



家事しながら、  
社長なんて  
ほんとすごいよ！

上手におはしで、  
うどん  
食べるのねー！

それって  
女性  
だから？

それって  
外国人  
だから？

### マイクロアグレッション 【Microaggression】

それは悪意のない差別的な言葉や行動。



男女どつちの  
気持ちもわかるん  
じゃないん？

お一人で  
遠いところ  
すみません！  
大妻だったでしょう？

それって  
LGBT  
だから？

それって  
障害者  
だから？

## なにげない一言で、傷つく人がいます。

私たちの社会環境は変化し、多種多様な価値観を尊重する人が増えています。  
多様性を受け入れ、理解するのは簡単なことではありませんが、  
そんな風を感じる人もいるんだと、「まず知ること」から始めましょう。





# マイクロアグレッション

【Microaggression】

それは悪意のない差別的な言葉や行動。

## シーン1 女性の場合



「家事しながら、社長なんてほんとすごいよ!」  
賞賛と思ひ発した言葉かもしれないが、当人にとってはごく当たり前のこと。受け手によっては、それって男性にはそんなこと言わないでしょ。女性だからすごいって言ってるの?と受け取られてしまうことも。

## シーン2 外国人の場合



「上手におはしでうどん食べるのね〜!」  
香川県に来て10年目の彼女にとってうどんを食べることは日常。それをことさら上手と言われ困惑。見た目が外国人だからこんな声をかけられてしまうのか。少しモヤッとしてしまう瞬間である。

## シーン3 LGBTの場合



「男女どっちの気持ちも分かるんじゃない?」  
トランスジェンダーだからそう言ってるの?良好な関係性が前提の、軽い冗談のつもりかもしれないが、両方理解できるわけではない。そもそも男女の気持ちって、そんなにハッキリ分かるものなの?

## シーン4 障害者の場合



「お一人で遠いところすみません!大変だったでしょう?」  
車いすで社会生活を営んでいる彼女にとって、仕事で相手先に何うのは普通のこと。それに対し、この言葉はねぎらいの気持ちではあるのだろうが、要らぬ同情をされているようで人によっては違和感を覚えてしまう。

### 人権に関する電話相談窓口

女性の人権ホットライン	Tel.0570-070-810(法務省)	受付時間/平日8:30~17:15
外国語人権相談ダイヤル	Tel.0570-090911(法務省)	受付時間/平日9:00~17:00
みんなの人権110番	Tel.0570-003-110(法務省)	受付時間/平日8:30~17:15
人権に関する相談	Tel.087-832-3205(香川県庁)	受付時間/平日9:00~17:00



香川県人権啓発  
マスコットキャラクター  
人権かがやきくん

### 性的少数者(LGBT)相談窓口

性的少数者(LGBT) 電話相談 Tel.087-832-3222 受付時間/毎月第1月曜日・第3土曜日 18:00~21:00(年末年始を除く)  
※県から委託された「プライド香川」(当事者及び支援者で組織)の相談員がお受けします。

性的少数者(LGBT)  
メール・SNS相談

**プライド香川**  
メール相談: info@proud-kagawa.org  
LINE相談: 毎月1回3時間程度  
※詳細はプライド香川のHPをご確認ください。  
<https://proud-kagawa.org>  
※原則として1週間以内に返信します。

**あしたプロジェクト**  
メール相談: ashipro.life@gmail.com  
SNS相談:     
Facebook Instagram X (旧Twitter)  
24時間受付 ※原則として1週間以内に返信します。

### インターネット人権相談受付窓口(法務省)

<https://www.jinken.go.jp/> インターネット人権相談 検索

