

New Wave

Vol.62

ジェンダー平等実現のための広報紙

P4～5 桃山商事 清田隆之さんインタビュー
おすすめ図書紹介

P6 デュオよこすかをご利用ください

【特集】P2～3

「男らしさ」と「自分らしさ」

「男性の生きづらさ」から考える

ジェンダー平等



「男らしさ」と「自分らしさ」

「男性の生きづらさ」から考えるジェンダー平等



「男ならこうあるべき」「強くいなければならない」といった言葉に、知らず知らずのうちにプレッシャーを感じたことはありませんか？今回は、そんな「男らしさ」を求められることによって生まれる、「男性の生きづらさ」を通して、ジェンダー平等について考えます。

「男らしく」よりも「自分らしく」生きるにはどうすれば良いか、そのヒントを一緒に探していきましょう。

「男性が抱える生きづらさ」をテーマに、ジェンダーに関心のある次世代を担う皆さんに、座談会形式でお話いただきました。

Point 1 家庭や職場、学校で求められる「男らしさ」 ——男性は稼がないとダメ？自ら課すプレッシャー

Aさん 小・中学校のときは特に、「男はこうあるべき」を強く押し付けられている気がしていた。モヤモヤしながらも、学校に行く前に「今日は男らしくいよう」と思いながら学校に行っていた。スポーツのコミュニティは特に強い気がするよね。

Bさん たしかに男子は、高校の体育で勝つことにこだわりがあったかも。社会人になって感じるのは、将来家庭を持ったときに稼ぎの主体、いわゆる**大黒柱にならなきゃいけないプレッシャー**。今はパートナーの方が稼ぎが多いから、若干申し訳なさを感じることもあるかな。

Cさん パートナーになりたいと言ってくれた男性から、自分の就職先が決まってから付き合いたいと言われたことがある。私はそんなこと全く求めていないのに、**しっかり稼げるようになってからじゃないと、という意識が彼自身にあったみたい**。

Dさん 日常生活では、「男子、重いもの持って!」にモヤモヤすることがあったり…。今の自分の職場で言うと、女性だから長時間労働しなくて良いということもなく平等だと思うけど、長時間労働が必要となる管理職や役員クラスになると女性は圧倒的に少ない。

「男性の生きづらさ」を考えるうえで

Keyword

アンコンジャス・バイアス

誰もが無意識に持っている思い込みや偏見。男女の役割などに、固定的な価値観を与えるとされている。

ホモソーシャル

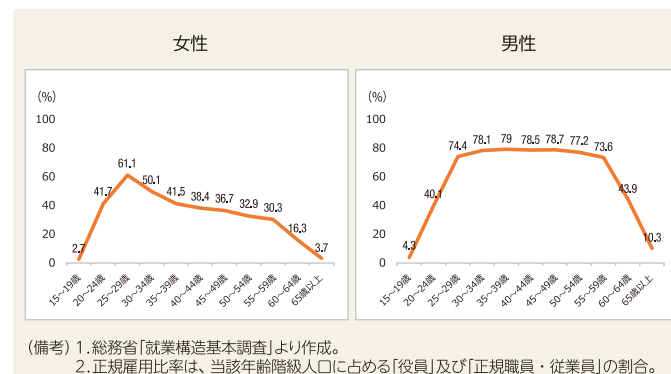
同性同士の性や恋愛を伴わない絆や繋がりのこと。いわゆる「男らしさ」の価値観を共有することや、「男らしくない男性」を排除することにより成立する。

有害な男らしさ

「男はこうあるべき」という偏った男性らしさの規範や、それに背く行動や思想、表現を排斥すること。

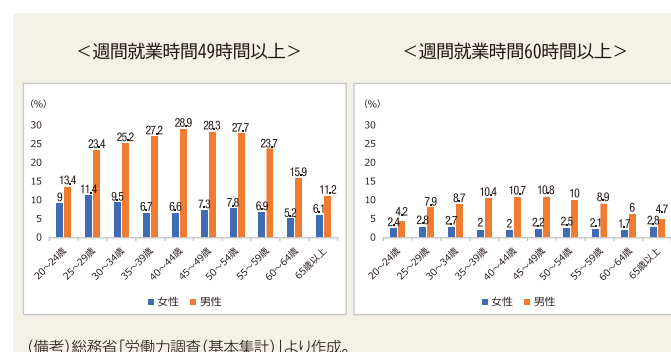
データでみる男性の生きづらさ

1. 正規雇用比率の推移(男女、年齢階級別)(2022年)



女性は結婚や出産を機に一度正規雇用の職から離れる人が多い一方、男性は働き始めてから定年退職まで、正規雇用で働き続けている人が多いことが分かります。**稼ぎの担い手であることを期待され、それが無意識のうちにプレッシャーになっているのかもしれない**。

2. 週間就業時間49時間以上、60時間以上の就業者の割合(2022年)



男性は女性よりも長時間労働をしていることが分かります。「**男性は残業や休日出勤をすることが当たり前**」という無意識の思い込み(アンコンジャス・バイアス)が影響しているのかもしれない。

【出典】

1. 内閣府男女共同参画局「令和6年度版男女共同参画白書」をもとに作成
2. 内閣府男女共同参画局「令和5年度版男女共同参画白書」をもとに作成

Point 2 意識してこなかった「男性の生きづらさ」 ——「男らしく」しないと男性コミュニティから外される？「らしさ」が歓迎され、共有されていく

Cさん 今まで自分が感じてきた「女性の生きづらさ」は自覚していたけど、「**男性の生きづらさ**」は焦点を当ててこなかったことに気づいたんだよね。あと、時代はどんどん変わって男性自身の価値観はアップデートされているのに、**社会からは男性らしさを求められて板挟みになる**つらさもあるんだろうなと想像した。

Aさん 「こういうのが男らしさだよ」というのがなくなってほしいと思う一方、**男らしい自分でないと、男性たちと関わっていくことができないというプレッシャー**があると思う。例えば、合宿や修学旅行などの宿泊のときの会話はホモソーシャルなものが多くて、**その話に乗り切れないとこの輪からはみ出されるんだろうな、というプレッシャー**とか。本当は嫌だと言いたいが、嫌だと言うことで、自分にネガティブなことが起きるから、話を合わせた方が楽で生きやすいんだよね。

Cさん **わかりやすい男性らしさがあった方が楽で、その場は上手くおさまる、ということがあるんだね**。

Bさん 男性間のコミュニティでは、**男らしさを体現できる人の方が歓迎される傾向**があるのかも。Aさんも言っていたように、なんとなく嫌だな、つらいなと思っていても、コミュニティから除外されることを考えると、拒むことができない、という感じかな。

Dさん 結婚式で同じテーブルになった、初めて会った男性たちが、「新婦側の席にかわいい子いた？」みたいな話をしていて少し嫌な気持ちになったのを思い出した。

Aさん 同性同士で集まるのが悪いとは全く思わないけど、そこで「らしさ」が共有され、コミュニティができてあがすることで、疎外感を抱く人もいるんじゃないかな。

Point 3 男性の悩みやモヤモヤ、共有できていますか？ ——弱みは見せられない？悩みを打ち明ける場がない

Aさん そもそも悩みやモヤモヤを**打ち明ける場がない**よね。つらさに気づいていない、つらいと感じているけど感じないようにしている人も多いと思う。話してみたら意外と、「たしかにこれって生きづらいのかも」と思う人はたくさんいるんじゃないかな。

Cさん 一旦みんなで、「生きづらさ」と表現してしまうのも良いのかもしれないね。

Bさん たしかに悩みを話す場がないよね。自分も悩みは全然人に話さないで、抱え込んで自己解決する生き方をしてきた。真面目なことを相談できなくなってしまうのは、日頃の男性間でのコミュニケーションが原因なのかなと思う。

Dさん 昔、悩みを友達に相談してみたことがあったけど、最終的にへらへらした感じの会話で終わってしまったことがあって、相談するのも難しいなと思った。

Aさん **相談することが弱さ、という認識が男性の間ではあるのかも**。だからこそ、自己解決しなきゃ、という気持ちになるのかもしれないね。

座談会にご協力いただいたジェンカレの皆さま、ありがとうございました！



ジェンダー平等な未来を拓く、
ジェンカレ 次世代のサードプレイス
GENCOLLEGE



ジェンカレ(GENCOLLEGE)のHPはこちら

「男らしく」よりも「自分らしく」いるために

組織やコミュニティの中で無理をして、なりたい自分でいられず、しんどさを感じる人もいます。「男性の生きづらさ」を生むのは、無意識のうちに社会全体が「らしさ」を押し付けているからなのかもしれません。誰もが自分らしくいるために、一人ひとりが、男性の生きづらさにも目を向けてみることから始めてみませんか？



桃山商事 清田 隆之さんにインタビュー

「最近おしゃべり、できていますか？」

2024年12月15日に横須賀市で開催されたセミナーで講師を務めていただいた、桃山商事の清田隆之さんに、「男性の生きづらさとジェンダー」についてお話を伺いました。



PROFILE



清田 隆之さん
きよだ たかゆき

1980年東京都生まれ。文筆業、桃山商事代表。早稲田大学第一文学部卒業。ジェンダー、恋愛、人間関係、カルチャーなどをテーマに様々な媒体で執筆。朝日新聞beの人生相談「悩みのるつぼ」では回答者を務める。

著書に『よかれと思ってやったのに——男たちの「失敗学」入門』『さよなら、俺たち』『自慢話でも武勇伝でもない「一般男性」の話から見えた生きづらさと男らしさのこと』『おしゃべりから始める私たちのジェンダー入門——暮らしとメディアのモヤモヤ「言語化」通信』『戻れないけど、生きるのだ 男らしさのゆくえ』など。

女子美術大学非常勤講師。



——文筆業のきっかけとなったユニット活動「桃山商事」

現在は文筆の仕事をしています。ジェンダー、男性性(男らしさ)の問題、子育て、夫婦の人間関係やコミュニケーションに関することや、カルチャーにまつわる書評を書いたり、講演の仕事もしています。

今の仕事は、学生時代に始めた桃山商事というユニット活動がベースになっています。桃山商事が現在配信しているポッドキャスト(音声配信サービス)の番組では、寄せられた感想やエピソード、自分たちの経験を紹介しながら、ジェンダーを含めた様々な問題について考えています。

最初は、女友達の恋愛話を友達数人で聞くことをサークル活動として始め、適当に付けたサークル名が「桃山商事」。会社でもないですし、仕事というより、ライフワークのようなものですね。ただ、そこで見聞きした話や、考えてきたことは、今の自分の文筆の仕事に直結しています。

——今まであまりスポットライトを浴びてこなかった「男性の生きづらさ」

男性と女性で分けると、女性が今まで背負わされてきたジェンダーの重荷や生きづらさの方が圧倒的に大きいはず。女性が今まで受けた被害や不利益、家父長制(家庭や社会で男性が主導的な役割を果たすこと)的な構造の中でケア労働を強いられたり、賃金格差や妊娠・出産によるキャリアの中断など、構造的な問題で多くの苦しみが生まれています。それを正しようという動きがジェンダー平等だと思うので、そこが中心的な話題になるのは当然だと思います。

「男性の生きづらさ」はたしかに今までスポットライトが当たりづらくて、苦しみを誰に発見されることもなく背負い続けてきた部分もあったと思います。でも、今までのような男性優位な社会構造を作ってきたのは男性だと思うし、その結果、利益や特権を得ているけど、その分苦しみや重荷もある、という複雑で難しい問題だな、と。

——男性が無意識のうちに感じているプレッシャーと、どう向き合っていくか

男性同士のおしゃべりの中で苦しみやモヤモヤを言語化し、問題を切り分けていくことで、社会の問題として議論されていくことが理想的だと考えています。男性はまだまだ無自覚で、「なんか嫌だな、苦しいな」と思っている、それが社会から担わされているジェンダーの重荷であるという自覚がないケースが多いように感じます。

男性が感じる苦しみやモヤモヤなど、たしかに今はなかなか注目されていませんが、男性の中で興味や関心や言語化がすすんでいけば、話題になる機会が増え、ますます言語化がすすむ、という良い流れになるのではないのでしょうか。女性の不平等の是正と、男性の苦悩や重荷を両輪で考えていくことで、背景にある家父長制の問題やさまざまなジェンダーの問題に対して声を上げることに繋がっていけばと思います。



インタビューの続きは裏面へ→

——「自分のことを話す」ことから始めてみませんか？

女性に比べて男性は、他人に自分のことを話す場面は少ないように感じますが、例えばパートナーなど、日々近くで接する身近な人に、ただ話し相手として聞いてもらい、理解や共感をしてもらえるだけでも、とても助かると思います。

悩みや自分の話を聞かれることをプレッシャーに感じる男性もありますが、抱え込んで、ふさぎ込んで、キャパオーバーになることが一番つらいと思うので、「何かあったらいつでも話してよ」という雰囲気を出してくれるだけでも、セーフティーネットになるのかな。

ただやはり、日々のモヤモヤすることを男性同士で話すことが一番理想的ですね。何の利害関係もない男友達と話したり、愚痴をこぼしあったりすることで気持ちが楽になると思うので、まずは「自分の思っていることを話す」ことから始めてみるのが良いのではないのでしょうか。



「男性の生きづらさ」につながる アンコンシャス・バイアス

「あなたの中にもこんなバイアスありませんか？／

- 男性は仕事をして家計を支えるべきだ
- デートや食事のお金は男性が負担すべきだ
- 男性は結婚して家庭を持って一人前だ
- 男性は人前で泣くべきではない

【出典】内閣府男女共同参画局「令和4年度性別による無意識の思い込み（アンコンシャス・バイアス）に関する調査研究」

こんな調査も…

【出典】内閣府政府広報室「国民生活に関する世論調査」（令和6年）

1. 「あなたは、日頃の生活の中で、どの程度充実感を感じていますか。」という質問に、「十分感じている」「まあ感じている」と回答した人の割合	男性：54.2% 女性：60.2%
2. 「日常生活の中で、充実感を感じるのは、主にどのようなときですか。」という質問に対して、「友人や知人と会合、雑談しているとき」と回答した人の割合（1. の質問で「十分感じている」「まあ感じている」「あまり感じていない」と答えた人が回答）	男性：31.7% 女性：50.5%

1. では6ポイントしかない差も、2. では男女で20ポイント近い差が！
やはり男性にはおしゃべりが足りていないのかも…

おすすめ図書紹介 ～男性の「生きづらさ」を考える本～



おしゃべりから始める私たちのジェンダー入門 暮らしとメディアのモヤモヤ「言語化」通信

【著 者】 清田 隆之(桃山商事)

【出版社】 朝日出版社

デュオよこすかで
貸出を行っています

「私には、だれかとしゃべりたいことがたくさんあった。」

日常の小さなあれこれや時事問題でもなんでも、感じた何かを誰かに話したい。〈男〉、ジェンダー問題、双子の子育て、エンタメについてなど、暮らしの中で心に浮かぶモヤモヤを著者独自の視線で言語化する。

人とつながることがなかなかできなかったコロナ禍の2020年9月から2022年9月にかけて、「共同通信」電子版に連載されていた「清田隆之の恋バナ生活時評」をまとめた44本のエッセイ集。

自分の話をするのには難しさがつきまとう現在の社会にあって、「おしゃべりの堆積」こそが、優しい社会を作る礎になる、と著者は語る。

★著者が日々の生活の中で感じたことや、「朝ドラ」や「阿佐ヶ谷姉妹」などの身近なエンタメから、ジェンダーについて紐解く

★空気を読むことばかりではなく、ただ「自分の話をする」ことにチャレンジしてみませんか？



「デュオよこすか」をご利用ください！

「デュオよこすか」は、男女共同参画と多様な性を尊重する社会を推進するための場所です。ここでは、ジェンダー平等や多様な性に関する様々な情報やサービスを提供し、誰もが安心して過ごせる環境を整えています。

デュオルーム

◆情報提供

- ・ジェンダー平等や多様な性について、わかりやすくまとめたパンフレットやイベントのチラシを無料でお配りしています。国や他都市の資料も閲覧できます。
- ・必要な情報を手軽に持ち帰って、ご自宅でじっくり読んでいただけます。

◆図書の閲覧・貸出

- ・ジェンダーや多様な性に関する図書のほか、人間関係や働き方、心と体に関するもの、自分らしい生き方を考え、決めるためのヒントになる図書等、約1,400冊を取りそろえています。
- ・1人につき3冊まで、2週間借りられます。
- ・その場で読むことも、ご自宅に持ち帰って読むこともできます。

◆ミーティングスペースの貸出

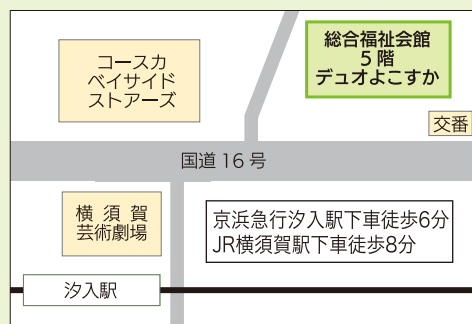
- ・情報交換や交流の場として利用できます。
- ・簡単な手続きで予約ができますので、お気軽にご利用ください。

◆登録団体募集中

- ・団体・グループ（3人以上）で登録をすると、ミーティングスペースの予約や貸しロッカー（希望多数の場合は抽選）が利用できます。
- ・団体登録やデュオルームの詳細は、ホームページをご覧ください。

所在地：横須賀市本町2-1 総合福祉会館5階
電話：046-822-0804
開館時間：9時～18時（年末年始、臨時休館日を除く）

デュオルームの詳細や
図書の一覧は→



デュオルームは、多様性を尊重し、誰もが自分らしく過ごせる社会を目指すための場所です。
ぜひ一度お立ち寄りください。スタッフ一同、お待ちしております！

女性のための相談室（一般相談・法律相談）

- ◆女性が日頃から抱える人間関係や生活上の悩み、法律上の悩みについての相談を女性相談員がお受けしています。相談窓口には「一般相談」と「法律相談」があります。

電話：046-828-8177

一般相談：月・水・金 9時～16時（年末年始、臨時休館日を除く）

女性が日頃から抱える人間関係や生活上の悩みについて、相談に応じます。（1件のご相談時間は最大20分）

法律相談：原則第3火曜日 13時30分～16時30分

女性が抱える法律上の悩みについて、相談に応じます。
（予約制・女性弁護士対応、1件あたり40分以内）

女性のための
相談室の
詳細は



編集・発行 横須賀市 市長室 人権・ダイバーシティ推進課
〒238-8550 横須賀市小川町11番地
電話 046-822-8228
e-mail we-pc@city.yokosuka.kanagawa.jp