

# はじめに

人は生きてきた分だけ経験をつみます。その経験をもとに「〇〇はこうだ」「△△はこうしなくてはいけない」などの考え方や価値観が育っていきます。当たり前ですが、ひとりひとり異なる人生を歩んでいますので、つちかわれる考え方や価値観にもちがいが生まれます。

けれど、そのことに気づかず「自分こそが正しい」「自分の当たり前が世の中の当たり前だ」と思い込んでしまいがちです。これが、アンコンシャス・バイアスです。

さらに、その考え方を自分以外の人に当てはめようとしたり、押しつけたりすることで、問題が起きるのです。

だれの中にもアンコンシャス・バイアスはあります。大切なのは、「自分のふつうは人とはちがうかもしれない」「自分の考え方を押し付けてないだろうか」と、立ち止まって考え、行動にうつすことなのです。

本を開いていっしょに考えましょう。

監修者 北村英哉

# もくじ

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| はじめに                           | 2  |
| アンコンシャス・バイアスをなくすにはどうすればいい？     | 4  |
| 「見えないのに、見に行くの？」                | 6  |
| 目が見えない人はアート作品を楽しめない。それ本当？      | 8  |
| 目が見える人も楽しみが倍に！                 | 9  |
| お年寄りって、スマホが苦手？                 | 10 |
| お年よりはスマホが苦手。本当にそうかな？           | 12 |
| 「使わない」と「使えない」は同じじゃない           | 13 |
| お母さんが海外出張に行くのって変かな？            | 14 |
| 海外出張に行くのはお父さんに決まってる。それ本当かな？    | 16 |
| 家庭の仕事はお母さんだけの役割じゃない            | 17 |
| 災害が増えてるけど、自分は大丈夫だと思う           | 18 |
| 災害が起きても自分は大丈夫。それ本当？            | 20 |
| 警報機が鳴ったとき、あなたはどうする？            | 21 |
| 「日本語がじょうず」って言われても、うれしくないよ      | 22 |
| 「日本語じょうずですね」と言われたらうれしいはず。それ本当？ | 24 |
| 外国につながりを持つ子がどんどん増えている          | 25 |
| SNSで知り合った子。仲良くなってもいいでしょ        | 26 |
| 自分のことを話してくれるから信用できる。それ本当？      | 28 |
| 男の子も自分の身を守ろう                   | 29 |
| アンコンシャス・バイアスをなくすために何ができる？      | 30 |

お年寄りって、  
スマホが苦手？



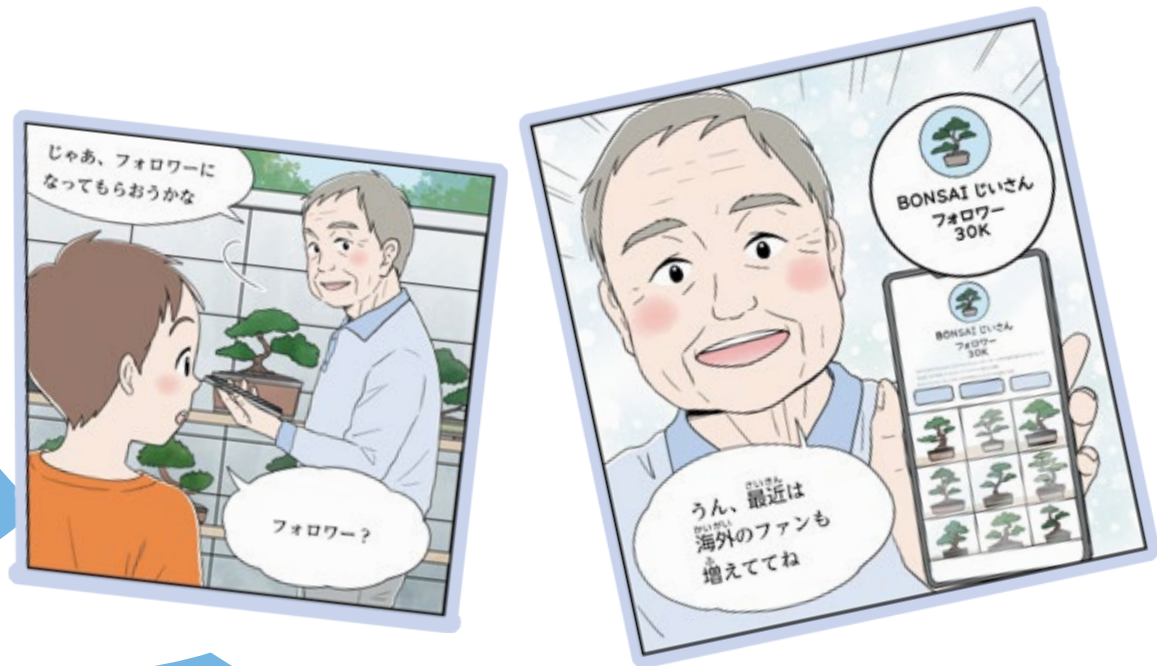
## お年寄りは スマホが苦手。 本当にそうかな？

調べものをする、動画を見る、ゲームをする、支払いをするなど、私たちの生活にスマホやパソコンは欠かせない存在です。

その一方で、「スマホは持っていない」「ケータイは電話をするときしか使わない」というお年寄りもいます。そのため、「お年寄りはスマホが苦手」「パソコンやタブレットが使えない」というイメージがあります。

しかし、ある調査によると、60-69才の86.8%、70-79才の65.5%がインターネットを利用しています。さすがに、80才以上になると、33.2%になりますが、それでも、3人に1人以上はインターネットを利用している計算です※。

つまり、お年寄りといわれる人たちも、ちゃんとスマホやパソコンを使っているのです。「お年寄りはスマホが苦手」という決めつけはアンコンシャス・バイアスです。



## 「使わない」と「使えない」 は同じじゃない

また、お年寄りの中には「スマホは特に必要ない」「なくたって困らない」という人も少なくありません。

そういう人たちは、調べものは本で読み、分からないことはだれかに聞きます。動画はテレビで見て、支払いは現金やカードを用いるので、スマホがなくても大丈夫なのです。

使わないからといって、使えないとは限りません。インターネットに頼らない生活だってあるのです。

## どうすればよかったのかな？

日本では、65才以上の人を高齢者と呼んでいますが、100才を超える人が9万5千人以上もいます※。つまり、お年寄りとはひとことで言っても、とても幅が広く、「お年寄りだから〇〇だ」と決めつけるのは無理です。

みなさんが「小学生って生意気だね」「小学生は根性がない」などのように決めつけられたら「人それぞれだから」と思いますね。お年寄りだって同じなのです。

