

酒田市男女共同参画推進センター

ウィズ・レター

No. 114

令和
7年度

目次 ▼令和7年度「これアンコン！」受賞作品発表 ▼ウィズ講座「家事ってチーム戦！」実施報告
▼酒田四中出前講座実施報告 ▼ウィズ委託講座「女性のためのこころのケア講座」実施報告
▼学生向けウィズ講座「デートDV防止講座」「LGBTQ+ & SOGI講座」実施報告 ▼第1回懇話会実施報告

Sakata City 20th Anniversary

「これアンコン！」受賞作品発表

昨年度に引き続き、今年度も、無意識の思い込みや偏った考え方「アンコンシャス・バイアス（アンコン）」でもやもやした経験談を募集したところ、全国各地から306名、491エピソードの応募がありました。ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。今回は、その中から「ぐっときたエピソード」に選ばれた上位5作品をご紹介します。

✿ 身だしなみは自分のために

メイクや日傘は「男なのに」と言われることがある。でもそれは人に見せるためじゃなく、清潔感や紫外線・暑さ対策など、自分を整える手段。性別で判断されることに少し違和感を覚えた。

(ペンネーム：ステラユウさん)

✿ 男らしさを問われた瞬間

プロジェクトの進行が滞り、上司から「男ならもっとリーダーシップを取れ」と言われた時。性別に基づく期待が無言のプレッシャーとなり、正直重く感じた。悩んだ末、役割を分担しながら進行を改善。その結果、全員が主体的に動き、プロジェクトは無事成功に。男性だから、ではなく、協力し合うことで得られる力を学んだ経験だった。

(ペンネーム：ちみさん)

✿ 見た目で判断してはいけない！

会社に身長190cm越えの男の子が入社してきました。立派な体格だったので、「部活は何してたの？バスケ？バレーボール？」と質問したところ、彼は気まずそうに小さい声で「放送部でした...」とポツリ。聞けば、小さい頃からスポーツが苦手だが、初対面の人には必ずと言って良いほど同様の質問をされ、高身長もコンプレックスとのこと。私は、高身長＝スポーツマンのような先入観を持って安易に質問してしまったことを反省しました。

(ペンネーム：まいけるさん)

✿ わたしは消防士！

私は消防士で、大型免許も持っているので、消防車の運転手もします。ある日の出動！私は消防車の運転手で、現場へ向かっていました。道を譲ってくれた相手車両の方が、こちらをみて、びっくりした顔で2度見。全国的に女性消防士は増えてきていますが、まだまだ消防士といえば男性というイメージがあるんだなと思った出動でした。

(ペンネーム：あおこさん)

✿ プレゼントではなく自分で使う

コスメを買いにお店に行った際、1人の男性が何をかうか悩んでいるようでした。店員さんが「プレゼント用ですか？」と声をかけると、「いえ、自分で使います」と。私も誰かへの贈り物かと勝手に思い込んでいました。性別関係なくメイクをするのが当たり前の時代、無意識に決めつけていたと気付かされました。

(ペンネーム：にここさん)

アンコンシャス・バイアスは、誰もが持っているものです。だからこそ、まず「気づくこと」「知ること」が大切な一歩になります。一人ひとりが「そうだったのか」と気づきを持てば、お互いを尊重し合える、よりあたたかい社会に近づいていきます。あなた自身やあなたの回りに潜む「これアンコン！」をこれからもぜひ見つけていきましょう。

ウィズ講座

日時：R7.9.20（土）

会場：希望ホール 練習室 1

講師：MYトリセツ 後藤 青葉 さん

家事って
チーム戦！

～家族で実践 ワクワクお片づけ～

を開催しました



今年度2回目のウィズ講座として、家事シェアや片づけをテーマに、親子で一緒に楽しみながら学ぶ講座「家事ってチーム戦！～家族で実践 ワクワクお片づけ～」を開催しました。

講師はライフオーガナイザーの資格をお持ちの後藤青葉さん。家族が気持ちよく暮らすための“片づけコミュニケーション”について、ワークや実践を交えながら楽しく教えてくださいました。

ウィズ講座としては初めてキッズスペースを設置し、保護者の方が安心して受講できる環境を用意。お子さんたちはおもちゃや絵本で遊びながら過ごし、会場はにぎやかであたたかな雰囲気になりました。

利き脳診断を使って家族それぞれの片づけタイプを知る時間には、笑顔や驚きの声があがり、また後半の実践タイムでは子どもたちが自分から率先しておもちゃを片づける姿も見られました。

「片づけ＝面倒なこと」から「家族で楽しむ時間」へ。家事を“チーム戦”にとらえ、家族みんなで取り組む大切さを実感できるきっかけとなったことと思います。



会場内のキッズスペースでお子さんを自由に遊ばせながら、大人の皆さんは講義に集中！



進んで片づけをするお子さんたち。大人の皆さんには、お子さんへの声のかけ方やほめ方をレクチャー。



お片づけのやり方を説明する後藤さん。子どもたちも真剣にお話を聞いています。

🌀 アンケートより

- 自分の利き脳タイプから片づけを考えるやりかたが腑におちた。実践もあり分かりやすかった。夫と片づけ方についてケンカすることも多いので、利き脳診断を家でもやってみようと思った。
- 子どもに「片づけて！！」と言ってもうまくいかず、何が伝わっていないのかと悩んでいましたが、コツやきっかけを学ぶことができました。
- 子どもにわかりやすく、具体的に、自分で考えて片づけや収納ができるように、伝え方を工夫してみようと思います。
- “家事は手段であって目的ではない”という言葉が印象的でした。子どもたちの実践では、「分ける」ことでとてもスムーズにお片づけできていたので、家でもやってみようと思います！

ウィズ出前講座

日時：R7.9.2(火),3(水),9(火),17(水)

会場：酒田市立第四中学校

対象：3学年の皆さん

“自分らしさ”を選べる未来へ

～男女共同参画の視点から考えるこれからの生き方～ を開催しました

9月、酒田四中の3年生を対象に、男女共同参画やアンコンシャス・バイアス（無意識の思い込み）について学ぶ出前講座を行いました。この講座では、「思い込みに気づき、自分らしい生き方を考えること」をテーマに、講義とグループワークを通して理解を深めました。

前半の講義では、日常の中に潜む思い込みを切り口に、男女共同参画や多様性について学習。「自分の将来を性別で決めつけず、自由に選んでいいんだ」と感じた生徒も多くいたようです。

後半のグループワークでは、「これアンコン！」の4コマ漫画を題材に、登場人物の発言や考え方について話し合いました。「どう言い換えたら相手を嫌な気持ちにしないか」「違う立場ならどう感じるか」など、活発な意見が飛び交いました。

生徒からは、「家事は女性だけでなく、みんなでするもの」「一人の人として相手を見ることが大切」などの感想が寄せられ、性別にとらわれない考え方が自然に語られていました。「もし思い込みだと知らなければ、当たり前だと思っていたかもしれない」という声もあり、気づきのある学びとなったようです。

今後社会に出ていく中で、思い込みや固定観念に出会うこともあるでしょう。そんな時今回の講座を思い出し、「これは思い込みかもしれない」と立ち止まり、自分も相手も大切にしながらお互いを尊重する姿勢を持ち続けていってほしいと思います。

✿ アンケートより

- アンコンシャスバイアス（ジェンダー平等、多様性）が自分の中ではできていると思っていましたが、例などを見て自分でも思い込んでいたことや共感できることがあって、身近には未だそういった思い込みがあることを知りました。このような思い込みを減らすために、今からでも、自分らしさやその人らしさを大切にする考えを持って生活したり、自分の考えは本当にあっているか考えてみたりして皆が生活しやすいより良い社会を目指していきたいです。今の学びを自分の将来にもつなげていきたいです。
- アンコンシャスバイアスをなくすために、もっと他の人の立場に立つことが大切だなと思った。



女性のためのこころのケア講座

～「境界線」自分を大切にする～

日時：R7.9.21（日）

を開催しました

会場：交流ひろば 研修室

講師：作業療法士 後藤 麻子 さん

実施団体：ウィズ登録団体「庄内ちえりあ」



ウィズ委託講座とは、ウィズと登録団体が講座の業務委託契約を結び、ウィズが規定に基づく上限付きの委託金を団体にお支払いし、団体が自主的に講座の企画・運営を行う事業です。今年度は、ウィズ登録団体の庄内ちえりあさんが「女性のためのこころのケア講座」を実施しました。

女性限定のリラックスした雰囲気の中、第一部の「講話」では、講師の後藤麻子さんから、自分のこころのセルフケアのための知識や対処法を学びました。参加者は、真剣にメモを取りながら聴いていました。第二部の「語り合いの会」では、参加者のみなさんから、職場や身近な人との人間関係などで悩んだりモヤモヤしていることなどが出されました。みんなで共有し解決策を考え、講師からは助言をいただきました。アンケートでは、「長年のモヤモヤが晴れました！」「無意識にしている行動に、こころの境界という概念が持てると、楽になるということがわかりました。」「過去の自分をゆっくり振り返る機会となりよかった。」などの感想があり、参加者の皆さんにとって、自分をいたわり、前向きな気持ちになれる時間となったようでした。



【第二部：「語り合いの会」の様子】

「デートDV防止講座」～お互いを大切にする関係とは～を開催しました



日時：R7.6.5（木） 酒田西高等学校【対象：1学年の皆さん】

日時：R7.7.1（火） 酒田南高等学校【対象：2学年の皆さん】

講師：山形県男女共同参画推進員 安田 綾子 さん



深刻な社会問題になっているデートDVについて、学生を対象に意識啓発を行い、知識の普及と防止を目的に、「デートDV防止講座～お互いを大切にする関係とは～」を開催しました。今年度は、酒田西高等学校さんと酒田南高等学校さんの2校と共催しました。講師の安田綾子さんは、デートDV防止の基礎知識について動画を交えてとてもわかりやすく説明しました。また、DV防止法やDVは犯罪にもつながることに触れ、自分を大切にすること、自分と向き合う習慣をつけること、自分軸を大切にすること等、随所に熱いメッセージをいただきました。参加した学生の皆さんにとって、日々の学校や家庭での生活で、また、これから進学や就職しそれぞれの人生で様々な人と関わる中で、人と人とのより良い関係性を築くために必要な大切なことを考える良い機会になったことと思います。

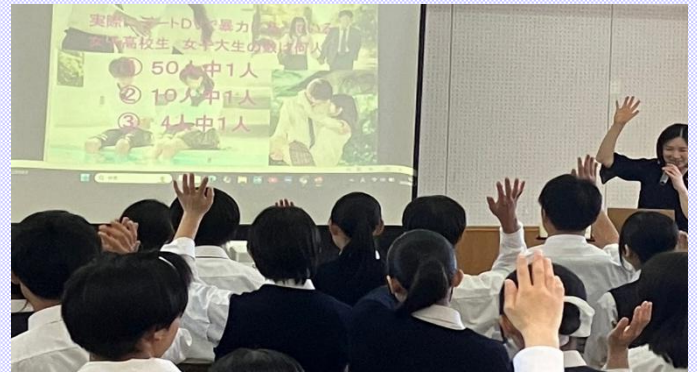


アンケートより

- 自分が思っているよりも、身近なことだということがわかりました。
- いつでも正確な判断ができるようにすること、自分を大切にすることを心がけたいと思いました。
- 自分も相手も傷つけない人付き合いをしていきたいと思いました。
- 自分の行動を見直せるいい機会になりました。
- 自分に自信がなく、他人軸にしているところがあったので、自分軸にしていけるようにしたいです。



【酒田西高等学校1学年の皆さん】



【酒田南高等学校2学年の皆さん】

「LGBTQ+ & SOGI講座」～当事者と学ぼう！～

日時：R7.7.9（水）

会場：酒田東高等学校 視聴覚室 【対象：2学年の皆さん】

講師：ボランティアサークル「スクーバ！」代表 カナグス さん

を開催しました

講師のカナグスさんは、当事者の視点から「LGBTQ+」と「SOGI」について、学生の皆さんが理解しやすいように、ご自身のことにも触れながら丁寧に語りかけ、非常にわかりやすく解説しました。学生の皆さんは、性の多様性について正確な知識を得て理解を深めるとともに、一人ひとりの人権を尊重する大切さを学ぶことができました。また、アンケートに寄せられた質問にも、カナグスさんから丁寧にお答えいただきました。生徒の皆さんにとって、これから進学したり社会に出てそれぞれの人生を歩んでいくなかで、互いを尊重し合える、誰もが生きやすい社会を創っていくことにつながるとも良い機会になったことと思います。



アンケートより

- 正しい知識を得ることの大切さがわかった。
- 様々な問題に柔軟に対応できるように、法律も変えていくべきだと思った。
- 実際に当事者から聞くことで、困難さや、日本の性への対応の遅さについて知ることができました。
- 性的マイノリティと性的マジョリティは少数派と多数派で分けられているものだと思ってしまっていた。実際は、マイノリティとはある集団の中で平等に接してもらえないことを意味することがわかった。



令和7年度第1回 男女共同参画・女性活躍推進懇話会を開催しました

外部の有識者の皆さまから、本市の男女共同参画・女性活躍の推進についてたくさんのご意見をいただきました。市HPでは、いただいたご意見の一覧などを公表しています。



詳しくはこちらをご覧ください →

酒田市民部共生社会課 男女共同参画・多文化共生係
男女共同参画推進センター ウィズ

開館 月～土：9:00～22:00
日・祝：9:00～17:00
相談 月～金：9:00～16:00（祝日除く）

〒998-0044 酒田市中町三丁目4-5
交流ひろば内

Tel：0234（26）5616

Fax：0234（26）5617

E-mail：kyousei-with@city.sakata.lg.jp



▲ウィズHP

