気づこう、ほどこう、無意識の思い込み

もんだ？

チェックシート vol.2

「もんだ」とは、「女性（男性）は○○するもんだ」「そうするもんだ」といった、知らず知らずのうちに持っている固定的な性別役割分担意識や無意識の思い込みのことです。
こうした「もんだ」が、気づかないうちに誰かの居心地の悪さにつながっていることも…
ここに挙げている「もんだ」は、その一例です。

気づこう！

当てはまるものにチェックを入れ、空欄には自分が体験したり見聞きした「もんだ」を書いてみてください



1 女性に関するもんだ

- ☐ 女性はスイーツを好むもんだ？
- ☐ 女性は早く帰るもんだ？
- ☐ 結婚したら女性が名字を変えるもんだ？
- ☐ ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

（自由記入）

2 男性に関するもんだ



- ☐ 出張の際、男性が運転するもんだ？
- ☐ 男性は機械に詳しいもんだ？
- ☐ 男性は弱音や愚痴を言わないもんだ？
- ☐ ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

（自由記入）

3 経営者・管理職に関するもんだ

- ☐ 同じ主張でも男性は「意思が強い」、女性は「気が強い」と感じるもんだ？
- ☐ 優秀な人は寝る間を惜しんで働くもんだ？
- ☐ ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

（自由記入）

4 役割分担に関するもんだ

- ☐ 職場のお土産配りは女性がするもんだ？
- ☐ 来客対応は女性がするもんだ？
- ☐ ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

（自由記入）

5 働き方に関するもんだ

- ☐ 男性はいつでも残業できるもんだ？
- ☐ 子どもが体調不良の時は母親が会社を休むもんだ？
- ☐ ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

（自由記入）

6 世代に関するもんだ

- ☐ 重い荷物は若手が持つもんだ？
- ☐ 若手はベテランと同じやり方で成長するもんだ？
- ☐ ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

（自由記入）

KYUSHU

⑦、⑧、⑨…と、
他にもいろんな「もんだ」があるかもしれません。
あなたの周りの もんだ、見つけてみませんか？

アンケートは
こちらから▶

このシートの使い方は裏面をごらんください

ほどこう！

「もんだ」って身の回りにいっぱいあります

What's MONDAI

私たちは「男性だから」「女性だから」といった**固定的な性別役割分担意識**や、
「～するもんだ」と思ってしまう**アンコンシャス・バイアス（無意識の思い込み）**を持ちがちです。
少し意識して振り返ると、そういうもんだ？ありませんか？

「もんだ」に気づこう

時代や働き方、家族のかたちが変わる中で、
昔はしっくりきた「もんだ」が、今は居心地の
悪さにつながることもあるのかもしれません。

小さな気づきが、心地よい職場や暮らしをつくる

「あ、自分にもあるかも」と気づいたり
「これっておかしいんじゃないかな？」と考えたり、
「他の人はどう感じる？」と話してみる。
このシートが、そんな小さな会話のきっかけになればと思っています。

こんな場面で使ってみてください

職場の研修で

一緒にチェック！



同僚との雑談に

「これ当てはまるかも～」
と気軽に



家庭・パートナーと

家事や役割分担を、
見直すきっかけに



男女・世代を超えて

違う立場の人と話す
話題に



大切にしたい3つのこと

1 気づく

「もんだ」は、誰にでもあるもの。
まずは考えることから。

2 押しつけない

「自分はこう思う」は必ずしも
相手に当てはまらないかも。

3 話してみる

「それっておかしいんじゃない？」
と話せる関係を大切に。

あなたの職場、ご家庭、身近な人との関係が、ほんの少しでも心地よくなりますように

九州地域戦略会議メンバー

九州地方知事会・九州経済連合会・九州商工会議所連合会・九州経済同友会・九州経営者協会

お問い合わせ先

子育てランド九州プロジェクト事務局
佐賀県 男女参画・女性の活躍推進課

〒840-8570 佐賀県佐賀市城内一丁目1番59号
TEL 0952-25-7062　FAX 0952-25-7338　danjo-katsuyaku@pref.saga.lg.jp

アンケートは
こちらから▶

KYUSHU