



スマホから社会を変える：SNSで動き出す女性活躍の未来

✨女性が働きづらい現状とその改善策

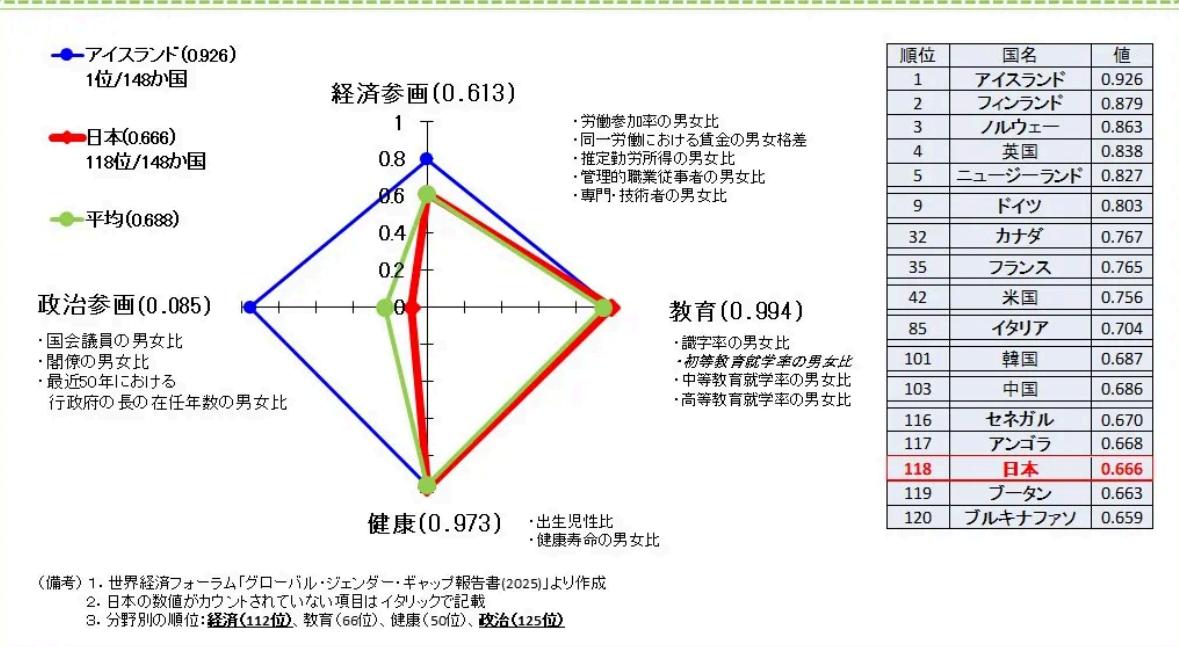
はじめに：なぜこのテーマを選んだのか

- 現代の日本では、女性の就業率は上昇している一方で「働きづらさ」や「キャリア形成の困難さ」が依然として残っている
- 個人の努力だけでは解決しにくく、社会構造や価値観が大きく影響している
- 私たち自身が進学・就職を控え、身近な問題として捉える必要があると感じた

日本の現状

ジェンダー・ギャップ指数(GGI) 2025年

- スイスの非営利財団「世界経済フォーラム」が公表。男性に対する女性の割合(女性の数値/男性の数値)を示しており、0が完全不平等、1が完全平等となり、1に近いほど順位が高いとされている。
- 日本は148か国中118位。「教育」と「健康」の値は世界トップクラスだが、「政治」と「経済」の値が低い。



- 経済参画の指標が世界平均にとどいていない
- 4項目の中で最も低い

女性が働きづらい原因とは何でしょう？

女性が働きづらい原因

1. 出産・育児に伴う長期的な就業の難しさ

- ・長期の育休・産休によりキャリアの停滞が起きやすい
- ・仕事と子育ての両立を支える制度（保育園・病児保育など）が十分でない地域もある
- ・家庭内の家事・育児負担が女性に偏りがち

2. 固定観念（ジェンダーステレオタイプ）の存在

- ・「女性は家庭を優先すべき」「管理職は男性が向いている」などの価値観が根強い
- ・無自覚な期待や役割押し付けが、キャリアの選択肢を狭める
- ・SNS上の言葉やメディアにも影響が残る

3. 容姿による職業選択の制約（いわゆる“顔採用”）

- ・採用時に外見が重視されるケースがある
- ・女性の「見た目」へのプレッシャーがキャリア選択に影響
- ・本来評価されるべき能力や適性が見えづらくなる

4. キャリア形成が困難になりがち

- ・昇進や管理職への登用が少ない
- ・ロールモデルやメンター不足
- ・長時間労働文化との相性の悪さ

課題への対策案

1. 固定観念をなくす取り組み

- SNSで「働く女性のリアル」やロールモデルを発信
- 男女問わず固定観念を揺さぶる情報に触れる機会を増やす
- 授業・家庭・企業でのジェンダー教育の強化

2. 出産・育児と仕事を両立できる環境の整備

- リモートワークの普及
 - 通勤時間を削減し、育児と両立しやすい
- フレックスタイム制度の活用
 - 子どもの送り迎えに合わせた柔軟な働き方が可能
- 男性育休を当たり前にする社会づくり
 - 育児の負担を家庭内で分担し、女性のキャリア継続をサポート

3. 容姿に左右されない採用（ブラインド採用）

- 顔写真・年齢・性別などを伏せた履歴書の活用
- 採用基準を「能力・適性・価値観」に重点化
- 面接官の無意識バイアスを減らすための研修

私たちができること

1. SNSを活用した発信活動

- 若い世代はSNS発信力が強く、社会に影響を与えやすい
- 日常レベルでジェンダーに関する視点を届けることが可能

発信アイデア（3案）

1. ロールモデル紹介（1日1人）

- ・歴史上の女性リーダー、科学者、芸術家などを紹介
- ・「自分もこうなりたい」と思えるきっかけを提供
- ・モチベーションを高める

2. 「昔の常識 VS 今の常識」ショート動画

- ・TikTokやYouTube Shortは幅広い年代の人利用する
- ・拡散しやすい
- ・多くの人が価値観の変化に触れられる

3. 女性の現状を伝えるショート動画（今回制作したもの）

- ・企業内での女性比率や固定観念による見えない負担を解説
- ・問題への理解を広げる
- ・固定観念を払拭する第一歩につながる

attachment:8f91072c-a77d-4c3b-8a5c-61d104efd7f5:ビデオ-20251208_コピー.mp4

ビデオ-20251208 コピー.mp4

最後に

- 値値観を変えるには、日常の小さな行動や発信が重要
- 私たち自身が課題に気づき、声を上げることで未来は変えていける