

8月8日は「アンコンシャスバイアスに気づこう！」の日

「無意識の思い込み」と向き合ってみませんか？

アンコンシャスバイアス（無意識の思い込み）とは

私たちは、何かを見聞きしたときに、無意識に「こうだ」と思い込むことがあります。これを、アンコンシャス・バイアス（略称「アンコン」）といい、「無意識の思い込み」などとも呼ばれます。アンコンは、「相手だけでなく、「自分自身」や「モノ」に対して向けられることもあり、誰もが持つ可能性があります。

性別に対するアンコンに気づかずにいると、ジェンダー平等が進まない状況につながるなど、男女共同参画社会の実現を阻む要因となります。

例えば、「親戚や地域の会合で食事の準備や配膳をするのは女性の役割だ」「自治会や町内会の重要な役職は、男性が担ったほうがいい」など、これらには、アンコンが潜んでいるかもしれません。

一人一人がアンコンに向き合わなければ、個人としては成長や活躍の機会を失ったり、組織としてはコン

プライアンス上の問題が生じる恐れもあります。誰もが多様な生き方を選べる社会に向けて、「自分にはどんなアンコンがあるのか」振り返り、気づこうとすることの大切さについて、この機会に考えてみましょう。

詳しくは、左の2次元コードから市ホームページを確認してください。

問合せ先 本政策戦略課
(☎258419)
ホームページID 12456



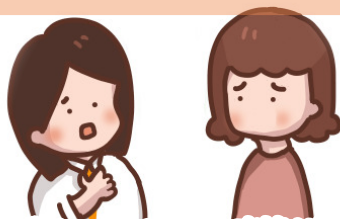
アンコンシャス・バイアスへの対処の3つのポイント！

①「～べき」「普通は…」に注意！



決めつけや押しつけには、アンコンが潜んでいるかもしれません。本当にそう言い切れるのか、一歩立ち止まって考えてみましょう。

②相手の「サイン」を注視



急に話している相手の表情が曇ったり、声の調子が変わったりしたことはありませんか？ そんな時は、自身のアンコンを振り返ったり、互いに思い違いないか確認するため、対話を大切にしましょう。

③常に自分に問いかける



アンコンは誰にでもありうるもので、完全に払拭することは困難です。だからこそ、常に自分の言動を振り返り、自分の考え方の傾向を意識して、アンコンに気づこうとしましょう。

詳しくは、左の2次元コードから市ホームページを確認してください。



英語で「手」は「HAND（ハンド）」なので、「ハ（8）ンド（10）」と読む語呂合わせから、8月10日に制定されました。

女性に多い手指の不調

手指の不調は、特に更年期以降の女性に多く見られます。腱鞘炎や関節症など、手指の不調にはさまざまな種類があり、原因もさまざまです。一因として、女性ホルモンが関与しているとも考えられています。手指の不調が気になるときは、手外科専門医に相談してください。

詳しくは、左の2次元コードから市ホームページを確認してください。



8月10日は

手（ハンド）の日です