

令和7年12月8日

東員町議会議長

南部 豊 様

東員町議会 大谷勝治 議員

研修報告書

研修期間	<u>令和7年11月26日(水) 13時30分</u>
研修(視察)先	委員会室
目的(テーマ等)	みんなでつくる ハラスメントのない議会
参加議員名 (複数の場合)	議員全員
資料添付の有無	有 ・ 無

※ 研修概要、内容、所感などは、次ページにご記入ください。

研修 テーマ みんなでつくるハラスメントのない議会

(公財) 21世紀職業財団認定ハラスメント防止コンサルタント

講師石垣 弘美

まずは「マイクロインサルト」「侮辱」「軽視」という用語・言葉が並び言葉の使われ方と、理解から入りたいと思います。これは心理学や社会学で扱われる マイクロアグレッション (microaggression) の一部に関わる概念です。整理すると以下ようになります。マイクロアグレッションの分類

○マイクロアグレッションとは、日常的に交わされる言葉や態度の中に含まれる、無意識的・間接的な差別や偏見の表現のことです。代表的に3つのタイプがあります：

- ・ マイクロアサルト (microassault)
- ・ 意図的で直接的な侮辱や差別的言動。
- ・ 例：人種差別的な言葉を使う、差別的なジョークを言う。
- ・ マイクロインサルト (microinsult)
- ・ 無意識的に相手を侮辱するような発言や態度。
- ・ 例：「君にしてはよくできたね」といった、能力を低く見積もる言い方。
- ・ マイクロインバリデーション (microinvalidation/軽視)
- ・ 相手の経験や感覚を否定・軽視する言動。
- ・ 例：「差別なんてもう存在しないよ」と言って、当事者の体験を無効化する。

(まとめ)

- ・ 「マイクロインサルト」＝無意識的な侮辱
- ・ 「侮辱」＝直接的な攻撃 (マイクロアサルトに近い)
- ・ 「軽視」＝経験や感覚を無効化すること (マイクロインバリデーション)

つまり、3つの言葉は、マイクロアグレッションの代表的な類型を指しているのです。

市民向けの説明資料をよく作るので、この分類を 表形式や図解にすると理解が進みます。例えばワークショップなどで「日常の中に潜む偏見の形」として提示すると、参加者が自分の言動を振り返るきっかけになります。

○わかりやすい 比較表 や アイコン付きの図解案を作ります。

マイクロアグレッションの分類と説明



この図解では、マイクロアグレッションの3分類をそれぞれアイコンで表現しています：

・ ⚡ マイクロアサルト：直接的な侮辱や差別

・

🗨️ マイクロインサルト：無意識的な侮辱

・

👂 マイクロインバリデーション：経験や感覚の軽視

マイクロアグレッションの3タイプ

種類	アイコン	意味	具体例
⚡ マイクロアサルト	稲妻	意図的な侮辱や差別	「あいつは〇〇だから信用できない」などの差別発言
🗨️ マイクロインサルト	吹き出し	無意識的な侮辱	「君にしてはよくやったね」など、能力を低く見積もる言い方
👂 マイクロインバリデーション	耳を塞ぐ人	経験や感覚の軽視	「そんなことで怒るなんて心が狭いね」など、違和感の否定

「うっかり差別発言」という言葉には、意図せずに相手を傷つけてしまう言動の危うさが含まれています。これはまさに マイクロインサルト (microinsult) や マイクロインバリデーション (microinvalidation) に該当することが多く、本人に悪意がなくても、受け手にとっては侮辱や軽視と感じられることがあります。

よくある「うっかり差別発言」の例と分類

発言例	意図	受け手の感じ方	分類
「君にしてはよくできたね」	褒めたつもり	能力を低く見積もられている	マイクロインサルト
「そんなことで怒るなんて心が狭いね」	なだめるつもり	違和感や痛みを否定された	マイクロインバリデーション
「日本人なのに英語うまいね」	驚きの表現	“日本人は英語が苦手”という偏見	マイクロインサルト
「うちの会社は女性でも活躍できるよ」	ポジティブなつもり	“女性は本来活躍しにくい”という前提	マイクロインバリデーション
「障害があるのに頑張ってるね」	励ましのつもり	“障害者は普通に頑張れない”という偏見	マイクロインサルト

ハラスメント相談対応：NG例 vs OK例

状況	NG例（やってはいけない）	OK例（望ましい）
相談を受けた直後	「そんなの気にしすぎだよ」	「話してくれてありがとう。ここでは安心して話して大丈夫です」
話を聞くと き	相手の言葉を遮って「つまり〇〇でしょ？」と決めつける	最後まで聞いてから「そのとき何が起きたのか、もう少し具体的に教えてもらえますか？」
感情への 対応	「怒るほどのことじゃないよ」	「そのときどう感じたのかを大切にしたいと思います」
秘密保持	「みんなに伝えた方がいいんじゃない？」と勝手に広げる	「あなたの同意なしに勝手に話を広げることはありません」
態度	携帯を見ながら聞く、落ち着きなく動く	相手の目を見て、うなずきながら落ち着いて聞く

ハラスメントの研修は2度目なので用語を理解する。

以上