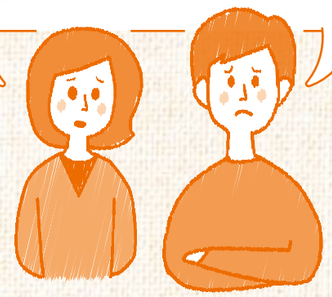
今どき男女の自分らしい生き方 ～気づくことから始めよう～

人生100年時代を迎え、私たちを取り巻く社会や家族の姿は変わってきたと実感される方も多いと思います。
しかし、未だに「男は仕事、女は家庭」といった思い込みや決めつけが原因で相手を傷つけたり、自分自身の可能性を狭めていることに気づいていないかもしれません。
気づいていないことに、気づくことから始めませんか。

子育て・介護は夫婦で協力したいのに…。

育児休業・介護休業の規定がある事業所は
約8割

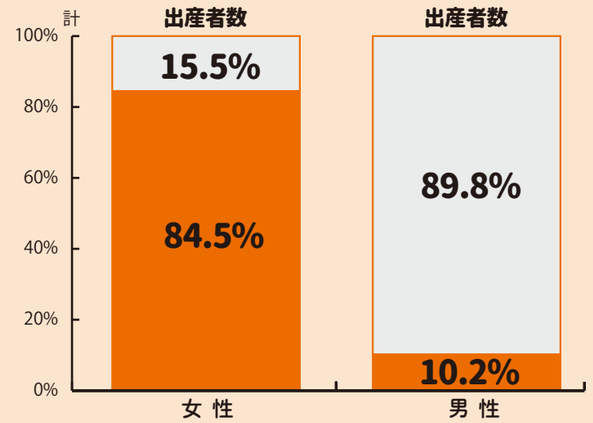


規定があるのに、育児休業・介護休業を取得していない →

なぜ？

育児休業取得状況

男性は1割



言われたこと・言ったことはありませんか？

職場の上司から
「男だったら家庭を持って
一人前」と言われた

大黒柱バイアスが
男性を苦しめる

「男性たるもの」の
呪縛に、囚われていませんか。

男なら
家族を養うために稼げ

男性は家庭より仕事を
優先すべきだ

長男　ダカラ…
跡取り　ダカラ…

リーダーシップを
求められ負担になる

この仕事は、
「女の仕事」
「男の仕事」という
決めつけ

「女性は家庭を守る
べき」と決めつけて
いませんか？

無意識に思い込んでいませんか。

夜の会合に
参加する時は、
食事の準備を
していくのが
当たり前

実の親や義理の
親の介護は、
女性の役割だと
決めつけ前提の
話し合い

女性の役割は、家事
子育て、介護だと、
当たり前のように
言われた

保育園の緊急連絡は
「やっぱり母親だよね」
と言われた。

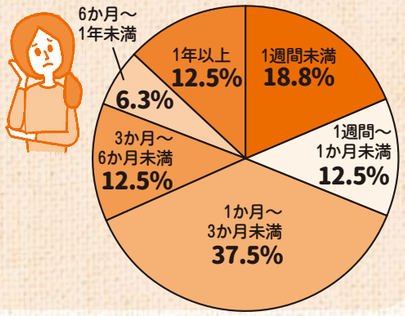
産休に入るときに、
職場の女性の先輩から
「女性だから、子育てを
優先してね」と言われた。

固定的な性別役割分担意識

↓

相手を傷つけたり、自分自身の可能性を狭めてしまうことがあります。

介護休業の取得期間



1年以上	12.5%
6か月～1年未満	6.3%
3か月～6か月未満	12.5%
1か月～3か月未満	37.5%
1週間～1か月未満	12.5%
1週間未満	18.8%

男性の取得者は
１週間未満

出典：令和3年度長崎県労働条件等実態調査

日常の会話から気を付けよう

たいてい
「男は●●だ、女は●●だ」
価値観の決めつけNG

男顔負け・男勝り・女だてら
性別で個性を決めつけてい
る表現NG

職場の花、看板娘
美しすぎる●●
例）美しすぎる市議
女性を飾り物、性的な対象
として扱う表現NG

女性は
飾りじゃ
ないのに

自分の
「あたりまえ」は、
他人の
「あたりまえ」と
違うかも