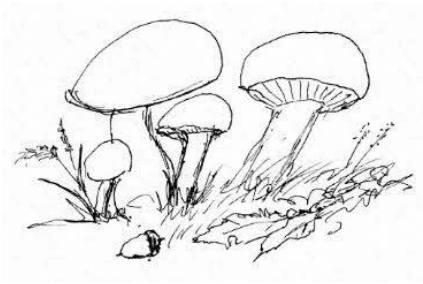
主夫日記Ⅳ「マイクロアグレッション」を防ぐには？

こんにちは。いつも主夫日記におつきあいいただきありがとうございます。今年の夏は普段の夏より暑かった気がしますが、お元気でお過ごしでしょうか？夏の間は野菜が高くて困ったものです。そんな時、食事の準備を助けてくれるのはスーパーマーケットのお惣菜です。

よく買うお惣菜は、ポテトサラダ、から揚げ、コロッケなど。作るのに手間のかかるもの、後片付けに手間のかかるものはとても助かります。

何年か前、SNS を中心にスーパーマーケットの惣菜売り場での出来事が話題になりました。

幼児連れの女性に対して、ある高齢男性が「母親ならポテトサラダくらい作ったらどうだ」と言ったのだとか。



これは、自分よりも若い女性に、上から目線の考え方を押し付ける行為です。SNS の内容だけでは詳しくはわかりませんが、高齢男性は幼児連れの女性の事情は全く考えていないように感じます。

私たちは、「家事は女性の仕事」、「男性は働いて家計を支えなければならない」といった性別の役割分担の思い込みや、さまざまな偏見により、日頃の言葉や表情、行動の中でささいな攻撃をしてしまっていて、それを「マイクロアグレッション」と言うそうです。

「マイクロアグレッション」の定義は学者(研究者)によって諸説ありますが、兵庫県立男女共同参画センターのセミナー案内の記者発表資料（2023/6/9）では次のように書かれています。【意図的か否かにかかわらず、疎外された集団（個人）に対して、日常の何気ない偏見や差別に基づいて現れる見下しや侮辱、否定的な態度で、精神医学や臨床心理学の分野で定義されている術語】

では、マイクロアグレッションはどんな影響を与えるのでしょう？たとえば、「女性なのに・・・」という言葉ですが、「悪意では言ってないはず」という思いと、「その決めつけている考え方に意見を言いたい」という思いが心の中で行き来する「もやもや」とした状態になるそうです。そんな「もやもや」が繰り返されることで精神的ダメージを被るのだとか。

誰にでもさまざまな思い込みがあり、さまざまな場面で「マイクロアグレッション」は起きてしまうものです。それを防ぐためには、社会的に弱い立場の人のことを知ること、自分自身はどのような思い込みがあるのかに目を向けることが必要です。また、相手の反応に敏感になること、相手が意見を言える姿勢でいることも大切なのだそうです。

私も自分の態度に気をつけなくては。最後までお付き合いくださりありがとうございました。

（編集委員：I）

家を快適に整えるのは母の役目なの？

本当に小さなことなのですが、私にも「え？それお母さん（私）だけのせいじゃないよね？」という経験があり、結構いつまでも根に持っていることがあります。

我が家の台所のガスコンロには、単一の電池が入っています。コンロを点火するために必要で、安全装置を作動させる役目もあるようです。

この電池が切れかかり、ガスコンロの「電池切れお知らせマーク」がしばらく前から点滅していました。点滅していたのは確かに私も知っていました。でも家族みんなが知っていたはずです。

私も「そのうち誰かが交換する？」と思っていたのも事実です。そして、いよいよ電池が切れ、点火しなくなってしまったときに、家族みんなが、「お母さん、電池切れたよ！ちゃんと交換しといてよ！」と、私に言ったのです。

「え？お母さんのせい？みんな電池が切れかかっているの、知ってたよね？」と、聞くと「そういうのはお母さんの仕事でしょう？」と言うのです。

家の中で電池が切れそうなものを交換するのはお母さんの仕事？

なくなったトイレットペーパーを棚から出して補充するのも？

ゴミ袋がなくなりそうだったら買いに行くのもそう？

ちゃんと家の中を快適に整えていないと、お母さんは責められるものなの？

「そういうのは、気づいた人がやればいいやん」とだけ言い返し、しばらく悶々としてしまいました。

共働きでも、家のことを整えるのはお母さんの仕事でしょと決めつける思い込みに今でも小骨が引っかかったような違和感があります。

ただ、ガスコンロの電池は安全装置を作動させるためにも必要なら、ちょっとこれからは気をつけよう、とも思っています。

（編集委員：O）

ジェンダーレンズで何が見える？～誰もが生きやすい私たちのまち～

令和５年７月２日：男女共同参画週間記念講演会リポートより

男性学の研究で知られる京都産業大学教授 伊藤公雄さんの「男女共同参画～男らしさの呪縛からの解放をめざして～」を受講しました。

明治以降の日本は「男性主導社会」だったが、近年は経済的、社会的、文化的な変動で「当たり前」だったジェンダーの構図が変化したことや男性だからと課せられてきた重圧等にスポットを当てた内容でした。

「これまで、男らしさの呪縛を感じたことはなかったが、実は家族を犠牲にしたり、自分を犠牲にしたりして生きてきたのだと気付き、あれが無意識の呪縛だったのかと思った」との男性受講者の感想が印象に残りました。

受講者の年代は現役世代が半数以上でしたが、男性は全体の２割弱と少なかったことが残念です。男女共同参画社会は男性の生きづらさも軽減する社会であるということをもっと多くの男性に知っていただけたらと思います。

（編集委員：Ｋ）

職場で起こるマイクロアグレッションについて

誰もが気持ちよく働ける環境をつくるには、仕事をするにあたり、自分らしく働けることが人権尊重の根幹と考えます。自分の力・スキル・経験値を正当に評価され認められること、また、職場内で無意識の偏見（アンコシャスバイアス）についての研修等を行うことが重要です。

職場内で起こる小さな攻撃は、会話・行動・態度等に多く見られます。女性社員に対して「女性は遅くならないうちに帰ったほうがいいよ」とか、男性社員に対して「男性にしては字がキレイだね！」と言ったり…そんな場面はないでしょうか？

仕事という利害関係が発生する中で、相手に対して事実のみではなく、自分の価値観・印象を交えて発言し、知らないうちに相手を傷つけていませんか？

人は一人で生きていくことは出来ません。日頃から相手がその言葉・態度を受けてどう感じているか想像できる人権感覚を養う努力が必要です。

自分の何気ない言動で相手を傷付けることがないように、普段から自分の発信が小さな攻撃（マイクロアグレッション）になっていないか考え、誰もが気持ちよく過ごせる環境づくりに努めましょう。

（編集委員：T）

＊＊＊＊　今後の男女共同参画センター主催の講座　※ 事前申込が必要　＊＊＊＊

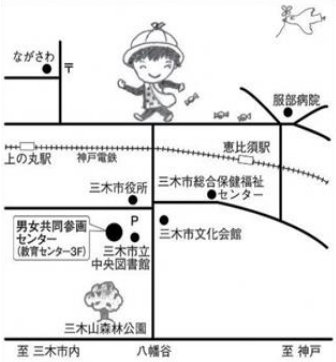
テーマ	講師	日時	会場
男女（とも）に学ぼう防災	斉藤　容子さん	R6.2.4　10～11:30	青山公民館
夢をかなえる ～女子野球監督として～	橘田　恵さん	R6.2.15　14～15:30	志染町公民館

三木市男女共同参画センター
愛称　“こらぼーよ”

三木市福井 1933-12
三木市立教育センター３階

TEL＆FAX：0794-89-2331
開館日時：月曜～金曜　９時～17 時
（※祝日を除く）

企画・編集：情報誌“こらぼーよ”編集グループ
発行：三木市男女共同参画センター



こらぼーよ　三木市

ホームページからもご覧いただけます

編集後記

わたしたちは知らず知らずのうちに人を傷つける言葉を発することがあります。「あれも差別、これも偏見と言われてしまうと何も話せなくなる」との意見もあります。

ではどうすればいいのか？最近受講したセミナーで「自分も知らない間に人を傷つけている」と自覚すること、反省すること、知識をアップデートすること、むろん、完璧である必要はないと学びました。これらを頭の片隅に置いて日々過ごしていけたらと思います。

（編集委員：K）