

2024 第32期

江東区パルカレッジ記録集



自分をアップデート！

～新たな学びと気づきを得る8日間～



江東区観光キャラクター コトミちゃん



江東区

## パルカレッジの沿革

|         |                                        |
|---------|----------------------------------------|
| 平成 3 年  | 「江東区女性センター」開設                          |
| 平成 5 年  | 「女性大学」開講                               |
| 平成 9 年  | 「パルウィメンズカレッジ」に名称変更                     |
| 平成 16 年 | 江東区男女共同参画条例制定<br>男女共学に変更、「パルカレッジ」に名称変更 |

## 記録集発行に寄せて

令和 6 年度のパルカレッジでは、第 32 期生 18 名の方々に修了証書をお渡ししました。修了生の皆さん、あらためて修了おめでとうございます。

江東区は、性別に関わらず一人ひとりが互いの人権を尊重し合い、誰もがその個性と能力を発揮していく「男女共同参画社会」の実現を目指しています。そのためには、地域活動において男女共同参画を推進する核となる地域リーダーの育成が欠かせません。パルカレッジでは、そうしたねらいから、身近な暮らしの中における事象にスポットをあてる講座を通して、受講生自身が「固定的性別役割分担意識」に気付き、パルカレッジでの学びを広く地域に還元していただくことを目指し、講座を実施しております。講義にグループディスカッションを取り入れることで、受講生同士が積極的に交流を図り、意見交換を通じて学びを深める内容となっております。

この記録集は、今期の講義記録及び受講生の方々の感想を掲載し、修了生の皆様の今後の活動の原点となるとともに、講座を受講していない方にも広くパルカレッジの学びに触れていただくことを願って作成いたしました。

修了生の皆様や、この記録集を手にとられた方が、家庭や地域、職場、その他様々な場面で、パルカレッジの学びを活かし、活躍していかれることを願っております。

最後になりましたが、本講座の講師を務めてくださいました荻野佳代子先生、池田和嘉子先生、谷岡理香先生、加藤秀一先生、佐光紀子先生、吉祥眞佐緒先生、認定特定非営利活動法人 R e B i t の講師の先生に心より厚く御礼を申し上げ、巻頭の言葉といたします。

令和 7 年 3 月

江東区総務部人権推進課

## 《目 次》

### 第32期 江東区パルカレッジについて

|         |      |
|---------|------|
| ◆実施要項   | … 7  |
| ◆カリキュラム | … 8  |
| ◆リーフレット | … 9  |
| ◆取り組み   | … 11 |

### 第32期 江東区パルカレッジ講義記録

|                |      |
|----------------|------|
| ◆講義記録          | … 15 |
| ◆江東区パルカレッジを終えて | … 33 |
| ◆フォトメモリー       | … 36 |

### 第32期 江東区パルカレッジ公開講座

|            |      |
|------------|------|
| ◆講義記録      | … 39 |
| ◆受講アンケート集計 | … 42 |

第32期

江東区パルカレッジ

について

## 第32期 江東区パルカレッジ実施要項

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 目 的     | 誰もが固定的な考え方の枠にとらわれず、自分らしさを大切にした多様な生き方ができる社会の実現を目指し、男女共同参画の意識を持って地域で活動できる人材を育成する。                                                                                                                                                                                        |
| 学 長     | 江東区長 大久保 朋果                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 開 講 期 間 | 令和6年5月16日（木）～7月11日（木）全8回                                                                                                                                                                                                                                               |
| 日 時     | 木曜日 午前10時～正午                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 会 場     | 男女共同参画推進センター 第1・2・3研修室                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 定 員     | 30名                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 受 講 料   | 無料                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 保 育     | 幼児（満1歳6か月～就学前）                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 申込み方法   | 電話、窓口、ハガキ、FAX、インターネットにて<br>ハガキ、FAXの場合は<br>① 江東区パルカレッジ ② 氏名（ふりがな） ③ 住所<br>④ 電話番号（FAX番号） ⑤ メールアドレス ⑥ 生まれ年（西暦）<br>⑦ パルカレッジ受講経験の有無 ⑧ 全8回参加の可否<br>⑨ （保育希望の方のみ）保育希望・お子さんの氏名（ふりがな）・<br>生年月日・男女共同参画推進センター保育室利用経験の有無<br>⑩ （1歳6か月未満のお子さんとの別室同伴受講希望の方のみ）<br>同伴希望・同伴するお子さんの人数・生年月日 |
| 申 込 締 切 | 令和6年4月21日（日） 必着                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 申込み・問合せ | 江東区総務部人権推進課（男女共同参画推進センター）<br>〒135-0011 江東区扇橋三丁目22番2号（パルシティ江東内）<br>電話 03(5683)0341 FAX 03(5683)0340                                                                                                                                                                     |

## 第32期 江東区パルカレッジカリキュラム

| 日程：令和6年5月16日(木)～7月11日(木) 全8回 (10:00～12:00) |         |                                                  |                                         |
|--------------------------------------------|---------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 会場：男女共同参画推進センター 第1・2・3研修室                  |         |                                                  | 定員：30名                                  |
| No.                                        | 日 程     | カリキュラム                                           | 講 師                                     |
| 1                                          | 5/16(木) | 『開講式』<br>『ワタシの中の性別役割分担意識を知る』                     | 神奈川大学人間科学部教授<br>荻野 佳代子                  |
| 2                                          | 5/23(木) | 『身近にあるジェンダー・バイアス<br>～それって本当にアタリマエ?～』             | 公益財団法人日本女性学習財団<br>学習事業課長<br>池田 和嘉子      |
| 3                                          | 5/30(木) | 『見えないものが見えてくる<br>～メディアの見方、とらえ方～』                 | メディア総合研究所所長<br>谷岡 理香                    |
| 4                                          | 6/6(木)  | 『ワタシたちをとりまく社会の変化<br>～ジェンダーへの視点を中心に～』             | 明治学院大学社会学部教授<br>加藤 秀一                   |
| 5                                          | 6/20(木) | 『家族みんなで楽しく暮らす！<br>～ご機嫌に過ごすための家事半分術～』             | 家事研究家<br>佐光 紀子                          |
| 6                                          | 6/27(木) | 『身近にあるDVに気付く<br>～自分も相手も尊重し合える関係を<br>作るために～』      | 一般社団法人エープラス代表理事<br>自治体DV専門相談員<br>吉祥 眞佐緒 |
| 7                                          | 7/4(木)  | 『多様な性と私たち<br>～SOGIインクルーシブな環境づくりの<br>ために～』        | 認定特定非営利活動法人<br>ReBit (リビット)             |
| 8                                          | 7/11(木) | 『自らのライフキャリアをデザインする』<br>『閉講式』                     | 神奈川大学人間科学部教授<br>荻野 佳代子                  |
| 9/28 (土)<br>14:00～16:00                    |         | 公開講座<br>『一人ひとりの個性があって、ええねんで！<br>～違ってたって、いいじゃない～』 | タレント<br>歌手<br>実業家<br>はるな 愛              |



# 自分をアップデート！

## ～新たな学びと気づきを得る8日間～

家庭、子育て、仕事。追われる毎日。後回しにしてしまう自分のこと。  
そんな日常から少し離れて週1回、自分のために時間を使いましょう。  
江東区パルカレッジでは、無意識に刷り込まれた先入観に気づき、見直すことで  
自分自身の視野と可能性を広げるキッカケとなる連続講座を開催します。  
新たな学びと気づきを得ることで、自分をアップデートしましょう！！

### 日 程

5月：16日・23日・30日

6月：6日・20日・27日

7月：4日・11日(すべて木曜日)

全8回 10:00～12:00

会場：男女共同参画推進センター(パルシティ江東内)3階第1・2・3研修室

定員：30名

受講料：無料

保育：幼児(満1歳6か月～就学前)無料(10名程度)

※1歳6か月未満のお子さんは別室で同伴受講ができます(6名程度)

お申込時にあわせてお申し込みください。

お申込み  
内容等は  
裏面へ

## パルカレッジ 一人ひとりの個性があって、ええねんで！ 公開講座 ～違ってたって、いいじゃない～

毎回大好評のパルカレッジ公開講座。今年は、お笑いから歌手、女優、モデル、実業家として幅広く活動するはるな愛さんに、性別にとらわれない自分らしい生き方について、これまでのご経験を交えてお話しいたします。パルカレッジ受講生は、優先的に受講できます！ ※公開講座のみの受講者募集は8～9月の予定です。

令和6年9月28日(土) 14:00～16:00

講師：はるな愛(タレント・歌手・実業家)

松浦亜弥さんのロパクものまねで人気を博し、テレビ出演多数。24時間マラソンのチャリティーランナーに抜擢されたり、東京2020パラリンピック開会式にも出演を果たす。

会場：男女共同参画推進センター(パルシティ江東内)1階レクホール

定員：200名(予定、定員を超えた場合は江東区民を優先して抽選)



# 第32期江東区パルカレッジ

パルカレッジは、男女共同参画の視点から、自分の生き方や家族、地域、社会との関わりについて学び、考え、実践へとつなげる連続学習講座です。講義のほか、グループディスカッションも予定しております。

※カリキュラム等は変更になる場合があります。

| No. | 日程          | カリキュラム                                         | 講師                                      | 内容                                                                                                                                                          |
|-----|-------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1   | 5/16<br>(木) | 開講式<br>ワタシの中の性別役割分担意識を知る                       | 神奈川大学人間科学部教授<br>荻野 佳代子                  | 自分の中にある性別役割分担意識を知り、幼少期から周囲の人や環境に影響を受けながら形成されてきた心理について学びます。                                                                                                  |
| 2   | 5/23<br>(木) | 身近にあるジェンダー・バイアス<br>～それって本当にアタリマエ？～             | 公益財団法人日本女性学習財団<br>学習事業課長<br>池田 和嘉子      | 男はこうあるべき、女はこうあるべきという固定観念を「ジェンダー・バイアス」といいます。私たちの生活の中で無意識に刷り込まれているジェンダーの思い込みを気づき、それを見直すことで自分の可能性を広げるきっかけにしましょう。                                               |
| 3   | 5/30<br>(木) | 見えないものが見えてくる<br>～メディアの見方、とらえ方～                 | メディア総合研究所所長<br>谷岡 理香                    | 私たちが普段何気なく目にするテレビ番組やCMには、様々なメッセージが隠されています。メディアから発せられる数多の情報を、受け身にならず、能動的に読み解きます。                                                                             |
| 4   | 6/6<br>(木)  | ワタシたちを取りまく社会の変化<br>～ジェンダーへの視点を中心に～             | 明治学院大学社会学部教授<br>加藤 秀一                   | 社会の変化の中で、人々のライフスタイルも変わってきました。よく耳にする「昔は良かった」は本当なのか？社会学の観点から、私たちの生き方の変化やこれからの課題を学びます。                                                                         |
| 5   | 6/20<br>(木) | 家族みんなで楽しく暮らす！<br>～ご機嫌に過ごすための家事半分術～             | 家事研究家<br>佐光 紀子                          | 「きちんと家事をしなくちゃ…」「ちゃんと子育てしなくては…」、そんな「思い込み」にとりつかれていませんか？国内における家事の背景や海外の事例を参考にしながら、自分も家族もご機嫌に暮らせる家事への向き合い方について、みんなで考えましょう。                                      |
| 6   | 6/27<br>(木) | 身近にあるDVに気付く<br>～自分も相手も尊重し合える関係を作るために～          | 一般社団法人エープラス代表理事<br>自治体DV専門相談員<br>吉祥 眞佐緒 | DVは心にも体にも大きな傷を負う身近で深刻な問題であり、その種類は身体的な暴力に限らず、様々なものがあります。自分自身や子ども、身近な人がDV被害者にも加害者にもならないために、実情や対策を知り、尊重し合える関係を築く方法を考えましょう。                                     |
| 7   | 7/4<br>(木)  | 多様な性ってなんだろう？<br>～互いの違いを受け止めあえる社会を目指して～         | 認定特定非営利活動法人<br>ReBit (リビット)             | LGBTQという言葉はよく聞けれど、私たちの性のあり方はそれだけではありません。自認する性やからだの性、好きになる性や表現する性など、性のあり方はさまざまな要素から成り立ち、その組み合わせは人の数だけあるとされています。多様な性について正しく理解し、誰もが生きやすい社会のあり方について一緒に考えてみましょう。 |
| 8   | 7/11<br>(木) | 自らのライフキャリアをデザインする<br>開講式                       | 神奈川大学人間科学部教授<br>荻野 佳代子                  | 7回の講義で身に付けた内容を踏まえ、自分の生き方をより多様な視点からとらえ直し、家庭での生活や仕事だけでなく、自分の好きなことやチャレンジしたいことも含めて、今後の人生における自分らしいライフキャリアについて考えてみましょう。                                           |
|     | 9/28<br>(土) | 公開講座<br>一人ひとりの個性があって、ええねんで！<br>～違ってたって、いいじゃない～ | タレント<br>歌手<br>実業家<br>はるな 愛              | お笑いから歌手、女優、モデル、実業家として幅広く活動するはるな愛さんに、性別にとらわれない自分らしい生き方について、これまでのご経験を交えてお話しいたします。                                                                             |

## — 多様な視点を持ち、みんなでつくる江東区 —

江東区パルカレッジは、本区における男女共同参画推進施策の主要事業の一つとして平成5年に始まった「江東区女性大学」をその起点とし、以来30年を超える歴史を持つ伝統ある長期講座です。パルカレッジを修了された多くの方が、区の審議会をはじめとする様々な地域活動に参画し、まちづくりの大きな力になっていただいております。

このパルカレッジは、身近な暮らしにスポットをあて、無意識の思い込みに縛られることなく、ご自身の視野と可能性を広げるきっかけとなるカリキュラムになっております。是非、パルカレッジの趣旨をご理解の上、皆様の積極的なご参加をお願いいたします。

江東区パルカレッジで学び、得た知識を生かしていただき、発展する江東区を共に築いていきましょう。

令和6年 春



江東区パルカレッジ学長  
江東区長 大久保朋果

## 第32期江東区パルカレッジ受講申込方法

- 電話・窓口・ハガキ・FAX・インターネットにてお申込みいただけます。インターネットからのお申込はこちら→  
※ハガキ・FAXの場合は

- ①江東区パルカレッジ ②氏名・ふりがな ③住所 ④電話番号（FAX番号） ⑤メールアドレス ⑥生まれ年
  - ⑦パルカレッジ受講経験の有無 ⑧全8回参加の可否
  - ⑨（保育希望の方のみ）保育希望・お子さんの氏名・ふりがな・生年月日・男女共同参画推進センター保育室利用経験の有無
  - ⑩（1歳6か月未満のお子さんと別室同伴受講希望の方のみ）同伴希望・同伴するお子さんの人数・生年月日
- 以上をご記入の上、4月21日（日）必着でお送りください。

- 応募多数の場合はパルカレッジ未受講者・全8回参加できる方を優先し、抽選となります。

・当落選に関わらず、結果はメールまたは郵送にてお知らせいたします。

・定員に満たない場合は、引き続き申込順にて受付いたします。

- 公開講座のみの受講生募集は8～9月の予定です。

- お申込み・お問合せ

江東区男女共同参画推進センター

〒135-0011

江東区扇橋三丁目22番2号（パルシティ江東内）

TEL：(5683) 0341 / FAX：(5683) 0340

受付時間：9時～21時

休館日：第2・4月曜日（祝日は開館）

HPアドレス：<https://www.city.koto.lg.jp/kurashi/jinken/danjo/center/kouza/index.html>



### 交通案内

都営新線・東京メトロ半蔵門線  
「住吉駅」下車（B1出口）徒歩12分

都営バス

門前仲町、木場、東陽町、豊洲方面及び、  
錦糸町方面からお越しの場合

●東22系統 錦糸町駅前 ⇄ 東京丸の内北口  
（扇橋二丁目下車 徒歩6分）

●東22系統 錦糸町駅前 ⇄ 臨海車庫  
（扇橋二丁目下車 徒歩6分）

東砂6丁目、亀高橋、境川及び、  
清澄、白河方面からお越しの場合

●秋26系統 葛西駅前 ⇄ 秋葉原駅前  
（扇橋三丁目下車 徒歩3分）

お車でのご来館はご遠慮ください。

## 第32期 江東区パルカレッジの取り組み

社会的・文化的に形成された性別役割分担のことを「ジェンダー」といいます。わたしたちは気付かないうちに「男性（男の子）はこうあるべき」「女性（女の子）はこうあるべき」というジェンダー意識を、親や祖父母、学校やテレビなど、周囲の身近な環境から知らず知らずに刷り込まれていき、さまざまな格差・障害が生じたり、こどもの可能性を狭めていたりすることがあります。

パルカレッジは、いつの間にか刷り込まれている身近なジェンダーについて学ぶことのできるカリキュラムとなっております。その学びから得た気づきを自身の地域へと還元し、次世代を担うこども達がジェンダーの視点を意識し、自己形成をしていける環境づくりへとつながることをねらいとし、企画いたしました。

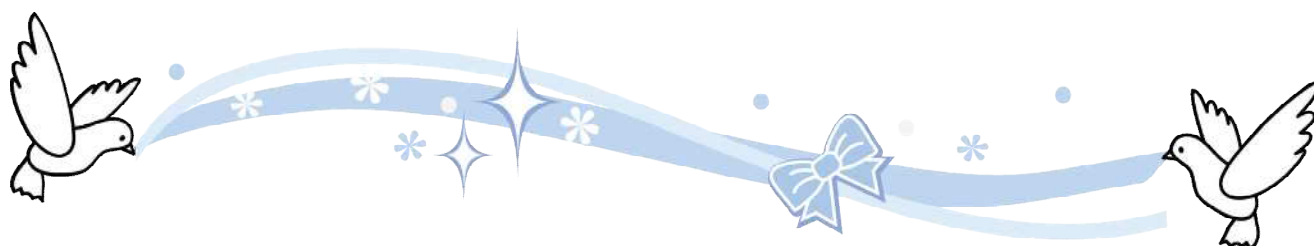
第32期の皆様は、「自分の知らない世界を知ることができそう」「他者の話を聞くことで違った視点から見ることができるのではないか、視野を広くもちたい」「よりアップデートして生活に取り入れたい」など他の視点の考え方を知って、新たな学びや気づきを得ることで自分自身をアップデートできる場として参加されました。

### ●受講人数：22名

30代：6名    40代：8名    50代：6名    70代：2名

### ●修了生人数：18名

30代：4名    40代：6名    50代：6名    70代：2名



第32期

江東区パルカレッジ

講義記録

## ワタシの中の性別役割分担意識を知る

講師：神奈川大学人間科学部教授 荻野佳代子

【プロフィール】専門は心理学。キャリア・ジェンダー・ストレスをキーワードに、看護職や教員など“対人援助職”を対象にした「バーンアウト（燃え尽き症候群）」について研究。最近の研究テーマでは「ワーク・ライフ・バランスとバーンアウト」がある。また、男女共同参画の視点からライフキャリア教育に取り組む。



### ■性、役割分担意識とは

小学生の頃、ランドセルは何色でしたか？男の子は黒・青系、女の子は赤・ピンク系とはっきり分かれていたのではないかなと思います。色は本来、性別とは関係ありませんが、我々は結び付けてある程度共通した認識をもっています。このことを男女に関する社会・文化的な意味づけ、「ジェンダー」といいます。それは、生物学的な性別と結びついており、男か女か二分法的で、器質的な根拠があるから変えられないもの、と捉えられてきました。では、本当に性別とは、男性と女性だけなのでしょうか？社会文化的な性別（ジェンダー）には、3つのレベルがあり、1番目は性同一性（ジェンダー・アイデンティティ）、心理的性別。自分で自分の性別をどのように自認、認識しているか。2番目は、性役割。性に関する社会的な役割を自分でどう受け入れているか。3番目は性的な指向です。異性愛だけではなく同性愛、両性愛、無性愛などがあります。そして、いずれのレベルにおいても、性は多様で連続的なものだと考えることができます。LGBT、LGBTQなどの言葉もありますが、それでも多様な性のあり方を表現しきれないということが認識されてきて、最近ではSOGIという言葉が使われるようになってきています。SOGIのSOは性的指向（Sexual Orientation）、GIは性自認（Gender Identity）です。誰でもが語れる属性としての言葉、表現に変わってきています。

国の第5次男女共同参画基本計画では、本来であれば、男女を問わず、個人の能力等によって役割の分担を決めることが適当であるにもかかわらず、男は仕事、女は家庭というように性別を理由

として役割を固定的に分ける考えのことを固定的性別役割分担意識と呼んでいて、これが社会全体にあることが男女共同参画社会を実現するうえで課題になっているということが明記されています。

### ■ステレオタイプとは

性別役割分担意識を心理学の用語に置き換えると、「ジェンダー・ステレオタイプ」といい、ジェンダーに関する社会からの期待として人々が共有する女らしさ、男らしさに関する思い込みのことです。中核になっているのは、男性が道具的役割（作動性）、女性が表出的役割（共同性）がふさわしいとステレオタイプ的にみなす考え方です。ステレオタイプとは、性別に限らず、国籍とか人種など、ある集団に対して共通して持つと思われる特徴のことをいいます。これは、素早く人を判断する際の手がかりになり、情報過多な社会にとって便利な面もあるけれど、一方で単純化されて柔軟性を失いやすい面もあります。集団の中でその特徴と一致しない人がいたとしても、例外として扱ってしまいステレオタイプのほうが維持され、個性や可能性を狭める方向に働いてしまうということもあり得ます。このうち直感的で自動的で無意識な思考は、アンコンシャス・バイアス（無意識の偏見）といわれています。この対策としては、まず思い込みに気付いていく、一つひとつ当たり前を疑っていく姿勢が大事だと思います。小さな違和感やモヤモヤに気付き、長い目で自分と社会に関心を持ち続け、視野と可能性を広げていく視点が一人ひとりが生きやすい、その人らしさを発揮しやすい社会につながっていくと考えています。

## ■受講生の感想（抜粋）

- 周りの方と色々な意見交換できたのが良かったです。ジェンダー・ステレオタイプを考えると、今まであたり前のようにやってきたことがあたり前ではなかったことに気がしました。夫と同じように仕事をしながらも家庭のことを全てやっていたのですが、みなさんと意見を交わしてみんなで疑問に思ったのが、お互い仕事をしているから家事も分担したいと思っても夫の帰りが遅い状況とかだと結局妻が家のことをやるしかなくなる、それはどう改善できるか！？という話になりました。色々なことに気付きをもっていけるきっかけになりました。
- 本日は荻野先生のお話が聞ける事を楽しみに参りました。大変興味深く、聞きなれない私にとっては難しい言葉、ワードを優しく単純な言葉におきかえて頂き、最後までお話を聞くことが出来ました。どうもありがとうございました！
- 無意識にすりこまれていた性別への考え方があることに気がしました。自分の近い人(夫等)は、あまりネガティブな性別意識がないなあということに気付き、見直しました。
- 固定観念で物事をとらえていたなと気付かされる講義でした。すぐに変える事は難しいですが、知るという事が大事だと思いました。日常生活でモヤッと探しをしてみたいです。ありがとうございました。
- アンコンシャス・バイアスに気付けないと直せないなので事例を交えて教えてもらい、日常に活かしていきたいと思いました。こどものジェンダー認識が早くから始まるとのことで、注意点として学ぶことができました。会社では、ジェンダー・バイアスがすでに根深くあるので、どのように浸透させていけば良いのかわからないので、学べたら良いなと思います。
- バイアスが必要な（役に立つ）こともあるし、困ることもある、その度合いなどは人、時それぞれで決めることはできないので難しいです。
- ジェンダー・バイアスについて、無意識に持っ  
てしまったり、あとで気づいたりすることがよくあります。例えばカッコ良いTシャツを着ていたこどもの母親に「男の子ですか？」と聞いたところ、実際は女の子でした。自分の中で男の子、女の子は各々それらしい洋服を着るべきというバイアスがあったことに気づきました。バイアスは完全になくさなくても、自覚することによって少しでも減らしていけるのではないかと強く感じました。
- 自分の中に性別によるステレオタイプがすりこまれていることを感じました。社会全体にステレオタイプがあるので、ある程度仕方がないことだと思いますが、それにとらわれて個性や可能性を狭めることがないように強く意識しないと、無意識に他者を傷つけてしまうと思いました。好意的性差別は悪気がない分、気付くのも難しいし、配慮ととらえられてしまうこともあるので、厄介だと思いました。
- 本日の講義を通じて、今一度、社会にあるアンコンシャス・バイアスと自分自身の中にも存在するアンコンシャス・バイアス、両方に気づく機会となりました。又、ピグマリオン効果も興味深かったです。ありがとうございました。
- 他の方と意見し合い、自分とは違う考え方を聞けて良かったです。神さまは、なぜ男と女、性別をつくったのか？とギモンがわきました。
- 「無意識な思考」が学ぶことができて良かったです。講義の最初にある「まず初めに…？」という認識テストから自分の考えはまだ固い、と思い知らされました。新しい言葉や考え方を知り、これからの考え方やふるまい方を考えさせられました。
- 職場でアンコンシャス・バイアスについて講義を受ける機会があり、自分にはアンコンシャス・バイアスがほぼないと思っていましたが、今回のテーマを受講し、まだまだ学ぶことがあると感じました。

## 身近にあるジェンダー・バイアス～それって本当にアタリマエ？～

講師：公益財団法人日本女性学習財団学習事業課長 池田和嘉子

【プロフィール】大学院の専攻は成人教育・生涯学習論。卒業後は国立女性教育会館の客員研究員等を経て現職。女性の生涯にわたる学びとキャリア形成に関する講座の企画運営や男女共同参画の情報誌作成に携わっている。



### ■これって「アタリマエ？」

#### ～身近なモヤモヤから考えよう～

ジェンダーというのは、社会的、文化的に作られた性差といわれています。態度、髪型、服装、役割などから、色々と世界を見てみると、身近なことから国レベルのことまで、社会のあらゆる場に浸透して影響を及ぼしています。性別を入れ替えてみて違和感があるなど、通じない言葉には、ジェンダーが潜んでいる可能性があります。例えば、イクメンです。イクジョとはあまりいわないですね。そもそも人の性のあり方というのは多様であるのにもかかわらず、社会の中で規範として男・女の二分法で結構分けられてしまっています。その中で、枠の中に入れないところでモヤモヤを抱えたり、枠を押しつけられて結構きつい思いをしたりという方がたくさんいらっしゃるのではないでしょうか？特に、高度成長期の「男は仕事、女は家事・育児」という社会制度が作られてきましたけれども、それが意識にかなり浸透していると思います。今は、女性にも仕事という面は含まれていますけれども、この性別役割分業が日本の社会の中ではかなり根付いてきています。しかし、令和となり、性別役割意識は変化しました。「男は仕事、女は家事・育児」について反対もしくはどちらかといえば反対の割合について、1979年は男性17.4%で女性22.8%、2002年は男性42.1%で女性51.1%、2023年は男性58.3%で女性69.4%となっており、男性も女性もかなり変化してきたことがわかります。

無意識の偏見「アンコンシャス・バイアス」という言葉は、聞いたことはありますか？誰もが潜在的に持っている無意識のバイアス、固定観念や偏見のことで、育つ環境や所属する集団の中で、

自分自身の中に知らず知らずのうちに刷り込まれているものです。誰もが潜在的に持っているもので、目の前のことを瞬時に判断できるプラスの側面はあるのですが、もしかしたら自分自身や相手への行動制限につながることもあります。

内閣府が、「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」というのを、令和3、4年度に実施しています。全国の1万人の方に、性別に基づく思い込みについて「そう思う」、「どちらかというと思う」など回答していただいたものです。令和4年度の調査では、1～3位は男性も女性も、「男性は仕事をして家計を支えるべきだ」、「女性には女性らしい感性があるものだ」、「女性は感情的になりやすい」となっていて、このように思っている方が3～4割いるということがわかってきました。年代別の意識にかなり差がでているものもあり、例えば、男性は「結婚して家庭を持って一人前だ」について、女性はそのままで思っていないけれども、男性の割合が高く、特に、男性60代の、管理職レベルの方たちがそう思っている割合がとても高いです。「デートや食事のお金は男性が負担すべきだ」についても、女性はそのままで思っていないくても男性自身がそう思っていて、しかも年代が高い男性のほうがより強く思っています。男性20代が高い割合となったのは、「職場では、女性を男性のサポートにまわらすべきだ」「男性は出産休暇／育児休業を取るべきでない」「仕事より育児を優先する男性は仕事へのやる気が低い」という内容です。男性というのはこうすべきなんじゃないかという、特に若い男性自身がとらわれている可能性が大いにあるのかなということを、この数字を見て少し考えました。

総体的に見ると、やっぱり性別役割を前提とした偏見などが依然として多く存在しています。そして、世代が上になるほど偏見や固定観念で縛られてしまう傾向があるように思います。バイアスがなぜ問題なのかというと、他者だけではなく、自分の行動や能力を制限してしまうということが一つあります。バイアスには抑圧のような力が働いてしまうということがあり、一人ひとりの感情は誰も制限はできないけれども、それがまとまって集団として作用してしまうと差別や排除につながっていく傾向があります。

私たちが普通とか当たり前と思っていること、社会の中で根付いてしまっていることは、誰が決めた普通なのか、誰が決めた当たり前なのかと思います。こういう意識というのは、自分自身、あるいは周りでも、「みんな幸せに生きているんだからいいじゃないか！」ということもあるかもしれませんが、意識が社会を作っていて、社会が自分たちの意識を作っている、そして、おそらく社会に大きな影響を与えているのではなかろうかと思っています。

## ■イラストで発見！社会に潜むジェンダー・バイアス

日本女性学習財団作成の、暮らしや社会に潜んでいるジェンダーの問題を表現した6つのイラスト、「なるほどジェンダー」を見て、グループごとに気になるイラストを2つ選び、思ったことを付箋に書いて発表・共有しました。

## ■「公」の場に女性がみえない

「146分の125」この数字は？聞いたことがある方もいらっしゃるかもしれませんが、ジェンダーギャップ指数というものがあり、世界の中で、男女の格差指数を出していて、世界経済フォーラムという国際的なNGOが毎年発表しているものです。日本は146か国中125位（2023年）。特に経済と政治がとても低い値になっています。公な場、公的な立場、例えば社会的地位や収入、専門性、権力、発言力に結びつく場に、女性たちがなかなか

見えないということが日本の現状です。第2次岸田内閣では女性閣僚は5人。フィンランドでは、15人中9人の女性が入っていました。日本の政治は、特に年配の男性が多く占めているというのが何となく当たり前の風景になっていて、歴代首相に女性が一人もいない。「国民全体と国会議員の性別・年齢構造」の調査では、国民全体では男性・女性それぞれ大体同じ比率けれども、国会議員では、特に60代ぐらいの男性が多く、女性は本当に少ないということがわかります。

働く場における国際的な比較を見ても、働いている女性の割合は、どの国も大体変わらないけれど（5割に満たないぐらい）、日本の管理職の女性はとても少ない（1割ぐらい）という現状があります。一方で、私的な場、例えばケアや家庭や無償労働に結びつく場に男性たちが見えません。日本の6歳未満のこどもを持つ夫婦の家事・育児関連時間は、妻が7時間34分で夫が49分。妻のほうにかなりの負担がかかっているという状況です。男女別で見た生活時間の調査では、賃金が発生していない労働は女性のほうが男性より5倍やっているということが日本の状況です。それは、普通のことでなくて、国際的に見たらとても稀有な社会であるということがこの状況でわかります。

## ■ケアレス・マンモデル社会

「ケアレス・マン」というのは、ケアに責任を持つことが想定外であるような労働者のことを指します。日本の働く場は、「ケアレス・マン」モデル社会、つまり誰かのケアをすることを前提としないような労働の場が作られていて、現在も誰かのケアをしていないし、自分のケアも誰かにしてもらっているような男性が、労働の場で、あるいは公的な場で権力を持っているという社会になってしまっている問題です。そうすると、男性自身も育児に関わりたい、介護に関わりたい、早く帰って自分のケアもしたい男性が多分苦しくなっている状況がすごくあるのではないかと思います。

## ■健康への影響は一

水無田気流さんの『「居場所」のない男、「時間」がない女』の中に、日本の女性は時間貧困、男性は関係貧困だという言葉があります。例えば、自殺者数についてですが、男性は女性の2倍以上の自殺者が常にいる状況になっています。「有害な男らしさ」という言葉がありますが、男性はこうあるべきという価値観の中で、自分自身が苦しい思いをしてしまったり、誰かに相談もできずに自分を追い詰めてしまったりということがあります。

## ■子どもたちへの影響は…？

「ジェンダー・ステレオタイプは自分の可能性を狭めているか」という高校生への調査ですが、狭めていると感じた高校生は7割近くいます。特に、性的マイノリティの若者たちというのは、自殺を考えてしまうとか、自殺未遂をしてしまうとか、そういう割合がすごく高い、これが日本の社会の現状になっています。

## ■見えてくることは…

社会の変化を感じつつ、やっぱり生き方の選択肢が狭めてしまう現実というのは、まだまだあります。特に、ジェンダー問題って女性の問題だと思われがちですが、今は全ての人に関わること、女性も男性も性的マイノリティの方もみんな生きづらくなっている現状があります。ジェンダーの影響は、社会において、男性が上で女性が下であったり、意見が言える中心のところに男性が多くいるなど、不平等に表れてきます。それは、お金の面でいくと貧富の差になってしまったり、DVにつながったりという身近な危機にもなっていくと思います。

## ■これからの未来へ

今年（2024年）は、女性が参政権を獲得してから約80年、男女共同参画社会基本法が制定されてから25年など節目の年に当たっています。現代のように女性も政治で投票するのが当たり前になっている社会が約80年前にはまだ日本にはな

かったのですが、その時代に女性参政権の必要性や女性が声を出していける社会を獲得していくべきと思った人たちがいたからこそ今があると思うことがあります。一步を踏み出したのは、やっぱり一人ひとりなんだなということを思います。

私からのまとめとして、「アタリマエ」とか「フツー」という景色を見直すことは、次世代へのプレゼントかなと思います。ちょっと立ち止まって考えたり、時にはこういう学びの場で、何となく仲間と一緒にそういう見直す時間を持ってみたり…。それって、自分自身へのプレゼントでもあるけれども、次世代が同じ思いをしない、次世代には私のモヤモヤを引き継がせないということができるととても良いかなと思います。2番目に、「個人的なことは社会的なこと」これはフェミニズムですごく有名な言葉なのですが、自分自身のことというのは社会につながっている、自分自身で抱え込まないで小さな社会から一歩変えていくということができると、それこそ積み上がって社会が変わっていくのではないかと思います。

最後に「ひとりの大人としてつきあえる仲間や場」はとても大事で、「ママ友」といわれますけど、私は「マナ友」は宝物だと思います。学びの友のことです。良いつながりを作っていただき、一緒に自分らしく生きられる社会を作っていただければと思います。

## ■受講生の感想（抜粋）

- ・無意識のうちに、自分で自分に「女性だから、妻だから、母だから」という押しつけをしていたことに気が付きました。小さなことからでも意識改革していきたいと思います。
- ・「偏見は組織として作用し「差別」や「排除」につながる」という文を読み、怖いなと思いました。差別につながらないように、もっと考えを深めていきたいです。
- ・多くのDiscussionもあり、参考になります。
- ・男性は男性で見えない悩み、辛さもあると改めて感じ、自分のイライラだけではなく、夫にもよりそうことも大切だと思いました

# 見えないものが見えてくる～メディアの見方、とらえ方～

講師：メディア総合研究所所長 谷岡理香

【プロフィール】元東海大学文化社会学部広報メディア学科教授。城西国際大学大学院で女性学修士の学位取得後、武蔵大学大学院博士課程でメディアとジェンダーの研究を進める。初職がアナウンサーだった経験を生かし、2016 年（一社）「青空朗読」を設立、誰もが朗読作品を楽しむことができる耳で聞く図書館作りを進めている。



講義では、マス・メディアが果たす役割や時代とともに変化するメディアで描かれる男女像等の解説をいただきながら、日本の現状を理解し、自分が自分らしく生きていくために、能動的にメディアを読み解くことについて、学びました。講義の後半では、グループワークを行い、自分の気持ちを語り、他者の声を聞き、さらに自分の考えを深めました。

## ■講義内容

### ◆講師自己紹介

### ◆講座の目的

- 自分が自分らしく生きていくために能動的にメディアを読み解く
- 自分の気持ちを語る
- 他者の声を聴く

### ◆女？男？＜自分らしさ＞

- マツコ・デラックスさん
- IKKO さん
- はるな愛さん

### ◆そもそも男女だけなのか？

- 医学が進んで分かってきたこと
- LGBTQ

### ◆マス・メディアが果たす役割

- 社会、世界の情報を知る
- 寛ぎを得る（娯楽）
- 教養・知識をつける

### ◆時代によって変化 メディアで描かれる男女像

- 90 年以降、多様性が広まる
- 登場人物のキャラクター変化
- これまでと異なる男女（LGBT）

### ◆CMに描かれる男（女）像変遷

### ◆日本は男女平等後進国

### ◆日本の報道の自由度

### ◆デジタル・メディア時代 信頼できる情報とは

### ◆ニュース離れする日本人

### ◆小まとめ+補足

### ◆グループワーク

- 自己紹介
- これまで触れた漫画やドラマ、アニメ等
- 今日の講座で共感したこと
- 今日の講座を聞いて「そうかなあ？」と思ったこと
- 今日の講座で、自分とメディアの関わりで気付いたことあれば

### ◆まとめと課題

- メディアはメッセージ
- 誰がそれを価値ある情報として伝えているのか批判的に考えてみる
- 新しいメディアとの関わり方

## ■受講生の感想（抜粋）

- ・メディアが与える影響は個々の意識を形成してしまう程大きいということがわかりました。大きな権力がこのような方向になって欲しいと思うような意識を植えつけることの可能性も感じました。
- ・人と会話をしていて「普通は…」とつい言ってしまう事がありますが、何が普通なんだろうと自分で問いかけてしまう時があります。その発言で人を傷つけてしまう事もあるのかもしれないと感じています。
- ・メディアの影響はやはり大きいと思いました。子どもたちによくスマホを自由に触らせていましたが、もう少し気を付けた方がいいかなと思いました。

## ワタシたちをとりまく社会の変化～ジェンダーへの視点を中心に～

講師：明治学院大学社会学部教授 加藤秀一

【プロフィール】一橋大学社会学部を卒業後、東京大学大学院に進み、現職。  
専門は社会学、生命倫理学。性役割の現状分析、生殖をめぐる倫理問題を研究。



### ■社会の「変化」をとらえることの難しさ

世の中に生きている人たちは、それぞれの好みや意思や夢などを求めて、一人ひとり一生懸命生きています。空を飛んでいる鳥の目から見れば、個人の努力や才能や好みなど、そういうものを超えて変化し続ける社会の一部でもあります。私は、その動き続ける歴史の中の1コマを「今、自分が生きているんだ」という、そういう感覚に触れていただければと思っています。

変化を捉えるということは、なかなか難しいことです。特に、私たちはついつい昔を必要以上に美化したり、良い方向に描いたり、逆に悪く描いたり、どちらかに偏りがちです。自分が慣れ親しんだ環境は、「これが普通」と思い込みがちなので、客観的に見れば珍しいケースだったとしても、何となく「それが普通」と思いながら育ってしまう。こういうことを全部合わせて変化を捉えるためには、慎重に情報を得ないといけないと思います。さらに変化は社会を成り立たせる複数の層で起こるので、人々の意識が変化したからといって社会制度がすぐに変化するわけではないですし、逆に法律が変わったからといって、人々の意識がついていけないなんてこともあります。

### ■短期的な変化～ランドセルの色～

女の子向け漫画雑誌の部数トップの『ちゃお』と、男の子向け漫画雑誌の部数トップの『週刊少年ジャンプ』。パッと見て、絵柄も違うけれども、色合いが全然違います。『ちゃお』はパステルカラーでふわふわした感じで、『ジャンプ』は黒が基調で非常に力強い感じだと思います。なぜ、そのような色の好みが生じたのかという原因、背景については、色々考える余地があります。色に関する好みの性別による違いというのはあるかもしれま

せん。しかし当然ながら、「男の子らしい色というのはこういう色で、女の子というのはこういう色が似合うんだよ」というように、文化的に刷り込まれるという影響も当然あり得るでしょう。アンケート調査でも、女の子はピンクが好きという子が多いのですが、嫌いという子も結構多いのです。男の子はピンクは嫌いな色の上位になります。これは、「ピンクが好き」と言ったら「お前、女みたいだな!」と言われてしまうから、嫌いということにしているのではないかと考えられると思います。少なくとも、全部生まれつきで決まっているということは、考えにくいといえるでしょう。

ここでようやくランドセルの話です。私が小学生だった頃は、考える余地もなくランドセルといえば、男の子は黒、女の子は赤でした。「最近の子はいろんな色のランドセルを背負っているね。」という言い方で納得してしまうのですが、もっと遡ったらどうなのでしょう？小学館の『小学一年生』という学年別の学習雑誌では、1949年4月号の挿絵を見ると、この頃から男の子は黒で、女の子は赤という色分けがあったようですが、果たして黒と赤で二分できるのでしょうか？1950年代 1960年代の『小学一年生』4月号で描かれた男女別のランドセルの色を見ると、男の子は確かに黒が多いのですが、その次の茶色も結構多くて、白も結構います。女の子は興味深いことに、一番多いのは茶色です。確かに赤もいるし、黒や白の子もいて、女の子のほうがさらにバラけています。赤と茶は比較的似ていると思えば、確かに女の子は赤っぽい色が多いようです。男の子は黒と茶。茶は濃ければ黒っぽくもなります。そうすると、確かに男女での色分けはある程度あるけれども、くっきり黒と赤とに二分されてはいないということが

判明します。その後の1965年4月では、黒いランドセルの男の子と赤いランドセルの女の子が描かれ、象徴的な表紙になっているわけです。1970年代後半になって、多色化の芽がでてきたもののあまり広まらず、1994年になるとランドセル工業会が黒と赤以外の色や変形ランドセルの製造販売を自粛するという申合せを業界内にします。なぜかという、面倒くさくてコストがかさむからです。でも、この時期になると人々の感覚が変わってきていて、実際には守られなくなりました。もう多色化が少しずつ進行していたのです。決定的とされているのは、イオンが24色のランドセルを2001年度に発売し、多色化が一気に加速しました。

「お子さんの入学時に何色のランドセル買ったか」という調査ですが、2018年だと、男の子の1位が黒、67%で圧倒的で、その次は紺。女の子は、男の子に比べるともっと多色化が進んでいます。1位ピンク、2位が赤、3位が紫・薄紫。女の子は意外と茶色や水色もあって、一つひとつそれなりのシェアがあります。2024年では、男の子の1位の黒が51.4%で、だんだん多色化が進んでいるという感じです。女の子は、ピンクが2位になりましたが、多色化の傾向は変わらないです。ここからいえることは、親はこどもに何色が良いかと聞いて、買う場合が多いと思いますので、こども自身の好みもこのように多様化してきているという流れがありそうです。ジェンダーにも関わる非常に身近でわかりやすい目に見える変化、でも本当のところは、やっぱりちゃんと調べないとわからない変化の一つの代表例として、ランドセルの色についてお話ししました。

### ■短中期的な変化～若年層の性行動～

日本性教育協会の「青少年の性行動全国調査」は、1974年から6年おきに行われている重要な調査です。キス経験率と性交経験率の推移ですが、2005年まではキス経験率も性交経験率も右上がりになっています。つまり、ある年齢までにキスを経験したり、性交を経験したりする人の割合が増えています。これは性行動、性経験の低年齢化

とも活発化ともいえます。ところが2005年をピークとして、2011年の調査では、キス経験率、性交経験率が前より下がりました。2017年には、さらに下がる傾向が続いていることが見えてきました。これは少なくとも1974年から2005年まで、約30年に渡ってぐんぐん性行動率が上がっていた時代と比べれば、明らかに違う時代になっているといえます。21世紀の日本では、若者たちのものの感じ方や行動の仕方は大きく変わったということは間違いのないはずです。これを「草食化」と特にマスメディアでいわれましたけど、草食化という言葉が広まった背景は、男性がガツガツしなくなったというニュアンスで使われることが多かったと思います。でも、草食化はどちらかというと女子のほうで進んだのではないかと思います。少なくとも大学生についてはそうですね。もう一つ興味深いのは、性的なことに関心があるかという質問をしています。実はこの過去12年、2回の調査で浮き彫りになったのは、「性的関心はないが性的経験はある」という層が拡大しています。一つひとつの質問はシンプルで、どうにでも答えられそうなものでも、それに対する答えを集めて分析していくと、案外色々なことが考えられます。どうも性のイメージというのが、21世紀に入って若者たちの間で低下しています。性というのは、すごく興味深くて、いつかは自分も経験したいと思うものではなくて、何となく遠ざけておきたいようなものになってきている傾向が見てとれます。性行動、性関係というのは、ある意味、一番親密な関係です。そういう関係を他人と結ぶということの重さ、ハードルの高さというのが、どうも若者の間では非常に増しているのではないかと思います。これは若者全般の話ですが、男女間の友人関係は、実は日常化しています。また、性行動に進まない理由に、「年齢的に早過ぎる」という回答が増えています。性行動から生じる人間関係のトラブル、妊娠、出産、性病のことなど、今の若者たちはある程度教わってきています。特に妊娠の不安を重視して、経済的に安定した将来を考えたときに、安易に性行動に走れないという感覚

がどうも見てとれるという分析もあります。「性」という、すごく人間の本能に関わっているような、体の感覚に直結しているようなことであっても、例えば友人関係に対する考え方の変化や経済的な状況に対する考え方の変化など一見性と関係なさそうなことと結びついています。さらに踏み込めば、そういうものが組み合わされて変化してきているということが見えると思います。

## ■長期的な変化～結婚・家族の歴史をふりかえる～

伝統的な結婚・家族と聞いたときに、皆さんどういうイメージを持たれるでしょうか。我々は伝統というときに、明治 31 年にできた明治民法によって確立された家父長制的な家制度が力を持っていた時代を思い浮かべてしまいます。法制度的に見ると、恐らく日本の歴史上、男女間の格差が最も激しかった時代。まず明治民法というのは、江戸時代の武士の階級の慣習を法律化して全国民に押し広げたといわれています。明治民法の家制度の特徴というのは、戸主という概念があり、非常に強い権利・義務を与えました。親族を扶養する義務、家族の移住地指定権、自分に反対して家を出た息子はもう扶養しないということもできます。結婚相手を決める権利（男 30 歳、女 25 歳まで）もありました。それから家族の直系嫡出長男子による単独相続。妻に財産権はありません。結婚すると夫は妻の財産を管理し、夫が刑法の姦通罪を犯して有罪になった場合のみ、妻側からの離婚請求ができる理由になりますが、夫は妻の姦通のみを離婚原因として認めることができます。しかし、明治よりさらに遡る近世の家制度は、村という大きな組織体の構成単位なので、個人という存在はあまり大きくないのです。戸主権、戸主というのは法律で決められた個人の権利ですが、もともとの家制度の家長にはそんな権利はありません。組織体のようなもので、家というのは企業などに近いのです。それまでに多くの庶民が持っていた伝統文化ではなく、これが日本の本来の伝統だと昔からあったことにされた、つくられた伝統という面が、明治民法の家制度には強いわけです。

では、それ以前、歴史学の研究を踏まえて、明治民法以前の家、家族とか男女関係はどうだったのでしょうか。結婚の観点でいうと、古代、中世の初めぐらいまでは、対偶婚と言われる形が一般的だったと考えられています。妻問婚（通い婚）ともいったりします。財産の権利についていうと、氏という概念は古くからあって、これは父親から続いている血族の血統です。財産を持って結婚して離婚した場合は、その財産は妻の財産ですから、当然持ち帰ります。死後も父親からつながっている、自分の氏の墓に入ります。夫婦一緒の墓ではありません。ある歴史家によると、「中世以前の家族のあり方と、近代以後の現在の家族のあり方というのは案外似ている面があって、間に挟まれた家父長制的な家制度の時代というのは、むしろ異質なのではないか」とまで言う人もいます。

これまでのまとめとして簡単にお話すると、変化はこれからも続きます。未来がどうなるのか、これは当然見通しきれないですけども、過去の趨勢からある程度は確からしいこともあるかもしれません。昔はこうだったから今はこうで、未来はこうなるに決まっているというような話は、眉に唾をつけて聞いたほうがよくて、そういう不確定が変化の中で自分はどうしたいのか、何を大切にするかということは、一人ひとり考えるしかないと思っています。

## ■グループ・ディスカッション

今日のテーマについて、自分の経験や、考えていること、思っていること、世代経験の違いや世代間のギャップなどの意見交換しながら、グループごとに話し合いをしました。

## ■受講生の感想（抜粋）

- ・長期的な視野から特にジェンダーへの視点から社会の変化をみることがなかったため、とても興味深い内容でした。
- ・時代の変化による性の考え方の変化の部分では、若者の考え方が少し理解できるようになったと思います。

## 家族みんなで楽しく暮らす！～ご機嫌に過ごすための家事半分術～

講師：家事研究家 佐光紀子

【プロフィール】家事研究家。翻訳家。上智大学大学院グローバル・スタディーズ研究科修了。日本の家事の特質と問題点について、アメリカなど諸外国との違いを含め研究。家庭内で気持ち良く進める家事シェアを様々な媒体で提案している。



### ■きちんとした家事ってどんな家事？

家事のことは、人とあまり話したりしないのではないのでしょうか？家事は、お母さんが中心になってやっていて、情報の根幹は自分のお母さんにあるので、意外とプライベートなものです。自分のやり方とパートナーのやり方が馴染まないと、

家事の中心を担っている自分のやり方でやっているご家庭は、まだ日本ではかなり多いと思います。そして、日本の場合、きちんとした家事のスタンダードというものがあって、それが日本中で共有されている感じがします。でも、これがアメリカとかフランスだと、「これでもいいんじゃない？」と言う人が基準というか、価値観が割とバラバラな印象です。日本の場合、家事をきちんとするのが「いい妻、いい母」という伝統的な考え方が非常に強いです。例えば、家の中が整理整頓されている、朝ごはんが和食だとすごくきちんとしている感じがする、みたいな。

### ■子育ては妻の責任

「銃後の妻」という言葉を聞いたことがありますか？夫を戦地に送り出して、家庭を守る妻のことです。戦争中、夫の両親を支えて明るく健気に生きる妻というのが、戦争中に『若き妻たち』という本が出て、とても売れました。また、こどもを持つことが女の勲章でした。ちゃんとした兵隊を育てるためには、こどもを産まなければいけないわけです。勲章だから立派に育てていかなければならない。戦後の高度経済成長の時期を支える担い手となったのは、企業戦士。妻は専業主婦。基本的な構造は戦争中と変わりません。そういう価値観がしっかりと根付いている中で、私たちは

育っています。子育ての責任は基本的に母親にあるということが日本の考え方で、それを一番端的に表しているのがPTAです。集まるのは、だいたい専業主婦が集まりやすい平日の昼間が多い気がします。これが日本のアメリカンスクールだと、大学進学についての説明会などは、だいたい平日の夜です。なぜなら、大学に行くのはかなりお金がかかるので、両親ときちんと情報共有をして、家族で考える必要があるからです。それ以外にも、日本の学校では、小学生の夏休みの宿題となるアサガオの観察や自由研究などは、母親も一緒になってやって、きちんとやっていることを評価されます。「母親が裏で動いて、監督しないとこどもはちゃんと育たないというように刷り込むことが日本の学校教育なのではないか」とアメリカの社会学者アリソンが言っています。

彼女は、「なぜ、日本で高度経済成長が実現したのか」ということを調べるために、日本にしばらくいて、日本でこどもを幼稚園に行かせました。ある日、こどもがお弁当を残したときに先生に呼ばれ、「ちょっと量が多かったのではないですか？もうちょっと食べやすく、カラフルに彩りよく、食欲が湧くように工夫をしていただけたらどうでしょうか？」と言われたそうです。彼女は、「そもそもこどもに食欲があったかどうかが問題で、私の作り方の問題ではない。」と言うのです。それなのに、先生に「あなたがちゃんとすれば」と言われ続けることで、子育ての責任は私にあると刷り込まれていくというのが彼女の分析でした。日本では、母親が中心になって動かなければならないということが、まずはとても大事にされています。その底辺にあるのは、「いい妻、いい母」は、きち

んと家事をして、家族を支えるという価値観、きちんとした家事が家族への愛情の表現だという考え方がとても強いです。そういう風潮の中で育つと、それが当然のような気持ちになってしまうわけです。

### ■家事＝愛情だと手伝ってもらうことに罪恶感

例えば、夫婦生活というハイキングを2人で一緒にしていて、彼女は「50 kgの家事という仕事をするのが私の役目だから、頑張らなくちゃ！」と思っています。本当なら、半分彼が持っても良いはずだけど、彼女は「彼に10 kg渡したい、せめて5 kg」と思いながら歩いていますが、「何かメリットがないとやらしてもらえないだろうな」「彼も忙しいし申し訳ないから私が頑張ろう」と思って抱えてしまいます。一方、彼は悪意がないから「大変だったら言ってね、手伝うよ」と言います。言い出せない妻と気が付かない夫。こうなると、残念ながらますます家事のシェアが難しくなっていく現実があります。

### ■「きちんとした家事」は本当に愛情？

昔は、基本的に家事は女中さんがするものでした。昭和初期の『女中さん読本』という本では、今の丁寧な暮らしそのままの家事のノウハウの記述がありますが、その倍ぐらいのページを割いてどうやって女中さんに家事をやらせるかという、女中さんの管理の仕方の本です。つまり、昔は女中さんが家事をして、豊かなご家庭は女将さんとしてそれを管理することが仕事だったのです。ところが戦後、女中さんがいなくなり、専業主婦が女中さんと女将さんの両方の仕事をするようになってしまいました。また、昔、女中さんは2人いました。上女中さんと下女中さん。上女中さんはお裁縫、下女中さんは掃除と料理。「掃除こそは女中の腕の見せどころ」という内容の記述があって、料理が一番ではありません。「毎日違う献立で」というのがでてきたのは戦後です。昔は毎日同じ献立だったりしていたわけです。それがスーパーマーケットができて、冷蔵庫が普及し、『きょうの料

理』や『3分クッキング』などで毎日違う献立が良い考え方が広がります。それを監修していた料理研究家の江上トミさんのモットーは、「ご家庭の幸せは愛情を込めた料理から」。江上さんは戦前にフランスでお料理を習ったような豊かなご家庭の方です。江上さんや時間のある人が時間をかけてお料理を作るのは自由です。でも、みんながそれに従わなくてはならないわけではないでしょう？忙しい人がご飯が手作りじゃないと罪恶感を抱える必要はありません。状況が違うのですから。こうやって見ていくと、少し前まで家事は女中さんがやっていたことまで、メディアによって、刷り込まれている部分もあると思われます。

### ■日本女性にかけられた「家事の呪い」

家事は愛情だと思っていると、「家事は私がやらなければ」とがんじがらめになっていきます。それを私は「家事の呪い」と言っています。家事の呪いの諸症状で一番怖いことは、私のルールが我が家のルールになってしまうことです。自分が普段やっていることは当然家族も共有して理解しているだろうと思いこんでしまうんです。家族を零細企業だと思ってみてください。自分がいなくなったらこの会社は潰れる、自分が倒れたらこの家は破綻すると思っている人が経営者だと思います。例えば、仕事でこどもの保育園のお迎えに行けないから夫に頼んでも「付き合いがあって行けない」と言われる。「私が行くしかない。私が行かなかったら、こどもが困る。結局、最後のバトンを引き受けるのは私しかない」と思って家の中を回している人が家事の責任者、経営者だと思います。断る選択肢があると思っている人となっていない人の違いです。でも、そうやってあれこれ引き受けているうちに、全部こちらがやらなければならなくなってしまいます。だから、なるべく相手を共同責任者だという認識で、最初はいまうまくなくても巻き込んで、自分の責任を相手にも真剣に相談をしてシェアしてください。私がちゃんとしないと家族が外で恥をかくとか、こどものことは私の責任だからとか、そういう思いがあるこ

とは悪いことではないのですが、それが強過ぎると家事を孤立化させてしまうことにつながったりすることはあるかと思います。

家族の家事のやり方についても、「私がやったほうが早い、きれい、きちんとできる」と思っていると、だから他の家族に任せられないということになってしまいがちです。妻の平均の家事時間は、全国家庭動向調査によると、平日は夫の7倍。オン・ザ・ジョブ・トレーニングに例えて考えると、7倍の仕事を52週間続けると、妻の家事の経験値は1632時間、夫は275時間。1年でも経験値に大きな差がでてしまいます。定年までそれを続けて、今日から家事をシェアしましょうと自分と同レベルの家事を求めるのは無理な話です。家事は慣れないとできるようにならないので。お互い家事のやり方が違うとき、こうしたら？と提案することはありません、それを取り上げてこうしなければ、ではなく、家事はダイバーシティが大事かと思えます。色々な家事のやり方があって、お互いに擦り合わせていく。自分のやり方に固辞せず、相手のやり方も認める。そうしないと、他の家族は家事を一向に覚えません。家事は愛情ではなくて、生きていくためのスキルだから、完璧でなくても、皆ができるほうが良いと思ってみてください。

### ■家事に暗黙の了解はありません

家事を頼むときは、着地点を明確にすることが大事です。「お茶わんを洗っておいて」と言ったらどこまでやるか、洗うだけか、洗い籠に入れて拭くまでか。着地点が違うと揉めますよね。意外とありがちなのは、相手を責めて、相手に「ごめん」と言わせることが目的になってしまうこと。そんなときは、穏やかに、「何でそうやったの？」と聞く。そこでやり取りをする。こういうことが実は家事の面白いところだと私は思っています。

### ■家事シェアのコツ

家事をシェアするうえで、いくつか大事なことがあります。まず、相手は大人なので、信頼して任せましょう。やっているうちにだんだん上達し

てくるところはあると思いますので。相手のやり方と私のやり方が違うのは当然です。そのときは十分なコミュニケーションを。洗濯でも掃除でも、相手のやり方はどうしてもNGのところはこちらで引き受ける。譲れる部分はやり方など、相手の言い分も聞きながら、話をしてみましょう。また、買い忘れた、やり忘れた、失敗した、といったときに、怒らず、尻拭いもせず、一緒に困ってみるのも一案です。ゴミを出し忘れた。しょうがない。次の収集までなんとかしのぐ…その対応をするのは忘れた人、となれば、相手もちょっと学んだりもします。また、自分が嫌なことを相手に押しつけるのは避けましょう。相手にできそうなものの中から、本人に決めてもらって、そこから少しずつ広げていきます。始めのうちは、家事に慣れない新人の同僚が入ってきたと思って、説明をしてください。暗黙の了解は期待できません。丁寧にやり方を説明し、相手の意見や質問にも耳を傾けて。うまく説明できないものは、自分がやってしまうのも一案です。あと、できないことは「できない」と言って良いです。そこからコミュニケーションも始まるし、道も開けてくるかと思っています。ヘルプシーキングは大事です。すぐに答えは出ないかもしれないけど、一緒に考えてくれる人がいることが大事だし、先々どうしたら良いかを一緒に話し合うのも大事です。

家事は愛情ではなくて、みんながご機嫌に暮らすための生活の技術です。こどももお連れ合いも共同生活者として、みんなで一緒にやるものです。その中でスキルを分け合い、一つ育っていくと、だんだんそれがまた広がっていくと思うのです。だから、自分が頑張って誰かをご機嫌にするのではなくて、まずは自分も一緒にハッピーになりましょう。

### ■受講生の感想（抜粋）

- ・話を聞いて生きていくのが楽になりました。相談しながら、家事をやっていこうと思いました。一人で抱えこまなくていい、できないと言っている、ありがたいお言葉でした。

## 身近にあるDVに気付く～自分も相手も尊重し合える関係を作るために～

講師：一般社団法人エープラス代表理事

自治体DV専門相談員 吉祥眞佐緒

【プロフィール】DV被害を受けた女性とDV家庭に育ったこどもの支援、DV被害者支援を軸に置いたDV加害者プログラムを行う一般社団法人エープラス代表理事。江東区立中学校においてデートDV防止講座を実施。



### ■私たちが感じるモヤモヤ

DVの問題については、自分には関係がないと思う方が多いかもしれないけれど、もしかしたら、自分の身の回りにDVの問題が潜んでいるかもしれないとか、その種があちこちに散らばっているかもしれないということに気付いていただけたらと思います。そして、自分も相手も尊重し合える関係を作るためにどうするかということ、実践的に学んでいただければと思っています。

DVに遭った女性たちの相談を受けていると、「すぐに夫と離婚したい」「逃げたい」という話をする方は少ないです。多くの方が、「夫が変わってほしい」「夫が暴力さえ振るわなければ」と考えています。そして、被害女性に共通する言葉としては、「もっと早くにDVのことを知りたかった」「もっとこどものうちからDVのことを誰かが教えてくれていたら、この人と結婚しなかったかもしれない」「もっと早くに誰かに相談できたかもしれない」と後悔の念をおっしゃいます。

社会の中には、男はこうあるべきで女はこうあるべきだというような固定的な観念がいっぱい溢れています。「ジェンダー・バイアスやアンコンシャス・バイアスにあたるから言わないようにしよう」と気を付ける方が多くなっていると思いますが、心の中では「女のくせに」とか「男なのに」などと思っているのではないのでしょうか。私もあります。娘が水色のランドセルを選んだときに、「絶対、後悔するから止めたほうがいいよ」と説得してしまったのです。だから、「これってジェンダー・バイアスやアンコンシャス・バイアスだよな」ということを考えて、日々感じるモヤモヤを

なるべく言語化して可視化するようにしています。子育てで真っ最中なのに眠たいときにすぐ寝る夫、献立を考えるのはいつも私…。日常の中でのモヤモヤに気付くようになると、センサーが高くなって、色々と気付いてしまいます。コロナ禍の話をして、仕事を減らされたり、家事の負担が増えたり、育児の負担が増えたりして、影響を大きく受けたのは、女性なのです。どうしても女性が家のことをやるべきだという考え方、価値観が社会の中にまだ強く根付いています。世界的に見ても、ジェンダー・ギャップ指数という男女平等指数は、日本は低いです。(2023年：146か国中125位、2024年：156か国中118位) この男女平等指数というのは、経済参画、教育、健康、政治参画の4つがありますが、健康と教育はほぼ男女が同水準になりつつあります。ただ、経済は賃金の格差が男女で大きく違います。もっと差が出ているのは政治です。例えば、国会議員の女性の割合は本当に少ないです。これがDVと何が影響しているのかということ、そもそも男性が優遇されていて女性は男性に従うとか、支えとか、保護してもらおうとか、養ってもらおうとか、下の位にいるなどという、そういう価値観が男性から女性への暴力が多い理由でもあります。

### ■DVの要因とその問題について

DVは、殴ったり、蹴ったり、怒鳴ったり、嫌みを言う、長時間説教して寝かせない、性的なことをいつも要求する、経済的に締めつけるなど、色々な種類の暴力があります。大きな要因の一つは、力による支配です。「家の中で一番力を持っている

のは俺だ」という考え方です。例えば、暴力を容認する意識。気に入らないことがあったら怒鳴れば良いとか、不機嫌なオーラを家中に充満させて機嫌を取らせれば良いとか…。これには、アンコンシャス・バイアスやジェンダー・バイアスが大きく関係しています。例えば、男の人は台所に立たない、家のことは全部女の人が把握しているべきだ、こどものことはお母さんが全部知っていなければいけないなど…。こういう考え方でこうしななければならないと思わされるような共通した夫婦観、価値観が蔓延しているこの社会自体に問題があるといわれています。ですから、DV とは夫婦間で起こる暴力のことを指しますが、決して個人間の問題ではなく、社会が生み出している社会問題であり、公衆衛生の問題だといわれています。DV 加害者の彼らは、間違いなく関係性において優位でありたいと思っているし、男（夫）のほうが偉いと考えている価値観や関係性の問題であるということを知っておいてください。DV の問題は、単に夫婦の問題や恋愛問題ではなく、人権問題であり、法律問題であり、児童虐待や暴力の再生産にもつながりますし、女性の貧困やこどもの貧困にもつながる、ひいては少子化問題にもつながる大きな政治問題であり、あらゆることに関係する社会問題です。

### ■身近にあるDVってどんなもの？

DV 防止法という法律は、生命又は身体に対する危険があるときに被害者が保護されるという法律だったのですが、今回の改正で新たに、自由や名誉又は財産に対する脅迫を受けたとき、そういう危険を感じたときにも被害者が保護される法律に変わりました。つまり、法律の解釈としてはDV の解釈が広がったといえると思います。

DV 家庭で起きていることですが、加害者は、色々なことで因縁を吹っかけてきたり、喧嘩を売ってきたり、文句を言って謝らせたりしてきます。例えば、洗濯とか食器洗いの仕方では、白い物と柄物は別に洗えとか、靴下はゴムを上にして干せとか、人によってゴムを下にしろとか、色々なや

り方があるのにもかかわらず、「俺のやり方のとおりにしろ！」とやらせようとしてきます。それに対して何かモヤモヤを感じる人がいると思います。それから、「君のためだよ」と言ってお説教をするとか、「こんなことで俺を怒らすんじゃない」と言いながら怒ったりとか…。それは、「君のためだよ」と言いながら、被害者の気持ちを尊重せずに加害者の考えを押しつけているということがいえます。

### ■加害者は何を考えているのか？

1 番目は、愛する人のためを思って叩くのは構わない、暴力は理由があれば許されると思っている加害者は多いです。こどものしつけのために、親はお尻を叩いたり手を叩いたりするのはありだと考えている人が多いと思いますが、実は法律が変わって、どのような暴力もどのような理由があっても絶対に許されない世の中になりました。2 番目は、「強い男性は「怒り」という感情だけを表し、ほかの感情を見せる必要がなく、反対に女性は様々な感情を表す。それが女性は弱いと見られる一因である」ということを言った加害者がいます。男性は小さい頃から、「男のくせに弱音を吐くな」「男のくせに泣くな」などと言われて育っているわけで、「怒り」の感情だけは出すと「男らしくて勇ましい」「やんちゃでいい」などと褒められたりします。「怒り」の感情を出されると、一緒に暮らしている女性は怖くて、従わざるを得ない状況になってしまいます。3 番目は、男が家の「主人」であるべきだという考えがとても強いです。結婚して男の人の名字になる人が 95% と言われているのですが、名字が変わった途端に、「俺の家のものだ、俺の家の所有物だ、家のみんなの共有物だ」と考える人たちが多いです。例えば、住民票には世帯主と書かれますし、健康保険証にも被保険者といって男性の名前が書かれます。そうすると、「俺はご主人様だ」と勘違いしてしまうのです。4 番目は、嫉妬深くて支配的であることは、それだけ愛しているということで、何でも「やきもちだ」と言えば許されると思っているということがあります。5 番目は、女性は男性に依存し、

男性は自立していなければならない、男性は弱音を吐いてはいけないし、女性は男性に依存するべきであると考えています。もし、自分のパートナーの女性が自立した人だったら、それを許しません。例えば、お友達との付き合いを全部絶たせたり、実家に帰ることを許さなくなったりします。6 番目は、男性であるほうが女性であるより良いという考え方です。7 番目は、「女性も暴力を振るうじゃないか。だから、男性の暴力はそんなに悪いものではない。」と言ったりします。それは抵抗を示すためにやったわけで、その前にどんな酷いことをやったのか？最後に、社会は女性を優遇しているから、男性は暴力でその穴埋めをしても許されるべきだ、例えば、「レディースデーとか、女性専用車両とか、女性は優遇されているじゃないか。だから、男性はそういうことがないから暴力を振るうしかないじゃないか」と言う人もいます。

## ■これを目指すとお互いHAPPY♪

### 健康的なパートナーシップとは？

どうしたらお互いにハッピーで健康的なパートナーシップを築けるか？また、そのコツをお伝えしたいと思います。1 つ目は、妻役割・夫役割を押しつけない、期待し過ぎない、縛られ過ぎないということです。例えば、夫婦の中で役割分担は当然あると思いますが、臨機応変にやってほしいです。例えば、夫が仕事で妻は家事・育児でも、こどもの具合が悪いときは手助けをするとか、疲れちゃったときはその役割を休んでも良いなどです。2 つ目は、お互いを大切にすることです。自分ばかり我慢したり、相手ばかり我慢させたりしない。実は、相手を大切にできる人は自分を大切にできる人です。3 つ目は、自分の気持ちと考えを大切にすることです。今、自分はどんな気持ちなのかなとか、今、モヤモヤしているのかなとか、そういうことをしっかりと気付けるようになってほしいと思います。4 つ目は、自分と相手はフェアな関係だと意識する必要があると思います。

私が考えるパートナーとの関係とは、ピザと一緒にオーダーするようなものです。これを DV の

家庭で決めようとする、DV 加害者が一方的に決めてしまったり、「何でもいいよ」と言っておきながら後で文句を言ったり、「こんなの食えるか！」と食べる前に捨てられてしまったり…。でも、本当はピザのオーダーの仕方は色々あります。2 人であれこれ話し合いながら決めるのがとても大事な過程、ステップだと思います。目標は、「おいしかったね」とお互いに満足して言えることです。そのために、自分の好みもちゃんと伝えるし、相手の好みもちゃんと聞けて、「じゃあ、どうしようか…」ということを考えていくことが大切です。DV のない関係というのは、対等な立場で、お互いが自分の意見も伝えて、そして相手の意見や考えも大切にする、これが必要なのです。

DV が起きてしまうと、2 人で解決するのはとても難しいです。関係機関や専門家に相談することがお勧めです。江東区にも東京都にも全国各地に相談窓口がたくさんあります。片仮名で「アナタノミカタ」と検索すると、全国の相談窓口がパッと出てくるような検索サイトもあります。それから、警察は 2001 年に DV 防止法ができてから劇的に進化を遂げた機関です。そして、被害者の方は、どうするか自分で決めて良いのです。迷うのは当然だし、気持ちは変わるものです。誰かが魔法をかけてくれて、相談したからといってパッと状況が変わるわけではないということは、知ってほしいと思います。これっておかしいことなんだ、モヤモヤしても良いことなんだということをもっと多くの人たちが知ってくれると、これからの 10 年後、20 年後とかには社会から DV が少しずつ減っていくのではないのかなと期待しています。社会から DV がなくなったときには、ぜひ、皆さんとピザを食べながら乾杯したいなと思っています。

### ■受講生の感想（抜粋）

- ・自分の中にあるアンコンシャス・バイアスに気付くことができました。一人一人、考え方や感じ方は様々であることをあらためて考えさせられました。自分の意見も他者の意見も尊重することを忘れないようにしていきたいです。

# 多様な性と私たち～SOGI インクルーシブな環境づくりのために～

講師：認定特定非営利活動法人 R e B i t

【プロフィール】「少しずつ」を「何度でも」繰り返すことにより社会が前進し、LGBTQ を含めたすべてのこどもがりのままで大人になれる社会を目指して、学校へ出張授業や教材の制作、各種イベントの開催などの活動を行う認定特定非営利活動法人

講義では、多様な性についての解説、現状、ライフストーリーをお話いただき、多様な性を持つこどもたちを取り巻く課題と取り組みを紹介し、SOGI インクルーシブな環境づくりに向けて、みんなで考え、今日からできること、一人ひとりができることについて、学びました。

## ■講義内容

### ◆グラウンドルール

### ◆自己紹介・団体紹介

### ◆多様な性とは

- セクシュアリティとは
- SOGI (E) (SC)
- LGBTQ とは
- セクシュアルマジョリティとは
- 性のあり方は、人の数だけ
- カミングアウトとアウティング
- 性のあり方は「人権擁護」

### ◆R e B i t メンバーの話

### ◆多様な性をもつこどもたちの今

- ReBit の教育事業
- LGBTQ 学生は学校で困難経験が多い
- LGBTQ 学生は不登校のハイリスク層
- LGBTQ は保護者との関係で困難が多い
- しかし、LGBTQ ユースの 9 割以上は保護者や教職員に相談できていない
- LGBTQ は自殺におけるハイリスク層

### ◆SOGI インクルーシブな環境づくりに向けて

- SOGI インクルーシブな環境づくりとは
- こんなときどうする？ケース①～③

### ◆今日からできること

- アライになろう
- 一人ひとりにできることがあります
- 相談・カミングアウトを受けたときの対応
- おもな相談窓口・支援団体

### ◆質疑応答

### ◆まとめ

## ■受講生の感想（抜粋）

- ・LGBTQ+のさらに詳しい区分が判り、とても勉強になりました。無知で誰かを傷つけていたかもしれないと反省しました。小学生の体育授業にもLGBTQ+について記載があるということで、こどもがその年齢に達したら改めて教科書を読もうと思いました。SOGI インクルーシブの例題があり、参考になりました。実際、アライ側になった際の対応マニュアルなど講習あればと思います。自信はありませんが、アライ側になればと思います。相談窓口や教材のダウンロード先も教えて下さりありがとうございました。
- ・性的マイノリティの方だけでなく、全ての人のために住みやすい環境づくり、社会になれば良いと思います。ですが、その為には多様な性の視点を理解し、身近な人に啓蒙していく必要があると感じました。
- ・今日の講座は「LGBT」についてでしたが、色々な考え方・性のあり方がある中で、悩み・考えている人達が自分が思っている以上にいるのかもしれないと改めて感じました。話しやすい環境作りをしていく事も大事な事だと思います。1 人ひとりが小さな事で気付くという事が大切な事だと思いました。

# 自らのライフキャリアをデザインする

講師：神奈川大学人間科学部教授 荻野佳代子

【プロフィール】専門は心理学。キャリア・ジェンダー・ストレスをキーワードに、看護職や教員など“対人援助職”を対象にした「バーンアウト（燃え尽き症候群）」について研究。最近の研究テーマでは「ワーク・ライフ・バランスとバーンアウト」がある。また、男女共同参画の視点からライフキャリア教育に取り組む。



## ■ワークキャリアと「ライフキャリア」

キャリアというと仕事の経歴を指すワークキャリアがよく使われますが、仕事以外の生活、家庭や地域との関わり、様々な個人の活動、例えば自己啓発、趣味、学習などの生活全てを含めて考えていく広い意味のキャリアのことを「ライフキャリア」といいます。今後どのようにして「自分らしい生き方」を創っていくかの視点につながるものと思います。VUCAの時代という言葉聞いたことがありますか？今は、非常に変動しやすく（Volatility）不確実な（Uncertainty）複雑で（Complexity）曖昧な（Ambiguity）予測困難な社会になってきていることを表しています。背景は、まずグローバル化です。情報化が進み、多様な価値観を持った人との関わりが増えました。それから、技術革新です。20年後までに人類の仕事の約50%はAIや機械によって代替されるとの予測があります。加えて、少子高齢化です。今や女性の半数は90歳以上まで生きるといわれています。やはり、社会の変化に応じて、個人の生き方も変わっていくこととなるでしょう。私たち一人ひとりも変化やリスクなどに対応していく強さを身につけていく意識は大切だと思います。

## ■ライフコース＝多様な生き方

人生の大きな出来事やライフイベントを組み合わせることで典型的な女性の生き方として、専業主婦コース（結婚して子どもを持ち、結婚や出産を機に退職し仕事を持たない）、再就職コース（結婚し子どもを持つが結婚や出産を機に退職。子育て後に再び仕事を持つ）、両立コース（結婚して子どもを持つが仕事も続ける）DINKSコース（Double Inco

me No Kidsの略で結婚するが子どもは持たず、仕事を一生続ける）非婚就業コース（結婚をせずに仕事を一生続ける）があります。一方で、男性は仕事はずっと続ける単線的コースが典型です。でも、これからの社会を考えると、男女ともに選択肢は広がって多様な生き方をしていくことが予測されます。

## ■“理想”の実現は難しい…特に両立コース

40～50代の女性に、希望と現実のライフコースが一致したかを尋ねた調査があります。理想が非婚就業コースの方は75%が理想と現実が一致していました。再就職コースと専業主婦コースの方は50%前後です。両立コースの方が28.7%で最も低い値になりました。つまり、仕事と育児を両立したくても、難しかったということです。でも、時代は大きく変わってきています。未婚女性の18～34歳の希望するライフコースの調査で、一番多いのが両立コースです。より自分の希望する生き方を実現しやすい社会になっていくことが重要だと思います。

人生100年時代ということを考えると、パートナーとの関係も非常に長くなります。良好な関係を保つには「高度な信頼関係と徹底した計画や交渉」が大切といわれていて、愛情や信頼関係だけではなく、育児や家事や仕事などでパートナーとどのように交渉したり分担をしたりしていくのか。主体的に関係づくりを考えていく必要があります。そして、長期的な視点で考えていく、少し戦略的に考える必要があるということが提言されています。

## ■人生＝キルト（パッチワーク）

ハンセンという研究者が統合的キャリア発達という理論で、人生の 4 つ役割（4 つの L）、仕事（Labor）、愛（Love）学習（Learning）余暇（Leisure）があり、これらがバランスよく統合されて、その人らしい人生というものになっていく、人生はキルト（パッチワーク）であると主張しています。1990 年代頃のことですが、今でも大切なことを教えてくれます。まず、広い視野に立つこと。また、当時から男女共同参画、多様性の重要性を主張していて、今につながる提言かと思います。それから、人生の変化、企業・組織の転機に対処できるようになること。そして、人生の意味、仕事の喜びや意義を大切にすること。様々な状況の人たちがいる中で、自分の生き方を選んで、他者に対しても多様な選択を認め合えるということが大事だと思います。また、そういったことができる社会づくりをしていくという目線も大事です。キャリアデザインのデザインは、自分が描いていくという意味があります。ですから、自分らしい生き方を自分で考えていく、何より自分で自分を楽しくするというのをぜひ大切にいただけると良いと思います。

## ■受講生の感想（抜粋）

- ・毎日あわただしく過ごし、自分のことを考える時間を取らずにいましたが、改めて自分や家族のこれからを考える良い時間になりました。つまらない毎日…と思うこともありましたが、将来を想像すると意外と希望だらけで、気持ちが明るくなりました。
- ・具体的に将来を考える機会を頂けた時に、何も考えられなかった自分に驚きました。忙しさのあまり、以前は計画的に行動していたのに何も考えられなくなっていたことに気づきました。考える時間を頂けたことに感謝します。
- ・ワークを通して、自分自身の 5 年後の方向性が明確になりました。まだ具体的にはまとまっていない部分もありますが、この講座をきっかけにこれまで以上に様々な方向にアンテナを張っ

て自らのライフキャリアを作っていきたいと思っています。

- ・ライフキャリアという言葉は聞いたことがなかったので、勉強になりました。「キャリア」というと仕事（職業）を想像しますが、自分らしい生き方の実現のためには仕事以外の個人生活も大事になるので、ライフキャリアを意識したいと思いました。
- ・希望するライフコースの傾向が変化している現状や背景の話はとても面白かったです。人生 100 年に向け自分のライフキャリアの見直しも、適宜行う必要性があると感じました。
- ・先のことが考えられないほどこどもとバタバタすごしていますが、少し先のことを考え出してみようと、思いました。
- ・近い将来の目標をたてて健康第一で、楽しく生活したいと思います。
- ・先生の話聞きながら、自分のことを重ねてより具体的に考え、想像することができました。「5 年後の自分」改めて文字に起こすことで客観的にとらえることができました。ありがたかったです。
- ・これからの自分の生き方について、とても考えさせられる講義でした。こども 2 人に恵まれて、仕事よりも家庭に重きをおきたいと考えていますが、経済的な面から自分の考えだけでは決められないのが正直なところ。きっと両立することになり（正社員で）、怒鳴りながら毎日あわただしくすぎていくのが現実なんだろうなと想像しています。これまで様々なことの話がなかなか進まずでしたが、めげずに話し合いをつくる必要だと改めて感じました。長期的に物事を考え、主体的な関係をつくるという内容がとても印象的でした。
- ・女性は出産や子育てのメインとして動く時期があるため、人生もそれぞれに変化があることが分かりました。自分の今後は、思った通りに行かないかもしれないけれど、なったことを楽しめるように今を楽しく生きることが大切だなと思いました。

## 第32期 江東区パルカレッジを終えて（受講生22名、19名提出）

### （１）今後の地域活動（男女共同参画関連団体、NPO、ボランティアなど）への参加について

- a 現在も参加しているが、今後も参加していこうと思う。（3名）
- b 現在は参加していないが、今後は参加していきたいと思う。（9名）
- c 現在は参加していないし、今後も参加しないと思う。（4名）
- d その他（未定、こどもが預けられれば…、子育てがひと段落したら…）（3名）
- e 無回答（0名）

### （２）今後の学習の継続について

- a 今後も学習講座等に参加あるいは、自主学習グループで学んでいこうと思う。（13名）
- b 講座等には参加しないが、自分で学習は続けていこうと思う。（5名）
- c 特に学習はしないと思う。（0名）
- d その他（未定）（1名）
- e 無回答（0名）

### （３）全8回のカリキュラム（公開講座を除く）のなかで、特に印象に残った講義は何ですか。 （複数回答可）

| No. | 日程      | カリキュラム                                | 講師                                      | 回答 |
|-----|---------|---------------------------------------|-----------------------------------------|----|
| 1   | 5/16（木） | ワタシの中の性別役割分担意識を知る                     | 神奈川大学人間科学部教授<br>荻野 佳代子                  | 6名 |
| 2   | 5/23（木） | 身近にあるジェンダー・バイアス<br>～それって本当にアタリマエ？～    | 公益財団法人日本女性<br>学習財団学習事業課長<br>池田 和嘉子      | 6名 |
| 3   | 5/30（木） | 見えないものが見えてくる<br>～メディアの見方、とらえ方～        | メディア総合研究所所長<br>谷岡 理香                    | 5名 |
| 4   | 6/6（木）  | ワタシたちをとりまく社会の変化<br>～ジェンダーへの視点を中心に～    | 明治学院大学社会学部教授<br>加藤 秀一                   | 7名 |
| 5   | 6/20（木） | 家族みんなで楽しく暮らす！<br>～ご機嫌に過ごすための家事半分術～    | 家事研究家<br>佐光 紀子                          | 6名 |
| 6   | 6/27（木） | 身近にあるDVに気付く<br>～自分も相手も尊重しあえる関係を作るために～ | 一般社団法人エープラス代表理事<br>自治体DV専門相談員<br>吉祥 眞佐緒 | 4名 |
| 7   | 7/4（木）  | 多様な性と私たち<br>～SOGIインクルーシブな環境づくりのために～   | 認定特定非営利活動法人<br>ReBit（リビット）              | 5名 |
| 8   | 7/11（木） | 自らのライフキャリアをデザインする                     | 神奈川大学人間科学部教授<br>荻野 佳代子                  | 4名 |

**(4)第3 2期のパルカレッジを振り返って感じたこと、今後のパルカレッジに対してのご要望(カリキュラム・回数)などがありましたら、お聞かせください。**

- ジェンダーに関して、自分には男女差別をするような考え方はないと思っていましたが、無意識下で男女差別の意識があったことに気が付きました。様々な年代、立場の方々の意見を聞くことができ、とてもためになりました。
- 受講できたことによって、これまでの自分とは違い、キャッチコピーどおりアップデートができました。これを身近な他者に伝えるのは難しい（理解してもらえない）ですが、知る事で視野が広がりました。急に暑くなってきたので、通うのが少ししんどかったです。赤ちゃんブースもありましたが、ハイハイしたり歩き回ったりがあったので、土足禁止（全面）だと嬉しいです。子と一緒に受講できた環境はとてもありがたかったです。
- とても学びになりました。
- 他の受講生の方の工夫や実践例なども伺いたかったなあと思いました。また、今までの音声録音を拝聴したいと思いました。子供の体調不良で受講できなかった分を後日拝聴できたシステムに本当に感謝です。
- 社会問題特に男女共同参画の面での知識、知見が増し、これまで以上に興味をもつようになりました。講座が終了しても社会生活、家庭生活、仕事と様々な場面で得た知識を役立てていこうと思います。また、多面的なジャンルの講座を是非受講させて頂きたく、宜しく願い申し上げます。
- 多様性等についてある程度知識があるつもりでしたが、専門家の方々のお話を聴くと知らないこともたくさんあり、参加して良かったと思いました。初回と2回目、3回目あたりで実施したワークが非常に似ていたので、プログラムを考える上で調整いただけるとありがたいです。子連れで参加させていただける講座はなかなかないので、このような機会があつて良かったです。育休中なので育児以外のアップデートは難しいものと思っていましたが、社会学的な分野もアップデートできて良かったです。
- パルカレッジの講座を通じて多くのことを学ぶ機会を頂き、ありがとうございました。とても有意義な時間となりました。カリキュラムも回数も良かったです。今後も学びを得る機会を高め、より良い社会につなげていきたいを思います。
- ふだん自分では考えないことを考えたり、知ったりして、自分と向きあえる内容もあつたりしたので、自分のためになりました。
- 参加して良かったです。自分の考え方が変わったことが多くあり、物事を様々な視点から見れるようになった気がします。貴重なお話ありがとうございました。
- 仕事と家のことが重なってしまい、5回しか参加できませんでした。もう少し短いスパンの講習があつたらありがたいです。
- 自分探しというテーマで視野を広げて今後の生活を見つめ直しができたら良いと思い参加しましたが、ジェンダーのテーマにこだわりすぎていて参加したかった内容と違っていたので少々残念な気がしました。ジェンダーも大事かもしれませんが毎回そのテーマはいらないと思いました。日々忙しくクタクタの心をいやせるテーマや自信につながるような自分の素敵な所に気付けるようなテーマの講義を聞きたかったです。
- 学びのチャンスを頂きましたが全ての受講が出来ず申し訳ございませんでした。家族の体調や突発的な仕事が入り時間の確保が出来ませんでした。友人にもオススメした程、素晴らしい講義の受講を受けることが出来ました。
- 受講者の方々から多彩な意見があり、少しおどろきました。回数は同じような内容がありましたので、6回目で集中した方がいいと思いました。
- 自分の常識は人の常識でないことを痛感しました。自分の意見は大切にしますが、柔軟に生活したいです。ありがとうございました。

- どの回においても言えたことは“自分には根強い固定観念がある”ということでした。けれど今回の学びで少しでも（ちょっと待てよ？）と自分を一旦客観視してみることはできるようになったと思いますので、その気持ちを大切にしていきたいです。この場でマイクを持ち発言することがとても楽しかったです。それは、受けとめてくれる方々が広い気持ちで受けとめてくださったこと、そしてどんな答えでも認めてくださった姿勢だと思います。こういう場の雰囲気は個人的に持てるような人間でありたいなとそう思えた時間でした。ありがとうございました
- 講座のリーフレットにあったように、忙しい毎日の中で自分の時間を意識して作って講座に参加する事によって、自分が思っていた先入観への気付きもありました。今後意識的に活動していく事はないかもしれませんが、誰かと会話をする中で講座での事を思い出して、自分の考えに柔軟性を持った会話ができるのではと思っています。ありがとうございました。
- 大学時代の教養課程に戻ったような印象で、毎週楽しみに参加しておりました。育児休暇中となりますが、同様に子育て中のママたちと、講義に関するテーマをディスカッションする機会に恵まれたことも、こどもとの閉じた世界になりがちな日常に彩りをもたらしてくれたように思います。恥ずかしながら、この講座で学んだ内容をすべて育児や日常生活に反映することは今の私にはハードルが高く感じていますが、少しずつ取り入れることが肝心かと考えています。自身のこどもが成長する際には、ダイバーシティも進んでいると思われ、こどものためにも、私自身もアップデートしていきたいです。また、ことダイバーシティ分野に関しては、こども世代とは世代間ギャップも生じるように感じています。すべては話し合いやお互い尊重が基本と講座を通して再認識しましたので、「あなたはこう感じるかもしれないけど、ママはこう感じるんだよ。」と伝えること、お互い違うことを認め合うことができる家族を築きたいです。今後のパルカレッジに対しては、同様のカリキュラム・回数で良いと思います。とくに育児中のママたちにとっては、気軽に参加できる上に視野を拓けることができ、地元での友達作りになる契機になるとと思いますので、ぜひ気軽に参加されると良いと思います。



# フォトメモリー



第32期

江東区パルカレッジ

公開講座

令和6年9月28日（土）

「一人ひとりの個性があって、

ええねんで！

～違ってたって、いいじゃない～」

講師：はるな 愛

（タレント・歌手・実業家）

## 一人ひとりの個性があってええねんで！～違ってたって、いいじゃない～

講師：はるな愛（タレント・歌手・実業家）

【プロフィール】1972年7月21日生まれ。大阪府出身。松浦亜弥さんのロパクものまね「エアあやや」で人気を博す。テレビ出演多数。タイで行われた「ミスインターナショナルクイーン2009」で第1位となる。

24時間マラソンのチャリティーランナーに抜擢されたり、東京2020パラリンピック開会式にも出演を果たす。被災地支援やこども食堂にも力を入れている。



今日は、テレビで見ていただいていたはるな愛とは違った、私の幼少期から今に至るまでの話を聞いていただきたいと思います。

### ■理解してもらえない私の性

私は大阪市の団地に生まれました。気付いたときには女の子のおもちゃや洋服が好きだったので、父は「男らしいおもちゃにせんかい！」と頭をどつくような人だったので、親の前では本当の自分のことを話せませんでした。

でも、着せ替え人形などを買うためのお小遣いをくれたおばあちゃんやおじいちゃんは、自分のことをわかってくれていると思っていました。それなのに、ランドセルを買ってもらったとき、渡されたのは黒いランドセルでした。理解してくれていると思っていたので、目の前が真っ暗になりました。女の子の友だちが多かったから、みんなとは色が違うんだと本当につらかった思い出です。

小学校に入ると、男女の区別が増えて、それにずっと悩んでいました。「何で自分は普通に男の子として生まれなかったんやろう？何で女の子になりたいんやろう？」と思っていました。

### ■自分の居場所を見つけて

中学校入学を控えたある日、親から「中学生になったらいじめられるから、男らしくしなさい」と言われました。男らしくしなさいって、皆さんできますか？とにかく私は自分の立ち位置がわからず不安でした。

中学生になった私はいじめのターゲットになり、

学校中を逃げることでばかり考えていました。親にも本当のことを言えず、「私、何のために生きているんだろう？」と思いました。

親のために生きるか、自分のために生きるか、それも考えました。頑張って女の人を好きになってこどもができたなら、親が待っている親孝行かもしれない。でも、いずれ親が先に死んで、残りの人生をやっぱり自分のために生きてみたいと思って、家族に頭を下げて、「ごめん。女の子になってみたいねん」と言って、傷つけて。それでなった姿は自分が描いたものかな、と考えました。やっぱり自分らしく生きたらいいのかなと。授業中、そんなことを考えていました。

いじめられ、もう疲れて生きるか死ぬかの二択になりました。つらくなった私は、家の団地の近くの大きな幹線道路の歩道橋に行き、柵のところに立って、あのトラックが来たら飛び降りようかな、と思いました。でも、私が死んだら親が悲しみ、いじめっ子は私の親をまたいじめて泣かせ、苦しめる。私で終わらせなアカン、死んだらアカンと思って帰ります。でもまたいじめられるので、何のために生きているかわからなくなりました。

当時はSNSもなく、誰にも言えず、ほかに同じような人はいないと思っていました。本当につらくなって、団地のコンクリートの壁に頭を打ちつけていると、口の中に血の味がにじんでいくんです。このまま記憶がなくなったらいいな。何度もそういうことを思った日々でした。

ある時、「多分、賢ちゃんと同じような人がいるから」とニューハーフのお店に誘われて行くこと

になりました。そこはとてもきらびやかで、みんな笑顔で、こんな喜ぶ人たちがいるんだと思いました。ショータイムを終えると、お姉さんが、私が前にテレビのモノマネ番組で松田聖子さんのモノマネをしていたことを知っててくれていて、「あれ？聖子ちゃんのモノマネでテレビ出てなかった？なんか一緒かなと思っていたの。明日からおいで。」と言ってくれました。なんだか居場所を見つけた気持ちになりました。次の日から、学校が終わったらすぐにお店に行くようになりました。居場所を見つけて自信を持てるようになったからか、いじめのターゲットではなくなりました。

もし、お子さんが傷やあざを作ってくるななどと思ったら、同じ目線、同じ温度、同じテンポで、ずっと聞いてあげてください。寄り添って、いじめられていないか、変わったことないか、「教えて」と言ってあげてください。日頃、親が苦労しているのを見ているから、絶対に言えなかったし、ばれたくないと思っているのがこどもです。だから、そうやって向き合ってもらいたいと思います。

## ■父へのカミングアウト

中学を卒業し、男子校の高校に入学したのですが、休みがちになりました。それが入学して3か月でお父さんにばれたことで、私はもう本当のことを言おうと思いました。

近所のファミリーレストランでお父さんと二人きりになりました。そうしたら、わかるんですよ。じっとしているんです。私もなかなか言えなかったのですが、決心して言いました。「お父さん、僕、これから女の子として生きていきたい」。そうしたら、お父さん、そばにあったフォークを持って、ガンと料理の鉄板に突き刺したんです。そして初めてお父さんが私の前でぼろぼろと泣きました。泣いて、「わかった」と。「その代わり、おまえ、男やったら、とことんやれよな。一番取れ。後悔するなよ、人生」。私、やっと言えたはずなのに、今までの親子の関係じゃなくなるという寂しさがあつたのを覚えています。

でも、女の子になりたいと言ったのに、男やっ

たらとことんやれ。あれ、ちょっとわからない。でも、男親と息子はそんなもんなんです。

そして、「お母さんには言うな」と言われました。けれども、家に帰ったらうっすらわかっているんですよ。その後、私の目を一切見てくれず、言葉も交わしてくれない日々が続きました。今では理解してもらえているのですが、当時無視していた理由を聞くと、「自分を責めて、混乱していた。何で普通に産んであげられなかったのだろうと思っていた。」と言っていました。

## ■コンプレックスを武器にする

ニューハーフのお店で働いていたころ、テレビ番組にも出演するようになり、そのうち東京の事務所へのお誘いがありました。人気が出ていた時期にテレビの出演も全部やめることが条件でしたが、私の過去を知らない人たちがたくさんいるところに行きたいと思い、東京行きを決めました。

東京では、事務所に「女の子としてやりたいです。だからニューハーフの仕事はやりたくないです。」と言っていました。でもなかなか仕事は来ず、結局事務所を辞めることになりました。

その後レースクイーンやバニーガールといった仕事をしていたのですが、残りの貯金が40万となり、もう一か八かで三軒茶屋で小さなバーの居抜きを借り、そこで生計を立てることにしました。女の子として生きていきたいと思って東京に来たので、ニューハーフではなく女の子としてお店に立ちました。でも、お客さんが来てくれてもうまく会話を続けられませんでした。

このお店、成功させなアカン、と思ったとき、やっぱり昔、ニューハーフのお店で「愛ちゃん、愛ちゃん」と言ってくれていた時のように、私はニューハーフなんだと思いました。一番認めたくないコンプレックスが、私の魅力なんだと思ったんです。

しゃあないなと思って、一人でかわいくしゃべったり、面白くしゃべったり、男に戻ったり、本名を言ったり、歌ったり踊ったりしていました。そうしたら、人が多すぎて酸欠になるくらいたく

さんのお客さんに来てもらえるようになりました。  
本当に不思議なもので、一番自分が向き合いたく  
なかったコンプレックスが最大の個性なんだと  
思えるようになって、歯車が回り始めました。

## ■いろいろな選択肢がある社会へ

そんなある日、朝起きたら声が全く出なくなっ  
ていました。お店はしばらく筆談でやっていたの  
ですが、また振り出しに戻ってしまうと思ってい  
ました。どうしようと思っていた時、松浦亜弥ち  
ゃんなどのコンサートDVDを覚えていたのでそれ  
を口パクでやってみたら、お客さんが笑ってくれ  
たんです。「これや！」と思いました。

これがテレビ局の目に留まって、お笑い番組で  
放送されることになりました。そのころ、ニュー  
ハーフの世界大会に申し込んでタイに行っていま  
した。優勝する気満々だったものの叶わなかった  
のですが、その間に放送されていたネタが爆発的  
な人気になっていると事務所から聞きました。

帰国したら、寝る時間も取れないほど仕事が入  
りました。あれだけ誰にも必要とされてないと思  
っていたのに、たくさんのお仕事をいただけるよ  
うになれて、とてもうれしかったです。

そんな多忙な日々の中、自分と向き合える時間  
がありました。それは移動中の新幹線でトンネル  
を走る時間。真っ暗になり、窓に自分が映る。「あ  
のときのケンちゃん、よかったね、テレビに出れ  
て…というか、その前に死ななくてよかったね。あ  
の時死んでいたら、こんな世界なかったやん。い  
っぱいお給料もらえてよかったね。」と話しかけま  
す。

だから、あのときに街が、人が、もっと優しか  
つたらな、と思います。私と同じような人たちが、  
自ら命を落とすような話をいっぱい聞きます。今  
のこどもたちもそうです。本当の自分を親に言え  
なくて、悩んで、自ら命を落とすこどもたちもい  
っぱいます。

なので、選択肢をいっぱい増やしてほしいな、  
と思います。今はランドセルも徐々にいろいろな  
色が出てきています。まだ足りない色もあるかも

しれないけど、それで迎えてくれるという気持ち  
になれるんです。だからこそ、そういう優しい街  
になってほしいな、と心から思っています。

## ■みんな違ってみんないい

私は今でもいろいろな挑戦をしています。東京  
2020パラリンピックの開会式も自分で応募しまし  
た。一緒に出演した仲間には、目の見えない人、  
義足の人、言葉が聞こえない人、いろいろな人が  
いました。でも、みんな何かあるから私のことも  
わかってくれる、という当たり前な気持ちがそこ  
にあり、すごく心地よかったです。

本番、演目が始まる前に演出家のウォーリー木  
下さんが、「みんな違ってみんないい、というこ  
とを、世界に、みなさんで表してください」と言い  
ました。私、本当そうやなと思いました。よく完  
璧な人はいないと言います。でも、それが完璧だ  
と思うんです。みんな完璧で、みんな違うのが当  
たり前だと思っています。

そうしたら、横にいた仲間が「でも、みんな一  
緒がもっといい」と言ったんです。本当に、その  
とおりだと思いました。みんな違うけれども、み  
んな一緒にいるということがすごく大切なんです。

だから、人のことを考えられるポケットを開い  
て、毎日、気にかけていただけたらなと思います。  
それが隣の人から、隣のご家庭、隣の区、隣の都  
道府県から隣の国。お互い何かあることをちゃん  
と話し合って理解できれば、LGBTQという言葉は要  
らないと思っています。だって、特別な人たちじ  
ゃなくて、一生懸命生きてきた人間のひとりだけ  
から。LGBTQという言葉で救われた方はいっぱいいま  
すが、そこに入れない方も多いです。正直、私も  
トランスジェンダーのTと言われるけれども、トラ  
ンスジェンダーの人は、私のことをトランスジェ  
ンダーじゃないと言います。自分でもどこにいる  
かわからない。だから早くLGBTQという言葉がなくな  
る世界が来てほしいなと願っています。

今日のお話で、みんな違うんだ、ということが  
わかっていただけたらなと思います。

|                                |     |                                       |              |
|--------------------------------|-----|---------------------------------------|--------------|
| 2024 江東区パルカレッジ<br>公開講座・受講アンケート | 講演名 | 一人ひとりの個性があって、ええねんで！<br>～違ってたっていいじゃない～ | 9月28日<br>(土) |
|--------------------------------|-----|---------------------------------------|--------------|

◆参加者：154名      アンケート回収：150枚      提出（回収率）：97.4%

◆参加者層      ①一般応募：139名      ②江東区男女共同参画審議委員：3名

③パルカレッジ受講生：5名      ④無回答：8名

◆パルカレッジ公開講座への参加

①はじめて：76名      ②2～4回目：62名

③5回目以上：1名      ④無回答：11名

◆年齢

①10代：1名      ②20代：1名

③30代：13名      ④40代：33名

⑤50代：50名      ⑥60代：28名

⑦70代以上：22名      ⑧無回答：2名

◆職業（複数回答可）

①専業主婦（夫）：26名      ②フルタイム勤務：60名

③パートタイム勤務／時間短縮勤務：30名      ④派遣社員：4名      ⑤アルバイト：4名

⑥自営業：8名      ⑦介護中：1名      ⑧産休中／育休中：2名      ⑨学生：1名

⑩無職：14名      ⑪その他：4名      ⑫無回答：1名



問1 本日の講演会をどこでお知りになりましたか。（複数回答可）

①こうとう区報：107名      ②パルカレッジ案内リーフレット：11名

③区ホームページ：11名      ④チラシ：3名

⑤区内掲示板：6名      ⑥友人・知人の紹介：6名

⑦江東区公式X（旧twitter）：2名      ⑧江東区公式facebook：0名

⑨その他：8名      ⑩無回答：0名

**問 2 本日の講演会に参加された動機を教えてください。（複数回答可）**

- ①テーマ・内容に興味があったから： 98名
- ②この講師の話が聞きたかったから： 107名
- ③友人・知人に誘われたから： 9名
- ④江東区パルカレッジに関心を持っているから： 15名
- ⑤保育がついていたから： 5名
- ⑥何かきっかけがほしかったから： 3名
- ⑦知識・教養を高めたいから： 21名
- ⑧その他： 4名  
(講演会好きだから／家族に誘われたから／自宅からのアクセスのしやすさと曜日（土曜）  
／はるな愛さんのファンなので等)
- ⑨無回答： 0名

**問 3 本日の講演会の内容はいかがでしたか。下記にご意見・ご感想を自由にお書きください。**

- ①期待以上： 119名      ②期待どおり： 23名      ③どちらでもない： 0名
- ④やや不満： 0名      ⑤不満： 0名      ⑥無回答： 8名

**（以下、自由意見）**

- ・貴重な話がきけてよかった。こども向けにもしてほしいです。
- ・大好きなはるな愛さんを見れてすごく嬉しかったです！！
- ・とっても勇気をいただきました。
- ・とても難しい問題だと思います。でも今回の講演を拝聴して考えさせる物を感じました。
- ・お話が上手で内容がとても良かったです。感動しました。
- ・とてもいいお話、愛ちゃんとてもすきになりました。
- ・まわりの事を考えるポケットを広げる事の大切さを学びました。
- ・原稿もなく1時間以上お話して下さり、感激しました。歌もありがとうございました。
- ・聞いていて、泣いてしまいました。感動しました。
- ・話しがとてもわかりやすく楽しかったです。
- ・とてもすばらしいお話でした。とても勉強になりました。
- ・苦しかった過去を感じさせない今の姿が本当にステキと思いました。努力を尊敬するのと両親との関係もすてきです。ありがとうございました。
- ・とても感動しました。すてきな歌でした。
- ・LGBTQという言葉がいつかは無くなって欲しいというコメントが印象的でした。並み大抵の苦勞ではないのにそれを振り切り、立派に生きていらっしゃる。アツパレ！です。

- ・ 80 年代の今の常識とちがう、生きづらい時代を生きたきた人の生の声を聞けてよかったです。ありがとうございます。質疑応答もすばらしかったです。
- ・ はるな愛さんの一言一言が心にささりました。ありがとうございました。
- ・ すごい良かった。はるな愛さんを好きになりました。
- ・ 自分をもっと信じて生きていきます。
- ・ ずーっと聞いていたくらい引き込まれるようなお話でした。テレビでも聞いた事のない貴重な話でこんなに大変で苦しい過去がありながらこれからも輝き続けるであろうはるなさんを応援します。
- ・ はるな愛さんから元気をもらいました。ありがとうございました♡
- ・ 居場所を見つける大切さを強く感じられました。
- ・ 子どもに対して自分に対して他者に対して何があっても否定しない私になれるように頑張ろうと思いました。ありがとうございました。
- ・ 涙がでました。感動しました。
- ・ 最高に良い話でした。ありがとう。
- ・ とても貴重な時間をすごせました。だれかに認めてもらうことがどれだけ大切かということを改めて考えさせられました。愛さんの人の良さが伝わってきてご両親を大事に思っていることもたくさん伝わってきて、たくさん泣きました。死なないで生きててくれてありがとう、けんじ！！って思ってます。
- ・ 涙あり笑いありのすてきな講演でした。愛ちゃん大好きなので、すぐ申し込みました。こんなに辛い思いを抱えているとは想像できないくらい TV ではニコニコ笑顔で、本当に頑張っているんだなあ、すてきなんだなあ…と更に好きになりました。これからもずっと応援しています♡
- ・ 仕事やボランティアスタッフとして LGBT の方と話をしています。愛さんのたどってきた人生の苦難が多かったからこそ、真剣に自分の心を見つめてきたからこそ、他者へのやさしさにつながっていったのだと感じました。最後の歌には愛さんそのものを感じられて良かったです。もうものまねタレントではなく愛さん自身がすばらしい歌手だと思いました。
- ・ 同級生です！！TV で大活躍されている愛さんのイメージが強かったのですが、いろいろな経験をされた時の気持ちや体験のお話を聞けてとても良い時間を過ごせました。ありがとうございました。
- ・ とてもいいお話をきくことができました。思っていたとおりのはるな愛さんで嬉しかったです。これからもずっと応援しています！！ありがとうございました♡
- ・ ライブですばらしかった。
- ・ とても良かったです。ありがとうございました。
- ・ 自分自身の多様性について考え方が間違っていたことを認識しました。大変勉強になりました。
- ・ 明るくて、さまざまな言葉があり、パワーをもらいました。ステキな歌も良かったです。
- ・ 母親の立場として、愛さんの「選択肢を広げる」というキーワードに心打たれました。ありがとうございます！！
- ・ 人とのつながりを再確認できた日でした。ありがとうございました。
- ・ すごく良かったです。性別のことにかかわらず、選択肢を与えること（用意すること）は、多様性社会において大事なことでありと改めて認識することができました。

- ・はるな愛さんの人生の話を聞け、心の中がのぞけた感覚でした。涙がたくさん出ました。今、五人の子育て中、まだまだ大変ですが、一人一人と丁寧に向き合い過ごしていこうと思います。
  - ・はるなさんの人生の中で色々大変だった話を聞いて、涙することもあり、色々考えさせられました。何回も言っていた、人のことを考えるポケットを持つようにするというのがとても心にひびきました。私も持つようにします！今日はありがとうございました。
  - ・一人一人が違うという認識とあたたかい気持ちをもって寛容のポケットを広げて周囲の人と接していきたいです。はるな愛さん、とってもステキなお話ありがとうございました！！
  - ・実体験の話を目の前で聞けて、心にひびいた。一人一人違う。それで良い！！
  - ・「自分だけじゃない」この言葉すごく好き。
  - ・はるなさんの生き方に感動しました。同年代ですが、自分も固定観念や、自分で勝手に決めたような変なしばりにとらわれずに生きて行きたいと思いました。本当にありがとうございました。
  - ・個性を認め合う社会になればよいな…。区長のあいさつも良かったです。
  - ・LGBTQ+とか男とか女とか関係ないのですね。あいさんはやっぱりお人柄、人間性として良いですね。歌がよかった！これからも活動応援してます。信じてるからね。
  - ・とってもよかったです。
  - ・個性を認めあうことが大事だと思いました。心温まる時間になりました。ありがとうございました。
  - ・感動して涙が止まりませんでした。お会いできて本当に良かったです。ありがとうございました
- ♡
- ・内容も濃くすばらしい講演で、とても勉強になりました。涙ぐむことも多い内容で感動しました。またタイミングが会えば、このような講演に参加したいです。
  - ・生いたちの話をきいて、自分が親として、大人として、どういう行動をとるのがよいか考えるきっかけになりました。愛さんが人とのご縁を大切に、チャンスをものにするために行動している姿がかっこよかったです。ありがとうございました。
  - ・とても良かったです。
  - ・思ってた以上のご苦勞をされていたのを知って驚きました。本当に涙無しでは聞けない貴重な話でした。話し辛い内容もあったと思いますが、聞かせて頂いてありがとうございました。
  - ・講演は“お話し”だけかと思っていたら、生いたちの写真と共に企画ありがとうございました。こんな人生に苦勞した方とは…。苦惱、大変でしたね。涙が出ました。
  - ・色々な人生があって良いのかなと思う事ができました。
  - ・とても良いお話を聞けて、感激しました！涙もろい自分になり、びっくりです。
  - ・はるな愛ちゃん大好きになりました。これからも応援します。また来てね。
  - ・とても心が軽く明るくなることができました。ありがとうございました。
  - ・つつみ隠さずお話ししていただけたことに感謝です。両親・兄妹・子供もなく一人の私（今は夫と愛犬）不安は多いけれど大切にしなきゃ！
  - ・制度を作るより理解を深めるほうが、大切だと感じました。
  - ・最高でした。こどものころからずっと苦しい思いをしている方がいると気付くことができました。
  - ・素晴らしかったです、とても！愛さんの手話、ありがとうが良かったです。
  - ・とても素晴らしかったです。
  - ・実体験に基づいたお話だったので心にしみました。

- ・すばらしい講演、ありがとうございました。
- ・感動と笑いと良いテンポで話を進めて頂きました。
- ・偏見の世の中をくぐりぬけて生きてきたはるな愛さんが今時代の先に立ち皆様の手本となって生きてく姿に感動しました。
- ・ありがとうございました！お話とっても素敵で、良い学びになりました。質問にも答えていただき嬉しかったです。肩の力を抜いて自分の人生を愛さんのように笑顔で生きていきます！人生かわるくらいのキッカケになりそうです。
- ・とてもすばらしいお話でした。
- ・はるなさんがこんなピュアで魅力的な方だとは、テレビで見ているだけではわかりませんでした。ボロボロ泣いてしまいました。お話を聞いて、心が洗われました。また、はるなさんの講演をぜひ聞きたいです！
- ・個性の深みを感じました。これからも自分なりに考えて行動したいです。はるな愛さんかわいかったです。
- ・もっと色々な話を聞きたくなるほど、魅力のある人でした。
- ・とても良い話を聞けました。いろいろな人がいて、とまどうこともあります。個性だと理解して、広い心で受け入れたいと思いました。周りの人にもやさしくしたいと思いました。
- ・ただただ、感動しました。生き方は、人それぞれですね。ありがとうございました。
- ・心のこもったメッセージありがとうございました。
- ・はるな愛さんの生いたちから今までの人生一つ一つきかせていただきたくさんのことを学ばせて頂きました。まずはLGBTQの理解増進のため、区議会として取り組んで参ります。
- ・コンプレックスを強みに、今も前向きにがんばってる姿が美しかったです。見てると元気が出てきます。ありがとうございました。
- ・はるな愛さんのお話とても心に響きました。自分らしく生きること、周りの人への配慮を考えて、皆が生きやすい時代をつくりたいです。
- ・とても有意義な時間でした。愛ちゃん、すてきな人、応援します。
- ・とてもすばらしい講演で時間もあっという間でした。期待以上の内容で、これからの人生考えさせられました。ありがとうございました。
- ・とても感動しました。
- ・感動しました。涙をこらえるのが大変でした。はるな愛さんすばらしい講演でした。
- ・前向きでとてもよかったです。
- ・話も良かったし、歌もきけて、とてもたのしかったです。
- ・自分のしたいとおりに生きていくのが幸せだというお話。今があるからモチベーションになる／人のことを考えるスペースをつくる
- ・とてもすてきな内容でした。ありがとうございました。
- ・胸にこみあげるところがたくさんありました。愛さんありがとう。
- ・いろいろな、その時その時の想いを知ってよかった。
- ・とても良かったです！！どんどん活躍してってください！！
- ・幼少期から小学校、中学校とつらい経験をされて、話を聞いて、とても胸が苦しくなりました。みんな違ってみんな良い。ですね。素敵なお話をありがとうございました。またこのような機会があれば参加がしたいです。

- ・はるな愛さんのバイタリティと長時間にもかかわらず飽きさせない話術と、よい質問と回答を聞けて、とても内容よかったです。
- ・素敵な講演でした。
- ・LGBTQという言葉を理解していただけで満足していましたが、本来そのような言葉自体が不要であるというお話しにハッとさせられました。
- ・とても良かったです。
- ・本当に感動しました。心がキレイな人が一番キレイなのだと思います。
- ・多様性という言葉がなかった昭和を生き抜いてきた愛さん。進んではカベにぶつかり、その度に起き上がって、自分という考えを今表現されていて…それは人のつながりがあったからという言葉が残りました。LとかGとかBとかではなく皆、違うんだという言葉が印象に残りました。あたたかい心の愛さんの講座を受けることができて良かったです。
- ・学生時代の辛い経験を聞いてあまりにひどくて思い出して泣かれるのも理解できました。同世代として残りの人生を心残りのないように過ごそうとつくづく感じた時間でした。ありがとうございました。
- ・大変でつらい時間があったであろうに、あそこまで今輝けるというのは素敵で、私もどこかでそんな場面の助けられる、安らぎを与えてあげれる人になれたらなと思う。
- ・実体験の話をくわしく聞けて、とてもためになりました。性別のことではないけれど、自分が今かかえている悩みに対して前向きに取り組んでいけそうです。
- ・仕事の休みをもらって来ました。ありがとうございました。
- ・とても楽しく話にひきこまれた。保育がついていて嬉しい。今までこどもがいるので色々な事をあきらめていたけど、今回参加できたこと、大変ありがたく思います。
- ・はるな愛、思った通りの人でした。とても良かったです。
- ・こどもが小さくても観る機会を与えていただきうれしかったです。今後もこのような機会を作っていただきたい。
- ・別室でこどもとゆっくり自由に過ごせてとても良かったです。また興味のある講演会があればぜひ参加したいです。スタッフの方も優しくて、最後に別室に来て頂けて嬉しかったです。
- ・覚悟を決められた場面が沢山あり、「自分らしく生きる」ということの大切さを教えて頂きました。ありがとうございました。
- ・素敵なお話を聞かせていただき、ありがとうございました。

令和6年度 第32期江東区パルカレッジ 記録集

令和7年3月 印刷物登録番号(6)80号

編集発行 江東区  
総務部人権推進課男女共同参画係  
江東区扇橋3-22-2(パルシティ江東内)  
電話 03(3647)1163

印刷所 株式会社マイハラ  
江東区東陽5-19-12  
電話 03(5632)2381



