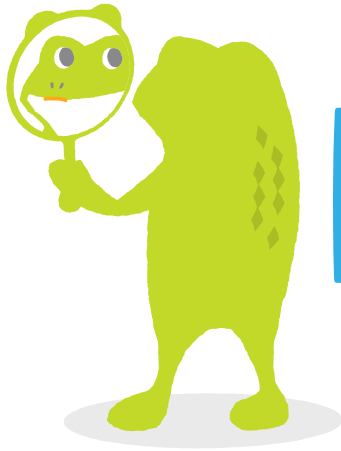


CONTENTS

- ① ルッキズムってなに？
- ② 美しさの呪縛から自分軸へ
- ③ トミヤマユキコさんと考える…ルッキズム社会の生き方

人は見た目が 9割？

あるがままの自分を愛そう



STEP by STEP

とよなか男女共同参画推進センター すてっぷ

人は見た目が9割？

～あるがままの自分を愛そう～



コロナ禍でマスクをすることが当たり前となった今、人前で素顔をさらすことが、なんだかおっくう…と感じていませんか。現代社会は、「こうしたらもっときれいになりますよ」という広告や情報で溢れかえっていて、人々は自分や他人の見た目を常に気にしています。

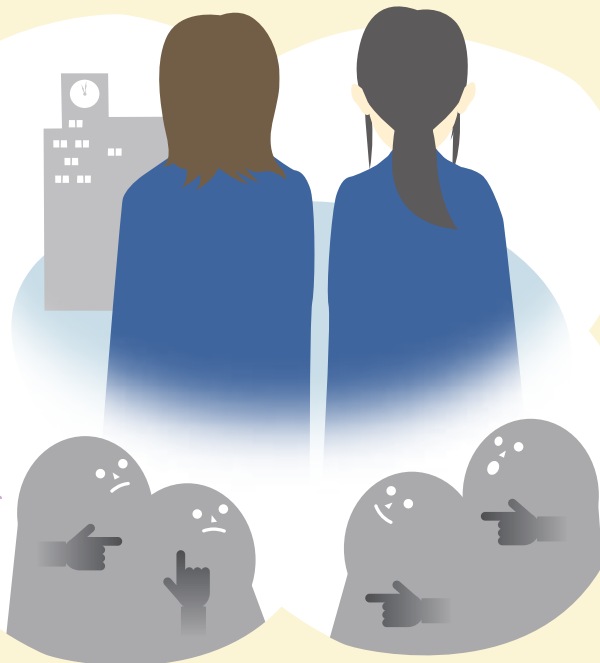
見た目や身体的特徴に基づいて人を差別することを、「ルッキズム＝外見至上主義」といいます。見た目が重要視される世の中では、無意識のうちにルッキズムがあらゆる生活の場面で作用します。

具体例をみてみましょう！

CASE 1 会話の中で...

日常生活において、見た目を周りから比較されるのは圧倒的に女性が多いと感じませんか？

A子よりB子の方が可愛いよな！



CASE 2 日常的に...

女性は常に身だしなみに気を遣うべきだ、という考え方が社会の中にありますが、本当にそうでしょうか。



あれ？今日はすっぴん？
女の子はちゃんと化粧しなきゃ～



CASE 3 メディアからの刷込み...

「女性も男性も美しさを追求すべし」というメッセージが、テレビや雑誌、様々なメディアを通して発信され続けています。一体どこまで規定された美しさを追いかければよいのでしょうか…？

もっともっと美しくなりましょう！



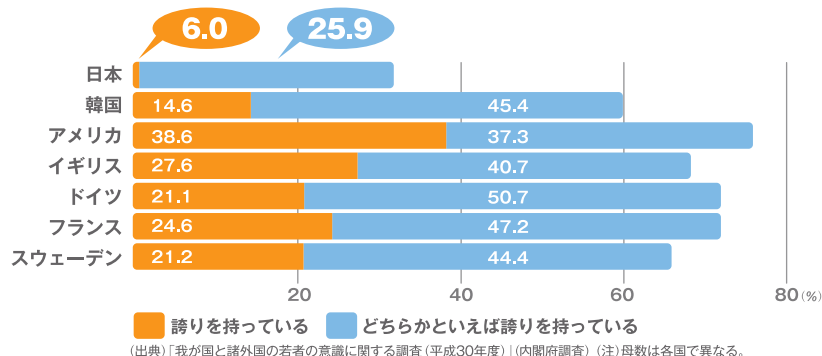
型通りの美を追い求めて…

みなさんの考える「美しい人」とはどんなイメージですか。若くて人気のアイドルや俳優を思い浮かべる人が多いのではないのでしょうか。多くのメディアが、「美しさこそ正義である」という価値観に流れがちで、「美しさ」には絶対的な価値があり、美を追求することは正しいことであると主張する傾向にあります。

美しさの呪縛

男性優位の社会では、女性は那人自身の知性や能力ではなく、表面的な美しさや若さにこそ価値があると考えられがちです。男性は学歴や社会的地位で語られる一方、女性は若くて可愛いだけでよしとされる、いわゆる「ダブル・スタンダード」が日本社会に根強く存在しています。そのため、とりわけ女性たちが美しさを追求することは当たり前のこととされ、どこまでも美しくなることを求められます。身近になっている美容整形、エステ、脱毛、ダイエットサプリなど、美しくなるための手段や方法は際限なく存在し、美容市場は拡大し続けています。

容姿に自信のない日本の若者たち



7カ国の満13歳から満29歳までの男女に行なった内閣府の調査「我が国と諸外国の若者の意識に関する調査(平成30年度)」では、「自分の容姿に誇りを持っている」と答えた人は日本ではわずか6%でした。各国に比べて、日本の若者たちの容姿に対する自信のなさは、突出しています。



日本は、他人と考え方や意見が同じであることが歓迎される同調圧力の強い傾向があります。こうした社会では、多様な価値観が認められにくくなっています。一定の美の基準を設けてしまうと、そこから外れてしまった人たちはブサイクと分類されて、よりルッキズムに苦しむことになってしまいます。「みんなと同じように可愛く(かっこよく)なければ自分には価値がない」と思い込んで、過度のダイエットや美容整形をするなどして自らを追い込んでしまう若者もいます。

あるがままの自分

誰一人として全く同じ外見の人はいません。誰もが固有の形を持っていて、唯一無二の存在なのです。しかし外見重視の現代社会では、他人の目が気になるし、美容情報に惑わされることも多いです。世間一般で言われる美しさから多少ズレていても、これでよし!と思える「自分なりの軸」を持ちたいですね。

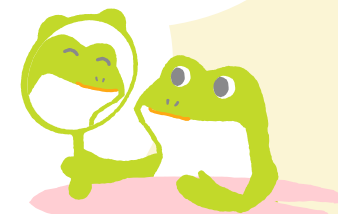
* * *

SNSを始めとしたメディアの在り方を見直すことも重要です。画一的な美のイメージを発信するのではなく、多様な顔立ちの美しさや年齢、民族性を描くことが必要です。また、メディアはあくまで人の手によって作りあげられた世界ということを理解した上で付き合っていくようにしなければなりません。メディア・リテラシーの力を養うことが大切です。

* * *

他人から外見を馬鹿にされたら、悲しくて悔しくて理不尽な気持ちを感じるでしょう。職場など公の場で、人の容姿をほめることも含めて話題にすることはセクシュアル・ハラスメントであり、人権意識が低いといえます。心無い言葉を受け取る必要はありません。あなたにとって心安らげる人がそばにいれば、その人たちを大事にしましょう。

**自分のすべてを
肯定的に受け止めることは難しいけれど、
「まあそこそこイケてる。」って思えたら、
素敵ですよ。**



ルッキズム社会の 生き方

トミヤマ ユキコさん

(ライター／東北芸術工科大学文芸学科准教授)

わたしは山形にある美大の教員をしているのだが、ここ数年、他大学の学生から「ルッキズムをテーマに卒業論文を書いているので話を聞かせてほしい」という連絡が来るようになった。

*

それはわたしが『少女マンガのブサイク女子考』（左右社）という本を書いているから。少女マンガにはブサイクという設定になっているヒロインがあまりいないという世間のイメージを覆すべく、ブサイクヒロインの登場する作品を集めまくり、日本の少女マンガとルッキズムについて分析と考察を試みた本だ。本の元となる連載をスタートさせた2017年当時、世間のルッキズムに対する関心はまだそこまで高くなかったし、他大学からの問い合わせなんてひとつも来なかった。ほんの数年で、ルッキズムへの興味関心がずいぶん高まったのだ。

*

ルッキズムについて取り上げると必ず出てくるのが、「見た目を理由に誰かを差別したり、自分を卑下したりするのはやめよう」というスローガンで、それは確かにその通りなのだが、実際そのように考え行動するのはとても難しい。なぜなら、この社会は視覚を使う場面がとても多いからである。聴覚、嗅覚、触覚が優位な社会だったら人の見た目はここまで問題にされなかったかもしれない。しかし、この視覚優位社会を生きるわたしたちが見た目の問題と無関係でいることはとても難しい。恥ずかしいことだが、見た目で苦しんだ経験があるわたしだって、見た目で人を判断してしまう瞬間があるのだ。

*

だから簡単に「どんな人も美しい」とか「見た目の呪縛から解放されましょう」と言うつもりはない。ルッキズムは、気を抜くと入り込んできてしまう「すきま風」のようなもので、それを防ぐには、心にわき上がる差別や自己否定の感情をちゃんと自覚しつつ、他者や自分自身を傷つけないようにするためのコントロール法を学ぶしかないのだ。

こうしたことは、本来、学校で教えてくれてもよさそうなものだが、今のところその機会はなさそうである。ならばさしあたって少女マンガのブサイクヒロインたちを先生にしてほしい。美人になろうと努力する者、整形手術で変身する者、ブサイクなまま生きていく者……いろいろなヒロインがいて、いろいろな幸せの形がある。彼女たちの物語を読んでいると、「美人はお得でブサイクは損」といった価値観がいかにか陳腐で実態に即していないか痛感する。どんな見た目でも生きていこうと、大事なものは自分の中に軸があるかどうかだ。美醜のジャッジを世間や他人に委ねた者は、たとえ美人でも苦勞する。美人になったら全て解決するわけではないことを少女マンガに教えてもらうだけでも、美醜との向き合い方はだいぶ変わるはずだ。

*

美男美女の物語をたくさん描いてきた少女マンガだからこそ、美男美女ではない人々へのメッセージもちゃんと描けるのだと痛感する。マンガなんて単なる暇つぶし、と思わず、現実と地続きの物語なのだと思って読んでみてほしい。

トミヤマ ユキコさん (ライター／東北芸術工科大学文芸学科准教授)

ライターとして活動するかたわら大学では日本の少女マンガについての研究や編集・ライティング関連の講義を担当。著書に『大学1年生の歩き方』(共著、左右社)、『少女マンガのブサイク女子考』(左右社) などがある。



ちよつと ルッキズム社会を楽に生きるためのブックガイド

すてっぶ 情報ライブラリー所蔵



少女マンガの
ブサイク女子考

トミヤマ ユキコ著
左右社 2020年11月



現代思想 2021年11月号
特集=ルッキズムを考える

西倉 実季 他著
青土社 2021年10月



脂肪と言う名の
服を着て
完全版 (文春文庫)

安野 モヨコ著
文藝春秋/2009年10月



■ 情報ライブラリー

男女共同参画社会の実現に向けた
専門図書室です



■ 相談

あなた自身の力を大切にしながら
次の一歩を踏み出す応援をします



■ 講座・イベント

男女共同参画を推進するための
講座、イベントを実施しています



■ 貸室

市民活動など非営利のイベント等に
利用できます

[企画・編集・発行]

とよなか男女共同参画推進センターすてっぷ

指定管理者：一般財団法人とよなか男女共同参画推進財団



〒560-0026 大阪府豊中市玉井町 1-1-1-501
TEL 06-6844-9772 (代表) FAX 06-6844-9706

■ 開館時間 9:00～21:30 (水曜・年末年始 休館)

<https://toyonaka-step.jp/>



@toyonaka_step



LINE



[発行日] 2023 (令和5)年3月31日