



大野市は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。



5 ジェンダー平等を
実現しよう



未来ユニティアクトステップガイド

～大野から未来へ、共に歩む～

《中高年層版》



令和8年

未来ユニティプロジェクト



はじめに

福井県は共働き家庭が多い一方で、社会や家庭の中には性別による固定観念が残っています。中高年世代は、これまでの経験や価値観を活かしつつ、次世代や地域社会のために新しい意識や行動を取り入れることが、より良い未来につながります。本アクトステップガイドは、大野市男女共同参画プランの理念をもとに、中高年層が日常生活や人間関係の中でできる『意識改革』に焦点を当ててまとめました。



意識改革のポイント

内容	メモ欄
アンコンシャス・バイアス（無意識の偏見）を知る 『男性は仕事、女性は家事』など、これまで当たり前と思っていた役割分担を見直す	
『男らしい』『女らしい』といった表現を避ける 家族や地域の中で、性別にとらわれない声かけや配慮を意識する	
家族や地域の誰もが意見を言いやすい雰囲気をつくる 世代や立場を問わず、話し合いの場を大切にする	
自分や周囲の人がやりたいことに挑戦できるよう応援する 年齢や性別に関係なく、新しいことへの挑戦を後押しする	



家庭・地域向けチェックリスト（セルフ診断）

内容	メモ欄
日常の役割分担や行動が性別や年齢で決まっていないか	
家族や地域の意思決定に全員が参加できているか	
自分や周囲の人がやりたいことに挑戦できているか	
『無意識の偏見』について家族や仲間と話し合ったことがあるか	



すぐできるアクション例

内容	メモ欄
家庭や地域の仲間と、役割分担や希望を話し合う	
家事や地域活動をローテーションで担当してみる	
周囲の『やってみたい！』を応援する	
『男女共同参画』や『世代間交流』について話題にしてみる	
困ったことや悩みを相談しやすい雰囲気をつくる	

● 参考リンク

内容	二次元コード
大野市男女共同参画プラン: https://www.city.ono.fukui.jp/shisei/seisaku-keikaku/sonota/danjo-kyodo-sankaku.html	
福井県男女共同参画推進条例: https://www.pref.fukui.lg.jp/doc/joseikatuyaku/joseikatuyaku_.html	

● あとがき

本アクトステップガイドは、中高年層がこれまでの経験を活かしつつ、次世代や地域と共により良い社会を築くためのヒントをまとめました。日々の暮らしや人間関係の中で、ちょっとした意識の変化や行動が、未来の自分や周囲の幸せにつながります。この内容が、新たな一歩のきっかけとなれば幸いです。