

# ハートがたくさんの村づくり

差別のない、人への思いやりを大切に、明るい南阿蘇村をつくりましょう。

Vol.235

## 気づこう、あなたの中の“アンコンシャス・バイアス”

### ◇「アンコンシャス・バイアス」とは？

「アンコンシャス・バイアス」とは、“無意識の思い込みや偏見”と表現され、誰にでもありうるものです。

アンコンシャス・バイアスは誰もが持っており、そのこと自体が問題ではありません。これまでの経験や見聞きしてきたことなどから生み出されるため、完全に払拭するのは難しいかもしれません。しかし気づかないまましていると自分や周りの人の可能性を狭めたり、誰かを傷つけたりする場合があります。まずは、アンコンシャス・バイアスに気づこうと心がけてみるのが大切です。

### ◇「アンコンシャス・バイアス」を減らす3つのポイント

一人ひとりがアンコンシャス・バイアスに向き合わなければ、個人には成長機会の損失、社会や組織にはコンプライアンス違反といったネガティブな影響が出てしまう可能性があります。次の3つのポイントを意識してみましょう。

### Point 1 「べき」「普通は…」に注意！

「男性なら残業すべき」、「普通は女性なら結婚するものだ」本当にそう言い切れますか？「べきだ」といった押しつけの言葉や「普通は…」といった決めつけの言葉が出たら、立ち止まって考えてみましょう。

### Point 2 相手の「サイン」を見逃さない

家族や友人、同僚と話しているときに、急に相手の表情が曇ったり、声のトーンが変わったりしたことはありませんか？そんなときは、自身のアンコンシャス・バイアスから出た行動で相手を傷つけたのではないかと振り返ってみてください。

### Point 3 常に自分に問いかける

アンコンシャス・バイアスを完全に払拭することは、困難です。だからこそ、常に自身の行動を振り返り、問いかけるのが大切です。違和感のあったことをメモしていけば自分の考え方や物の見方の傾向がつかめるかもしれません。

政府広報オンライン 一部抜粋

## みつめる、みとめる -11月10日～12月10日は熊本県人権月間-



みつめる、みとめる  
—みんな違う個性、みんな違う幸せ—

熊本県では、人権フェスティバルをはじめとするイベントや講演会、各種媒体を活用した啓発などを一体的・集中的に展開することにより、多くの人が人権問題に対する正しい理解と認識を深めるとも

に、人権について考える機運醸成を図るため、世界人権デーを最終日とする1カ月を「熊本県人権月間」と設定しています。この機会に、人権について考えてみてはいかがでしょうか。

村民みんなで「ハートがたくさんの村」をつくりましょう。 総務課 人権政策係 TEL0967 (67) 1111



## 「ひとづくり むらづくり 生きがいづくり」

### スポーツ系プログラム

サッカー、野球、陸上、ヨガ、登山、ウォーキングほか

### 文化系プログラム

裁縫、油絵、お箏、木工ほか

### 特別プログラム

ウクレレ、よろずやほか



### 「放課後きらめきクラブ」も参加者募集中！

小学校放課後活動：スポーツ & 文化活動 体験型

クラブのサポートして下さる 賛助会員も募集中！



## NPO法人クラブ南阿蘇

お問い合わせ

ホームページ

TEL 0967-67-0182

<https://clubminamiaso.org>

