

12月4～10日は人権週間

国際連合は、昭和23(1948)年12月10日に「世界人権宣言」が採択されたことを記念し、12月10日を「世界人権デー」としています。
人権とは、誰もが生まれながらに持っている、人間が人間らしく生きていくための権利です。この機会に誰かのことではなく、自分のこととして人権について考えてみませんか。



伝える前に、 少し立ち止まってみませんか？

何気ない発言や行動で周りの人を傷つけてしまうことがあります。
一人ひとりが向き合い、支え合えるよう、
「ハラスメント」について考えてみましょう。



ハラスメントとは

「嫌がらせ」や「いじめ」を意味し、相手を不快にさせる、尊厳を傷つける、不利益を与えるといった発言や行動を指し、人権問題になっています。ハラスメントは、被害者だけでなく、その周囲、加害者や企業全体にも大きなダメージを与えます。今回は、その中でも代表的なハラスメントをご紹介します。

パワーハラスメント(パワハラ)

職務上の地位や人間関係の優越性を背景に、精神的・身体的苦痛を与えることや、職場環境を悪化させる行為のこと。

「パワハラ」になり得る例

- 暴行・傷害、脅迫・侮辱などの身体的・精神的な攻撃
- 仲間外れ・無視
- 過大な要求
- プライベートなことに対し、過度に干渉すること
- 過小な要求(誰にでも遂行可能な業務を命じたり、仕事を与えないこと)

妊娠・出産・育児休業などのハラスメント(マタハラ、パタハラ、ケアハラ)

妊娠・出産や、育児休業などを理由として、解雇や降格、職場環境を害することなど不利益な取り扱いをすること。

モラルハラスメント(モラハラ)

無視や暴言といった言動や態度などで相手に精神的苦痛を与えること。

カスタマーハラスメント(カスハラ)

都では、令和7年4月1日に「東京都カスタマー・ハラスメント防止条例」を施行しました。

「カスハラ」とは、顧客などからの過剰な要求や不当な言いがかりなどの行為のこと。

「カスハラ」になり得る例

- 暴行・傷害、脅迫・侮辱などの身体的・精神的な攻撃
- 拘束的な行動(長時間の居座り)
- 土下座や謝罪の強要

セクシュアルハラスメント(セクハラ)

相手の意に反する性的な言動により、不利益を与えたり、相手を不快にさせたりすること。

性的な言動とは

- 性的な冗談や、からかい
- 不必要に身体を触れること

SOGIハラスメント(SOGIハラ)

SOGIって？

性的指向(Sexual Orientation)と性自認(Gender Identity)の頭文字をとった略称です。SOGIは身体的な性などとともに、人間の性を構成する要素であり、誰もが有しているもの。

「SOGIハラ」とは、性的指向や性自認に関連して侮辱的な言動や、相手の了解を得ずに暴露する(アウティング)など、精神的・身体的苦痛を与えること。

相談窓口

- 労働相談
東京都ろうどう110番 TEL 0570-00-6110
- カスハラ相談
東京都カスタマーハラスメント総合相談窓口 TEL 0120-182-276

ハラスメントの加害者にならないために

- 発言・行動する前に、ひと呼吸おきましょう
- 自分と相手の受け取り方は違います。相手の意思を大事にし、自分の行為を相手の立場に立って考えてみましょう

ハラスメントを受けたと思ったら

- はっきりと意思を伝えましょう
- いつ、誰が、どこで、何をしたかなど記録をとりましょう
- 1人で悩まず、相談しましょう

事業主にも、ハラスメントの方針や相談窓口の設置など、適切な対応が求められています。

