

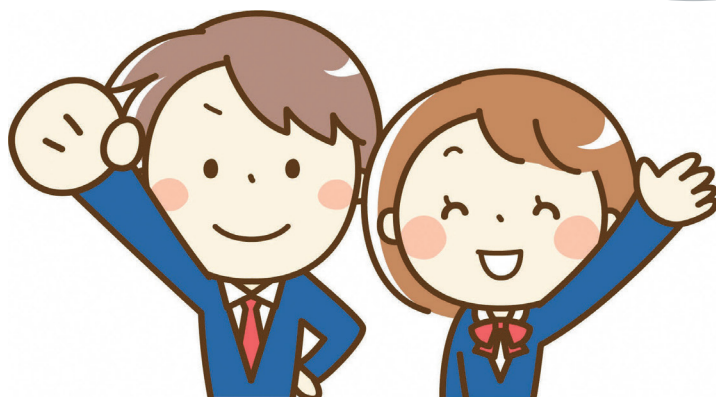


高校生の皆さんへ

みんなが自分らしく!!

考えてみよう 男女共同参画

2025



あなたの未来を信じ、切り拓いてください

青森県は、すべての人が個人として尊重され、自らの意思と選択に基づいて自分らしく生きられる、活力ある社会の実現を目指しています。

自分らしい生き方は、皆さん一人ひとりが自分をしっかり見つめ、考え、自らの力で創り出していくものです。

誰もが自分の人生の主役です。そして、誰もがかけがえのない大切な存在です。

お互いを認め合い、自分らしく生きられる男女共同参画社会について考えてみましょう。



青森県

Aomori Prefectural Government



SDGsでも注目されているジェンダー平等

社会によって作り上げられた「男性像」、「女性像」があり、このような男性、女性の別を「**社会的・文化的に形成された性別**」、**ジェンダー（gender）**といいます。一方、生まれつきの生物学的性別をセックス（sex）といいます。

ジェンダーは、「男性だから」、「女性だから」という理由のもとに、「こうあるべき姿」として、所属する社会や文化の中で規定され、表現され、体现されます。

言葉遣いやしぐさ、考え方、ファッション、進路・職業選択など多岐に渡ります。

性別による差別をなくし、すべての女性と男性が対等に権利・機会・責任を分かち合える社会を作ること、女性が自分のことを自分で決めながら生きられる力をつけられるようにすることを目標としています。

SDGsの掲げる理念は、「誰ひとり取り残さない」ことであり、「ジェンダー平等を実現しよう」は、SDGsの理念を実現するためにも不可欠な目標であると言えます。

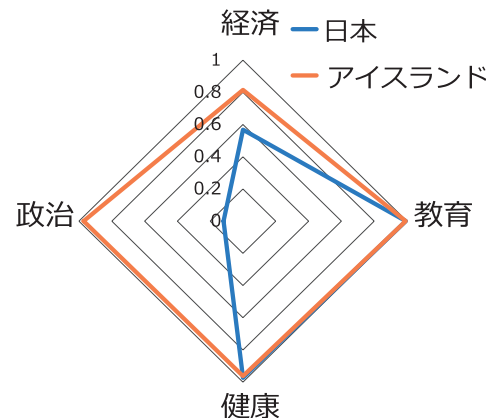


世界と日本のジェンダーギャップの比較

世界経済フォーラム(WORLD ECONOMIC FORUM)が2024年に各国における経済、政治、教育、健康について男女格差を指数化（1が完全平等、0が完全不平等）した「ジェンダー・ギャップ指数2024」によると、**日本は146か国中118位**と、世界の中では**男女格差が大きい国である**ことが分かります。

ちなみに1位は15年連続でアイスランドとなっています。

※ジェンダーギャップとは、男女の違いにより生じる格差のことをいいます。



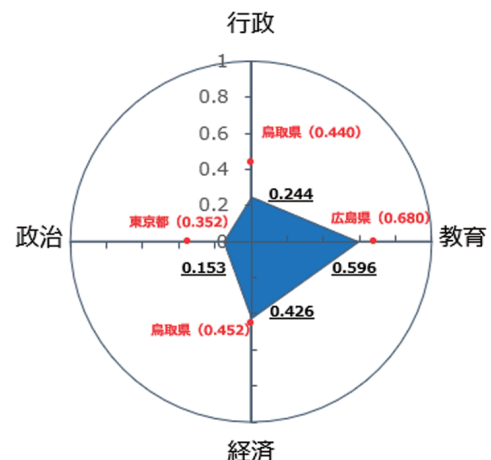
青森県におけるジェンダーギャップの現状

上智大学の三浦まり教授らが2024年に各都道府県における経済、教育、政治、行政（※）について、男女格差を指数化（1が完全平等、0が完全不平等）した「都道府県版ジェンダーギャップ指数」によると、

青森県の**全国順位は経済が19位、教育は30位、行政は41位、政治41位**という結果となりました。

ちなみに、各分野ごとに、経済は鳥取県（0.452）、教育は広島県（0.680）、政治は東京都（0.352）、行政は鳥取県（0.440）が1位となっています。

※都道府県版ジェンダー・ギャップ指数では比較的地域差の少ない「健康」分野を外し、代わりに住民に身近な「行政」分野を採用しています。



考えてみよう！女性の政治参画

令和6年10月27日に行われた衆議院議員総選挙において、当選議員に占める女性は過去最多の73名で、その割合は15.7%になりました。

内閣府が作成した女性の政治参画マップ2024によると、国会議員における女性の割合は、衆議院で15.7%、参議院では25.4%となっています。

ちなみに、2021年に実施されたアイスランド議会の選挙では、当選議員に占める女性の割合は47.6%と、日本と女性議員の比率が大きく異なります。

日本はどうして女性の政治参画が低いのでしょうか？また、女性議員の割合が低いことで私たちの生活にどういった影響があると考えられるのでしょうか？さらに、女性比率を高めるためには、どのようなことが必要でしょうか？



あなたが思う女性が政治参画することへの課題などについて書いてみよう

考えてみよう！身の回りのアンコンシャス・バイアス



「家事や育児は女性の方が得意だ」「男性の方がリーダーシップがとれる」「あの子はピンクの服を着ているから女の子だ」など、自分自身が気づいていない思い込みや偏見を「アンコンシャス・バイアス（無意識の思い込み）」と言います。

アンコンシャス・バイアスは子どもの頃からの経験や周囲の期待等の影響によって積み重ねられますが、日常にあふれ、誰にでもあり、あること自体が悪いわけではありません。

問題は、アンコンシャス・バイアスから生まれた言動が、知らず知らずのうちに、相手を傷つけたり、人間関係を悪化させたり、自分自身の可能性を狭めてしまったりと、様々な影響があることです。

アンコンシャス・バイアスに対処するためには、決めつけないこと・押しつけけないこと、会話しながら相手の表情や態度に現れる「変化」に注目すること、そして、「これって、私のアンコンシャス・バイアスなの？」と自問してみることなどが大切です。

あなたが今まで感じた（聞いた）アンコンシャス・バイアスについて書いてみよう

多様な職種で活躍している先輩にインタビュー！



これまで男性中心とされてきた職種でも多くの女性が活躍しています。佐川急便株式会社青森営業所で宅配ドライバーとして働いている田中さんに今の仕事を選んだ理由などを伺いました。

運送業を選んだきっかけはなんですか。

田中さん：佐川急便の女性ドライバーの素晴らしい対応に感銘を受け、物流会社に興味を持ちました。また、男性が多い業界でも女性が活躍できると感じ、現在の会社に就職しました。

現在の仕事内容について教えてください。

田中さん：その日に届いたお荷物の配達や、お客さまが発送するお荷物の預かりを担当しています。

地域の方々と触れ合うことで、顔と名前を覚えてもらえた時、仕事をしてよかったと思います。

周りに同性の方が少なくて困ったことはありませんか？

田中さん：男性ドライバーが多いですが、みんな仲が良く、重い荷物があるときは率先して手伝ってくれるので、特に困ったことはありません。

営業所には子育て中の女性ドライバーもいますし、上司や同僚は柔軟に対応してくれるので、安心して働けます。

高校生の皆さんへメッセージをお願いします。

田中さん：物流業界は、日々の生活を支える重要な役割を担っていると私は考えています。この業界では、輸送、倉庫管理、在庫の調整など、多岐に渡る業務が行われています。体力だけでなく細やかな配慮やコミュニケーション能力が求められる仕事も多いです。また、働きやすい職場環境づくりが進められており、育児休暇制度や時短勤務制度が導入されています。

高校生の皆さん、物流業界には未来を切り拓くチャンスがたくさんあります。働きながらスキルを磨き、キャリアアップを目指すことができる職場です。「手に職を付けたい」「社会を支える仕事がしたい」と思っている方は、ぜひ一緒に働き、社会に貢献してみませんか？

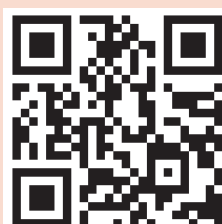
皆さんが活躍してくださることをお待ちしております。

多様な職種で活躍している女性を紹介しているサイト

国土交通省
トラガール促進
プロジェクト



あおもり女性建設
技術者ネットワーク会議



女性のロールモデル



多様な職種で活躍している先輩にインタビュー！

これまで女性中心とされてきた職種でも多くの男性が活躍しています。青森県立中央病院で看護師として働いている泉谷奎さんに今の仕事を選んだ理由などを伺いました。

看護師になったきっかけはなんですか。

泉谷さん：中学生の頃、祖母が入院した時に看護師の仕事に興味を持ちました。もともと人と関わることが好きだったことや、手に職を付けたいとの思いから、高校卒業後は県内の看護学校に進学して看護師になりました。



現在の仕事内容について教えてください。

泉谷さん：現在は手術部に所属していて、麻酔介助・手術に必要な物品の補充や、患者さんの精神面のサポート・全身状態の観察を担う「外回り」のほか、術前に使用器具を準備したり手術中に医師の指示に応じて器具を手渡したりする「器械出し」が主な仕事内容です。
難しい症例や臨時の手術が無事に終わると、大きな達成感を得られます。



周りに同性が少なくて、困ったことはありませんか？

泉谷さん：看護師としての仕事の中で、特に感じたことはありません。各病棟に男性スタッフが一定数いますし、周りの女性スタッフとのコミュニケーションで困ることもなく、むしろ助けられることが多いです。
特に子育ての面では、勤務調整への配慮など、とても気を遣ってくれます。

高校生の皆さんへメッセージをお願いします。

泉谷さん：これからの人生で挫折することがあるかもしれませんが、失敗から学ぶことは、成功以上に自分の成長につながります。何事もやらないで後悔するのはもったいないので、高校生の皆さんには積極的に挑戦してほしいです。
皆さんと一緒に働ける日を楽しみにしています！



これからの当たり前！男性の家事・育児参画

男性の育児休業取得率は年々向上し、令和5年雇用均等基本調査によると、全国の男性の育児休業取得率は30.1%となりました。一方で、令和3年社会生活基本調査によると、10歳以上の男性及び女性の家事・育児関連時間は、女性が男性の約4倍となっています。（青森県の場合）

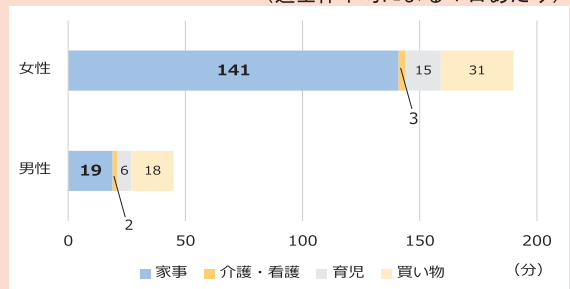
まだまだ男女の差が大きい状況ですが、男女がともに家事や育児を担っていくことが大切です！

男性の育児休業取得率



出典：厚生労働省「雇用均等基本調査」

10歳以上の男性及び女性の家事・育児等関連時間
(週全体平均による1日あたり)



出典：総務省「社会生活基本調査」

彼氏や彼女というやつら...、これってもしかしてデートDV？

結婚相手や交際相手など、親密な関係にある人からふるわれる暴力をDV（ドメスティックバイオレンス）といいます。

そのうち、恋人同士で起こる暴力を「デートDV」といいます。

「デートDV」は、**身体的暴力**（殴る・蹴るなど）だけでなく、**精神的暴力**（束縛や言葉の圧力など）、**性的暴力**（性的な行為の強要など）、**経済的暴力**（デートのお金をいつも払わせるなど）も含まれます。

令和2年「男女間における暴力に関する調査（内閣府）」では、全年齢で、**女性の6人に1人、男性の12人に1人**が「交際相手から暴力を受けた経験がある」と回答しています。

たとえば...

1

彼女がデートに短いスカートで来たから、マジで怒った！俺だけの彼女だから、他の男子には見られたくないんだ！



2

彼のスマホはいつもチェックしてるよ〜！他の女の子と連絡とってたら嫌だし、許せない。



3

デート代？おねだりしてるし、もちろん、いつも彼持ち。私に出させるなんてありえない。当然でしょ？



4

以前、彼女とけんかして嫌がらせに、SNSに彼女のプライベート写真を投稿したよ。彼女が悪いんだから。写真は、その後すぐ削除したから大丈夫でしょ？



これらはすべて、デートDVです。

デートDVで暴力を受け続けると...

すべて自分が悪いと考えてしまうようになります。

物事に集中できず、成績が落ちたり、**学校生活に支障**をきたしたりするようになります。

言葉で脅されたり、暴力をふるわれたりしても、**簡単に離れられ**なくなります。

人（特に異性）を信じられなくなり、**心を閉ざす**ようになります。

日常的に殴られるなど、ケガにより、**身体に一生の傷**を負うこともあります。

学校や会社を辞めざるをえなくなり、**精神的にも経済的にも追いつめられて**しまいます。

その愛情表現はホンモノ？

楽しいはずのデートや連絡のやりとりが苦しい、自分の意見を相手に言いにくくなったり…。それは「デートDV」かもしれません。

あなたやまわりの友達は大丈夫？1人で抱え込まず、まずはあなたが信頼できる人（家族、友だち、学校の先生など）や専門の窓口にご相談しましょう。

※裏表紙に相談窓口一覧を掲載しています



内閣府
デートDVって？

性暴力って、知ってる？

「**性暴力**」とは、あなたが望まない性的行為のことです。

性暴力による被害は性別、年齢、職業などに関わらず、誰にでも起こりえます。

また、加害者は見知らぬ人ばかりではありません。友だち・先輩・後輩・指導者・上司・家族などの親しい人など、いかなる人も加害者になりえます。

相手が嫌だと感じる性的行為は**性暴力**です。

たとえば…

- | | |
|-----------------------------------|---------------------------|
| ○電車やバスの中で痴漢にあった | ○盗撮やのぞきをした |
| ○性的なことを言われた、性的な嫌がらせを受けた | ○性器などを見せた、触らせた |
| ○嫌なのに、無理やりキスをされた | ○嫌がっているのに、無理やり性行為をした |
| ○性行為をしたくないのに、交際相手に嫌われたくなくて、断れなかった | ○裸の写真を送るよう要求し、送られた画像を保存した |

こころや体に
いろいろな
影響が出ます

性暴力被害にあうと…

こころにおこること

- 恐怖、怒り、不安、自分を責める気持ちなどが沸いてくる
- 被害の記憶が抜け落ちる
- 人間関係がわるくなる など

体におこること

- 眠れない、悪夢をみる
- めまいや吐き気がする
- 仕事や学校に行けない
- 妊娠や性感染症などになる など

もし、被害にあったら…

被害にあったのは、**あなたのせいではありません**。あなたは何も悪くありませんので、**自分を責めないでください**。

1人で抱え込まず、まずはあなたが信頼できる人（家族、友だち、学校の先生など）や専門の窓口にご相談しましょう。

※裏表紙に相談窓口一覧を掲載しています

デートDVや性暴力の

被害者や加害者にならないために皆さんが気をつけることは…

- ・ **暴力**を容認してはいけません
- ・ **自分の気持ちを大切**にし、嫌だと感じたことははっきり言いましょう
- ・ 自分の考えを相手に押しつけず、**相手の気持ちや考え方を尊重**しましょう
- ・ インターネットで知り合った相手はもちろん、交際相手や友だちであっても下着姿や裸の写真を撮る、撮らせる、送る、送らせることはしないようにしましょう



秘密は厳守します

デートDVや性暴力に関する主な相談窓口はコチラ！

内閣府

性暴力の悩み、SNSで相談してみませんか？

相談時間 毎日

17:00～21:00



あおもり性暴力被害者支援センター

相談受付 りんごの花ホットライン

電話番号 017-777-8349

または **#8891**

受付時間 平日 9:00～17:00

上記時間以外、土・日・祝日、年末年始は国のコールセンターにつながります。

警察庁性犯罪被害相談電話

電話番号 #8103 (全国共通ダイヤル)

発信場所を管轄する都道府県警察につながります

青森県警察本部警察安全相談室

電話番号 017-735-9110

または **#9110**

受付時間 8:30～17:00

土日祝日及び年末年始はお休みです

青森県女性相談支援センター

電話番号 017-781-2000

受付時間 月～金 8:30～20:00

土日祝 9:00～18:00

DVホットライン (24時間対応)

電話番号 0120-87-3081

青森県男女共同参画センター

電話番号 017-732-1022

受付時間 9:00～16:00

水曜日及び年末年始はお休みです



パープルリボンは女性への暴力根絶のシンボルです。



みんなが自分らしく!!
お互いを尊重し合える社会に。
あなたのキャンバスは
どんな色になるのかな？

発行 / 青森県 県民活躍推進課

〒030-8570 青森市長島一丁目1番1号

TEL : 017-722-1111 (代表)

Email : danjokyodosankaku@pref.aomori.lg.jp

