

従業員エンゲージメント向上に関する取組み

CASE : 全員活躍（ゼンカツ）オープン講座

「ダイバーシティ&インクルージョン」の風土醸成の一環として、社員一人ひとりが自身のワークライフバランスに向き合い、自らの強みと能力を最大限発揮する“全員活躍”のきっかけとすることを目的に、2022年度より実施しています。これまでの講座にのべ 1650名の参加がありました。参加者の事後アンケートの内容でも好評であったことから、2025年度も引き続き継続実施しています。

【2024年度 講座ラインナップ】

- 『～自分らしさを知り、充実した人生を実現する～ セルフキャリアデザイン入門編』
- 『未来の自分のキャリアを考える ～マルハニチロ社員とのパネルディスカッション～』
- 『～LGBTQ+の世界を「知って、感じて、考える」～多様な視点を身に着ける講座』
- 『ココロをトレーニング！ココロ月間 ストレス・逆境・困難にいかに向き合っていくか』



ゼンカツ #12

全員活躍（ゼンカツ）オープン講座 第12回
～LGBTQ+の世界を「知って、感じて、考える」～
多様な視点を身につける講座
実施レポート

1/2



概要①「多様な視点を身につける 知って考えるウェビナー」

日時：2025年1月17日（金）14:00～15:30
講師：藤原 快哉氏（グラデーション代表）
申込人数：合計66名
目的：LGBTQ+の世界を通して、
①自身が持っている無意識に気づく。
②世の中にありがちな言動を当事者がどのように感じているのかを知る。

内容

①LGBTQ+に関する基本的な知識を身につける
それぞれの**アライアメント**に込められている意味をご説明していただきました。
L: レズビアン（女性同性愛者）
G: ゲイ（男性同性愛者）
B: バイセクシュアル（両性愛者）
T: トランスジェンダー（性別不適合）
*国際標準分類改定によって「性同一性障害」という名称は使われなくなりました。
上記のLGBTQ+だけでなく、**Q・I・Aもあること**を教わり、これ以外にもさまざまなことから**とらづけていること**もご説明いただきました。

②L・G・B・T・Qに**とどまらない性の多様性に関する本質的な理解を得る**
性の多様性は身体的特徴による性別や恋愛の傾向以外にもあることを教わりました。
キャラクター「ジェンダー・グッド・バディ」を用いて
①性の自任・自己認識（女性性・男性性）
②性の表現（女性らしさ・男性らしさ）
③生物学的な性（女性・男性）
④性的（身体的）な指向
⑤恋愛（感情）の指向
上記5つがあり、それぞれ0か100かではなく、**グラデーション**であること。また、今の自分の度合いを**考える時間**を設けました。

③**私たちが日常でできる取り組みを考える**
多様な性のあり方をさりげなく肯定していくことが当事者を受け入れ、安心につながることを学びました。ex 『昨日テレビで見つけた、良かったよね』など
また、当事者から**カミングアウトを受けた際の注意点**も教わりました。
①まずは受け止める。②許可を取って質問する。③カミングアウトの範囲を確認する

概要②「多様な視点を身につける 感じて考えるVR/オンライン参加型セミナー」

日時：2025年1月23日（木）14:00～16:00
講師：黒田 麻衣子氏（株式会社シルバード）
申込人数：合計19名（会場参加13名、オンライン参加6名）
目的：LGBTQ+当事者と身近な人の視点を体感して、自分事化する。

内容

どこか「他人事」として扱えてしまいがちなテーマについて、VR動画体験を通じて「**自分事化**」や「**行動変容**」に繋げていくことを目指しました。VR動画に出てくる主人公になりきることを意識して受講していただきました。

①**レスビアンオフィス編**
あるレスビアンの**主人公の視点**で2つのシーンを体感しました。
①LGBTQ+の理解・浸透が進んでいない職場でのランチシーン
②LGBTQ+の理解・浸透が進んでいる職場での飲み会シーン
どういった雰囲気や言葉が当事者にとっての安心につながるのかを強く感じられる体験になりました。

②**告白の日**
ある父親の**視点で息子からゲイであることの告白を受け止める体験**をしました。
自身にとって身近で大事な人からの告白に対して、自分だったらなんて声をかけるのか、なぜその気持ちになったのかをディスカッションしました。

ただ話を聞くのではなく、VRゴーグルを通じて**当事者と同じ目線**となることで、**自分事化し感情も動き、涙を流す参加者**もいらっしゃいました。また、講師の黒田さんや電路陣の強い思いに強く共感して下さる参加者もいらっしゃいました。

2025年1月人事総務ダイバーシティ&インクルージョン室

ゼンカツ #12

全員活躍（ゼンカツ）オープン講座 第12回 ～LGBTQ+の世界を「知って、感じて、考える」～ 多様な視点を身につける講座 実施レポート

概要① 「多様な視点を身につける 知って考えるウェビナー」

講座後アンケート 講座満足度として、「期待以上」が約47%、「期待通り」が約51%、「期待以下」は約2%でした。

受講者の学び・気づき・感想・コメント

LGBTQ+言葉はなんとなく知っていましたが、あまり深く知らずとしてこなかった話題でした。改めて、正しく知る、**いろんな考え方があることを理解する事**は大事だと思いました。

LGBTQ+の当事者がどう言われたときにどう感じるかなど、具体例があることで**当事者目線で考えることができた**。こんなに多様な性に関する自認があると知り、自身が知らないだけで当事者と関わっている可能性が高いと感じた。その可能性も踏まえて相手と会話をすべきだと学びになった。また、パターンごとのように対応すべきを考えるパートが一番勉強になった。

初めて知った内容も多く、とても参考になりました。漠然とLGBTQ+への理解をしたいと思っていましたが、本日のウェビナーを受けて、中途半端な知識や対応で**当事者の方に不快感をさせたり、傷つけることの無いよう**にしたいとも感じました。まずは自分ができることから始めたいと思います。

他を思いやれる温かい人が少しでも増えれば、社会はもっと良くなると思います。長い道のりなのかもしれませんが、目の前にあることを一步一步、少しずつでも変えていくことができればと思います。

受講して下さった方の多くに、正しいLGBTQ+の知識や理解を促すことができたと、良かったです！ぜひ今回の学びを活かして行動していきましょう！

概要② 「多様な視点を身につける 感じて考えるVR/オンライン参加型セミナー」

講座後アンケート 講座満足度として、「期待以上」が約93%、「期待通り」が0%、「期待以下」は約7%でした。

受講者の学び・気づき・感想・コメント

LGBTQの当事者の立場や当事者の家族の立場で告白を受けるというシチュエーションで事例を体験することで、**実際の感覚を伴って問題（状況）を体験**することができた。アコンシャスバイアスやマイクロアグレッションによって当事者に大きな影響を与えることを理解した。LGBTQ当事者にとっての**ためだけでなく、心理的安全性を感じる**ことの痛場を作り上げることの**事業性を改めて理解**した。

LGBTに限らず、日常の中で**アコンシャスバイアスの下に言動をしていることが多い**ことに気づきました。一方で、私自身が他者からの同様の言動に心痛めることもあります。様々な場面で、お相手のバックグラウンドに想像力をもって言動できるような気持ちの交換が広がっていくよう、心がけていきたいと思いました。

参加してよかったです。**講師や事務局の方のお話は知らずに涙腺がゆるみ、言葉には難しい感情**となりました。本講座を今回限りするのはもったいなく、出来る限り複数回開催や、部・課等の小集団で全員参加が出来ればいいなと、講座の内容に賛成・反対というのはあるかと思いますが知ることで**気づくことから始める**一歩は大切な気がします。

講師の先生が熱い思いを持って講演してくださり、とても胸に刺さりました。会社の管理職研修にぜひ組み込んでいただきたいです。

受講者みなさんのディスカッションされている姿や言葉から、自分事と本気で捉えてくださっていることが伝わっていました。満足度ほとんどの方が期待以上で、運営陣として開催してよかったと心から感じています。

📄 「ダイバーシティサイト」では本講座のテキストデータや実施レポートの他、これまでのD&I室の活動報告をご覧ください！

ゼンカツオープン講座実施レポート（2025年1月）より