

「ありのままの自分」を大切にするために

# 自分らしさってなんだろう？



「男なのに、女なのに」という考えを聞いたり、  
思ったりしたことはありませんか？  
では、「男らしく、女らしく」とは、どうすることでしょうか？  
あなたの人生を生きることができるのは、  
あなたしかいません。  
誰もがその人自身のらしさを大切にし、  
個性や能力を発揮できること、  
そして、お互いを尊重しながら、  
協力し合えることについて考えてみましょう。

5 ジェンダー平等を  
実現しよう



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

SDGs（持続可能な開発目標）とは2015年に国連サミットで採択された2030年までの国際目標です。貧困やエネルギー問題、気候変動といった様々な目標がありますが、その中で「目標5. ジェンダー平等」は日本にとって達成度の低い目標です。私たちの生活には気づかないところで「男」と「女」の枠に人を押し込めて選択の幅を狭めてしまっていることがあります。性別にとらわれない自分らしい生き方ができる社会は、みんなで作っていかねばなりません。

# 男女共同参画社会って？

男女共同参画社会とは  
家庭・地域・職場・学校で、  
性別に左右されず  
自分が自分らしく生き、  
男女がともに責任を  
分かち合うことができる  
社会のことを言います。

## 家でのお仕事チェック！

あなたの家庭では誰が家事をしていますか？  
家事は家庭のお仕事。  
だから、家族の誰がしてもOKだし、誰もがしなければならぬということ。  
あなたの家庭はどうですか？ みんなで分担できていますか？



料理

担当:



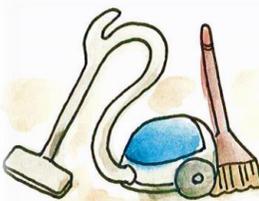
皿洗い

担当:



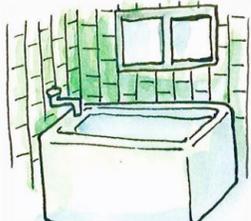
洗濯

担当:



部屋掃除

担当:



風呂掃除

担当:



洗濯物をたたむ

担当:



ゴミ出し

担当:



四角の中に、  
やっている  
家族の名前を  
書き込んでみてね。  
誰か1人に  
偏ってないかな？

自分もやるかな？



うちお母さんばっかだ...

## 自分で「やる」「やろう」と 決めることが大切 職業・進路選択の自由



僕はお菓子が好きだから  
将来パティシエになりたい！

「これは男の仕事」「これは女の仕事」と  
思い込んでいませんか？  
自分の「やりたいこと」は性別に左右されないし、  
選択肢は無限にあります。  
どんな仕事を選ぼうと、あなたのやる気次第！  
自分に後悔をしない決断をしよう。



私は市民を守る  
消防士になりたい！



僕は人を助ける仕事に就き  
たいから看護師になる！



私はみんなをまとめて  
学校を良くしたいから  
生徒会長に立候補したよ！



私は大きな建物を建てたいから  
建築士になりたい！

## ジェンダーギャップ指数 (GGI)

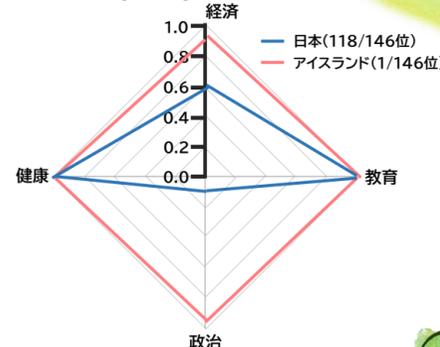
各国の社会進出における男女格差を示す指標のことで、  
経済・政治・教育・健康の4種類の指標を基に  
男女格差を算定し、ランキング付けされています。  
2025年の日本の総合スコア順位は  
世界146か国中118位(先進国では最下位)でした。  
特に政治と経済での男女格差は深刻な問題です。  
世界的に見て、日本はまだまだ男女平等ではない国なんです。

GGI(2025)上位国及び主な国の順位

順位	国名	スコア
1	アイスランド	0.926
2	フィンランド	0.879
3	ノルウェー	0.863
4	英国	0.838
5	ニュージーランド	0.827
6	スウェーデン	0.817
7	モルドバ	0.813
8	ナミビア	0.811
9	ドイツ	0.803
10	アイルランド	0.801
20	フィリピン	0.781
32	カナダ	0.767
35	フランス	0.764
43	米国	0.756
72	ブラジル	0.720
74	ベトナム	0.713
85	イタリア	0.704
94	韓国	0.687
106	中国	0.686
118	日本	0.666

スコアが1に近いほど平等です

GGI(2025)各分野の比較



出典：世界経済フォーラム

## 自分らしく生き お互いを認め合う社会へ

生まれながらのからだの性差ではなく、  
社会的に作り出された社会的・文化的な性のありようのことを  
「ジェンダー (gender)」といいます。  
ジェンダーや身体的な特徴によって、  
あなたが自分自身を表現できなかったり、  
自由にふるまえなかつたりすることがないような社会を  
みんなで作っていきましょう！

## LGBTQってなあに？

性別は身体の性・心の性(性自認)・好きになる性・表現する性の  
4つの要素で表現されます。  
そのため性別は男・女だけではなく、グラデーションのように様々です。

- L レズビアン 心の性が女性 → 好きになる対象が女性
- G ゲイ 心の性が男性 → 好きになる対象が男性
- B バイセクシュアル 両性愛者
- T トランスジェンダー 身体の性と心の性が一致しない人
- Q クエスチョニング 性的指向・性自認が定まっていない、  
または意図的に定めていない人
- クィア 性的少数者全体を包括する言葉

LGBTQに該当する人はおよそ人口の9.7%。

(電通グループ「LGBTQ+調査2023」)

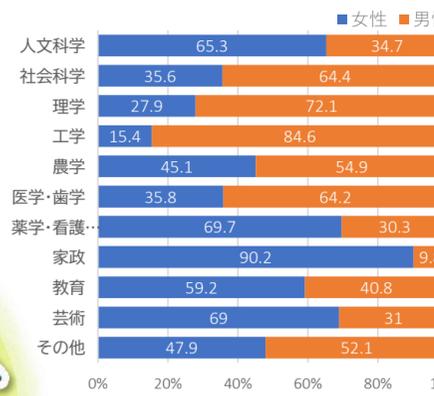
11人に1人の割合でいて、  
左利きの人口や血液型がAB型の人口より多いと言われています。

周りの人の理解不足により、  
当事者は差別や偏見、  
心無い言葉などを  
受けている可能性があります。

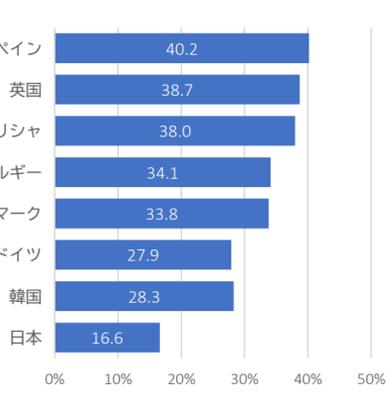


理系は男子に、文系は女子に向いていると思いませんか？  
科学の平均点の性差は、女子>男子の国の方が多い  
(OECD国際学力調査「PISA2018」)。  
また、日本の女子の理系職志望率は非常に少なく18%ですが  
アメリカではなんと55%(IEA理解学力調査「TIMSS2015」)！  
女子の方が理系に強いというのは世界的に見てナンセンスな考え。  
先入観を捨てて進路を考えよう！

①専攻分野別に見た学生(学部)の男女割合



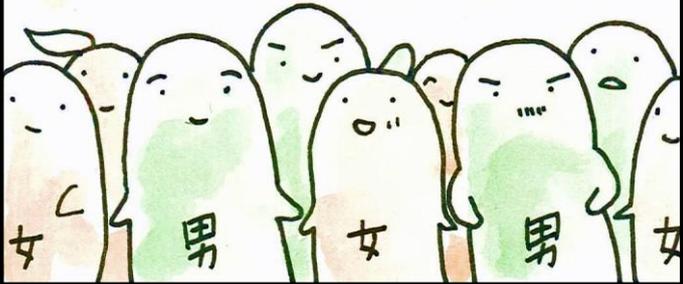
②研究者に占める女性割合の国際比率



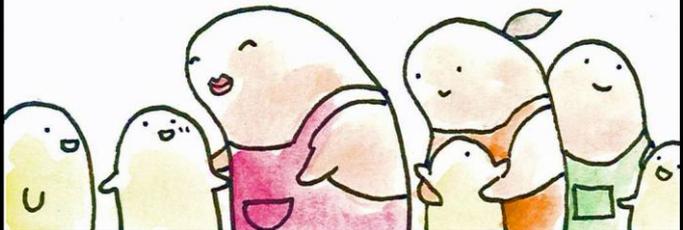
出典：①文部科学省「令和元年度学校基本調査」  
②総務省「科学技術研究調査」  
日本の数値は2019年値、韓国は2018年値、スペイン、英国は  
2016年値、その他の国は2015年値。推定値及び暫定値を含む。

# 素朴な疑問

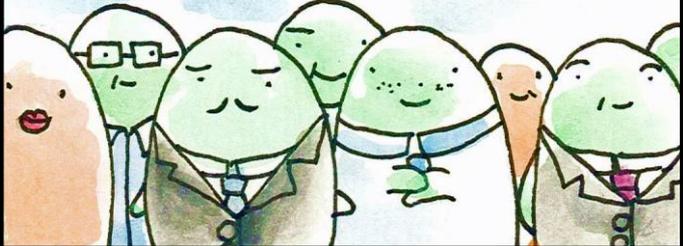
中学校の先生は  
男と女が半分くらいかなあ



でも保育園の時は、  
ほとんど女の先生しかいなかったなあー



あれ？  
でも小学校、中学校  
校長先生はほとんど男だった…!



だけど、保健室の先生は  
今までみんな女だった!



どうしてこんなこと  
なるの???

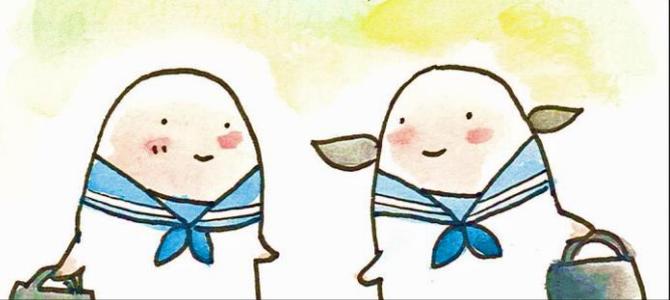


# それって愛情!?

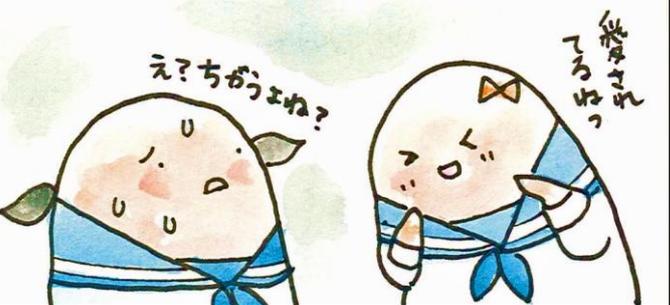
彼氏のメッセージに  
返信をし忘れていたら



友達と一緒に帰ったら



これってなんかおかしくないか?



# デートDVって？

恋人の間で起こる暴力をデートDVといいます。  
デートDVにはいろいろな形があります。  
「束縛されるのは愛されている証拠」だと思いませんか？  
本当に対等で大切な関係では束縛は生まれません。  
愛のある暴力などありません。



・性的な暴力



・経済的な暴力



・こころへの暴力



・からだへの暴力

# SNSの問題

ネットにアップされた情報は、簡単に消すことができません。  
書き込んだ側も、内容を削除したとしても、そのログは消せません。  
個人情報やデマ、悪ふざけの動画などをアップしないようにしましょう。

## あなたのからだ、守れていますか？

あなたのからだはあなただけのものです。  
もし、性被害にあってしまったら、  
あなたは何も悪くありません。  
行為後3日間であれば、  
高い確率で避妊効果があるとされている薬もあります。  
一人で悩まないで、  
少しでも早く周りの信頼できる大人や、  
相談窓口に相談してください。



悩みはひとりで抱え込まないで  
話を聞いてくれる大人は必ずいます

18歳までの方とその保護者対象・児童の生活習慣、非行や児童虐待等/大府市健康増進課

**こども家庭センター 0562-57-0219**

月曜日～金曜日 8:30～17:00 (年末年始・祝日を除く)

ミューいしがせ電話相談 (DVに関する相談を含む) /ミューいしがせ (大府市石ヶ瀬会館)

**女性のための電話相談 0562-44-9117**

毎日9:00～16:30 (休館日(第2・第4月曜日、8/13～15、年末年始)を除く)

いじめに悩む児童生徒や保護者に対する24時間体制の電話による相談/愛知県

**24時間電話相談「子どもSOSほっとライン24」 0120-0-78310 (なやみいおう)**

24時間

LINEで相談できる/法務省人権擁護局・名古屋法務局

**法務局LINEじんけん相談**

月曜日～金曜日 8:30～17:15 (祝日、年末年始を除く)

18歳までの子どもがつながる

**チャイルドライン 0120-99-7777**

毎日16:00～21:00 (年末年始を除く)

チャット相談は  
ウェブサイトから⇒



思いがけない妊娠でお困りの方へ/NPO法人いるから

**にんしんSOS 050-5491-7403**

月・火・木・土・日 18:00～21:00

性犯罪被害の相談・支援窓口/愛知県警察+病院+民間によるサポートセンター

**ハートフルステーション・あいち電話相談 0570-064-810 (まもるよハート)** 愛知県内からのみ通話可能

月曜日～土曜日 9:00～20:00 (祝日、年末年始を除く)

SOGIE (性的指向・性自認・性別表現) に関する全国版LINE相談事業

**つながるにじいろオンラインつなび**

月曜日 14:00～17:00 火・水・木・土曜日 19:00～22:00 金・日曜日 22:00～1時

右のQRコードから  
友達登録をしてください⇒



右のQRコードから  
友達登録をしてください⇒

