最前線で活躍するスタッフのみなさんへ

No.9

Frontliner［フロントライナー］

株式会社日本保健衛生協会
第１事業部
サニタリーグループ
作成者/有本由伸

11
2022
November

スタッフの皆さん、日々の業務にご尽力いただきありがとうございます。

11月13日、近畿地方で木枯らし1号が吹いたとの発表がありました。昨年よりも21日遅いそうですが、いよいよ季節が秋から冬へ変わる時期となってきました。皆さん、季節の変わり目で体調を崩したり、朝夕の寒暖差で風邪などひいたりしていませんか。

体調管理がむずかしいこの季節。一番大切なことは栄養バランスのよい食事を摂ることです。と口で言うのは簡単ですが、実際に行うのはなかなか難しいものです。
そこで栄養バランスのよい食事を摂る助けになるキーワードが「まごわやさしい（孫はやさしい）」です。右の7品目の食材を意識して摂るようにすると、ビタミンやミネラル、食物繊維をバランスよく摂ることができます。
ただこれらの食材すべてを毎日食べることも大変です。ですので、普段の食事で足りないと思う食材があれば、これら7品目の中から少し加えるだけでも大丈夫です。まめ類が足りないと思えば納豆を、海藻類なら海苔を、ご飯のお供にプラスするだけで構いません。

気軽に少しずつ「まごわやさしい」を取り入れてみてはいかがでしょうか。

●バランスのとれた食事のキーワード

ま め		豆製品（納豆、豆腐、味噌など）
ご ま		種実類（ごま、ナッツなど）
わ かめ		海藻類（わかめ、昆布、海苔など）
や さい		緑黄色野菜、淡色野菜など
さ かな		魚介類（青魚、白身魚など）
し いたけ		きのこ類（椎茸、しめじなど）
い も		芋類（じゃがいも、里芋など）

令和4年 秋の全国火災予防運動（11月9日～15日）

全国火災予防運動は、火災が発生しやすい春と秋に毎年行われています。火災の発生を防止し、火災による死者を減少させ、財産の損失を防ぐことを目的として、今年は11月9日から15日までの1週間行われます。
空気が乾燥し火災が起きやすくなるこれからの時期、私たち一人ひとりが防災意識を持って、火災予防を心がけましょう。

2022年度 全国統一防火標語

「お出かけは マスク戸締り 火の用心」

期間　令和4年11月9日～15日までの1週間

住宅防火 いのちを守る 4つの習慣

1. 寝たばこは絶対にしない、させない。
2. ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
3. こんろを使うときは火のそばを離れない。
4. コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。

参考：総務省消防庁ホームページ

今月の
特 集

トイレの日に考える「みんなのトイレ」

11月10日はいい(＝11)トイレ(＝10)の語呂合わせで「トイレの日」です。
私たちの仕事場所として欠くことのできないトイレですが、今回はトイレ清掃に関するお話ではありません。
いつもとは少し違う角度から、これからのトイレのあり方について考えてみませんか。

近年、LGBTを含む性的マイノリティ(性的少数者)の人権を保護する取り組みが、世界の多くの国々で広がっています。日本でもLGBTの方に対する認識は深まったものの、LGBTの方が社会生活を送るうえで支障をきたすことはまだまだ多くあります。
そこで今月は、私たちの仕事場であるトイレに焦点を当てて、LGBTの方たちが抱えているトイレの悩みやストレスについて考えてみます。

基本的な知識 そもそもLGBTとは？

まず基本的な知識です。LGBTとは「Lesbian」「Gay」「Bisexual」「Transgender」の4つの英単語の頭文字を取ったもので、性的マイノリティの総称として使われている言葉です。これまでのように男女のみに区別するのではなく、多様な性のあり方を理解し認め合うことが大切です。
日本では人口の約10％がLGBTであると言われています。

●LGBTとは

L	Lesbian レズビアン	女性同性愛者（同性が好きな女性）
G	Gay ゲイ	男性同性愛者（同性が好きな男性）
B	Bisexual バイセクシュアル	両性愛者（同性も異性も好きな人）
T	Transgender トランスジェンダー	生まれたときの性別と、自分の認識している性別が異なる人

国内の10人に1人がLGBT・性的マイノリティ

参考：株式会社LGBT総合研究所ホームページ

LGBTの方たちの 公共トイレの使いづらさ

TOTO株式会社が2018年にアンケート調査を行った結果、LGBTとくにトランスジェンダーの方たちは、外出先でトイレを使用することにストレスを感じていることがわかりました。そのストレスのトップは「トイレに入る際の周囲の視線」で、次いで「トイレに入る際の周囲からの注意や指摘」「男女別のトイレしかなく選択に困ること」と続きます。

外出先トイレのストレス（トランスジェンダーの方の回答）

- ●周囲の視線（31.1%）
- ●周囲からの注意や指摘（23.5%）
- ●男女別のトレイしかなく選択に困る（21.4%）

トランスジェンダーの方たちのこうしたストレスの原因は、トイレが男女別しかないためではないでしょうか。自分の認識している性別のトイレを使用したくても、周囲の人から「トイレを間違えているのではないか」と疑いの目を向けられたり、注意をされたりすると、トイレを気軽に使用しづらくなると思います。

男女別のトイレを使用せずに多機能トイレを使用したときでも、同じように気まずい思いを経験したことがある人は34.6％いるとのアンケート結果があります。多機能トイレに、車いす使用者やベビーカー使用者が並んでいると、やはり気兼ねしてしまうそうです。

今の日本の公共トイレの現状では、トランスジェンダーの方たちが、自分の認識している性別の公共トイレを気軽に使用することは難しいようです。

LGBTの方たちが気兼ねなく使えるトイレ

トランスジェンダーの方たちが、自分の認識している性別の公共トイレを使用するとき、周囲の人の目が気になってしまう。こうした悩みを解消するため、誰でも安心して気兼ねなく公共トイレを使用できるようにする取り組みが行われています。

公共施設や商業施設、企業などの公共トイレでは、男女の性別を区分せず、誰でも使用できるオールジェンダートイレと呼ばれる男女共用トイレの設置が進められています。周囲からの視線を少しでも取り除き、みんなが使用しやすいトイレ環境の整備が行われています。

オールジェンダートイレ これからの課題

周囲の視線を気にすることなく、LGBTの方たちにも安心して使用してもらうために設置したオールジェンダートイレ。ところが、導入が進むにつれて別の課題も見えてきました。

●トイレサイン（標識）のむずかしさ

オールジェンダートイレを設置した際、トイレのサイン（標識）として「ALL GENDER（＝オールジェンダー）」のピクトグラム※が掲示されたのですが、このピクトグラムが問題となりました。従来の「男性」や「女性」ではないピクトグラムのため、LGBT専用のトイレだという誤解を招く結果となりました。
また、身体の半分を男性、半分を女性にしたピクトグラムのデザインには、否定的な意見もあるようです。

本来どんな性別の人も使用できるという意味のオールジェンダートイレですが、こうなると逆に使用しづらくなる恐れがあります。

※ピクトグラム・・・誰にでも情報を伝えられるように簡略化されたデザインのこと。
例）非常口のマーク、エレベーターのマークなど

あらゆる性別の方に向けた公共トイレのサイン（標識）の例

●オールジェンダーゆえの気まずさ

オールジェンダートイレには、誰でも使用できるからこその気まずさが多少なりともあるように思います。
例えば、男女共用トイレを使用するときのことを想像してみましょう。異性が使用した後に自分が入る、あるいは自分が使用した後に異性が入る。皆さんはそのとき、変な気まずさを感じたことはないでしょうか。「自分の後に男性が入るのは嫌なんじゃないか」「女性の後にすぐ入るのは失礼なんじゃないか」などといった気遣いをしてしまいます。
また覗き見や盗撮などの被害にあわないか、不安に感じる方もいるかもしれません。

さいごに

今回は、LGBTの方たちの、公共トイレでの悩みやストレスについて考えてみました。もちろんすべてのLGBTの方たちが、公共トイレの使用にストレスを感じたり、困っていたりするわけではありませんが、私たちにとっては当たり前にある日常生活に、問題意識を持つことは大切だと思います。

性の多様性を理解し尊重する取り組みは、今後もますます広がっていくはずです。たかがトイレの話と思うかもしれませんが、気兼ねなく安心してトイレを使用できることは、人としての尊厳を守ることに他なりません。

私たちの現場でも、オールジェンダートイレが設置されるかもしれません。その前に皆さんも、LGBTの方たちのトイレの悩みについて一度考えてみませんか。