

印刷用簡易キット

A3 サイズで両面印刷のうえで表面のカードの形に切り取ってご使用ください。

表面

テレビ

テレビの企画や演出に
肥満や肥満症に関する偏見が
隠れていないだろうか？

たとえば...

やせられないのは甘え
という偏見

番組の減量企画で
やせられなかったタレントを見ると、
「自分に甘いから失敗したのでは」
と感じてしまう。

映画

映画のキャラクターやストーリーに
肥満や肥満症に関する偏見が
隠れていないだろうか？

たとえば...

肥満の人はだらしない
という偏見

太ったキャラクターが登場すると、
大らかだけど、怠け者でだらしない
役柄のように感じてしまう。

ジム

ジムで触れる情報に
肥満や肥満症に関する偏見が
隠れていないだろうか？

たとえば...

やる気次第で誰でも減量できる
という偏見

短期間で大きく減量した
ビフォー&アフターの広告を見ると、
やる気や努力次第で
誰でも減量できるように感じる。

SNS

SNSの投稿や反応に
肥満や肥満症に関する偏見が
隠れていないだろうか？

たとえば...

肥満の人は運動していない
という偏見

太った人が自身の写真を
SNSにアップすると
「運動したら？」というコメントが付く。
言葉にはしなくても、
自分も同じように思ってしまう。

病院

病院でのコミュニケーションに
肥満や肥満症に関する偏見が
隠れていないだろうか？

たとえば...

肥満は生活習慣がすべて
という偏見

（当事者の場合）診察のたびに
「食事と運動を見直しましょう」と、
生活習慣の指導を受けるだけで、
それだけで改善できない場合の話が
一向に出てこない。

洋服店

洋服売り場に
肥満や肥満症に関する偏見が
隠れていないだろうか？

たとえば...

サイズがないのは本人のせい
という偏見

一般的なお店で標準体型以上の人に
合うサイズが選べないのは、
やせる努力をしていない
本人のせいなので仕方ないと思う。

食事

食事のシーンに
肥満や肥満症に関する偏見が
隠れていないだろうか？

たとえば...

肥満の人は食べ過ぎている
という偏見

太った人はたくさん食べると決めつけ、
大盛や揚げ物を
太った人の前に置いてしまう。

家族

家族のコミュニケーションに
肥満や肥満症に関する偏見が
隠れていないだろうか？

たとえば...

肥満の人は運動不足
という偏見

運動していると言うのに
やせない家族に対し、
「運動が足りないんじゃない？」
「もっと歩いたら？」と言ってしまう。

職場

職場に
肥満や肥満症に関する偏見が
隠れていないだろうか？

たとえば...

肥満の人は生活がだらしない
という偏見

仕事だけの付き合いの
太った同僚に対し、
「生活がだらしないから
太っているんだろう」と
勝手に決めつけてしまう。

美意識

美意識に
肥満や肥満症に関する偏見が
隠れていないだろうか？

たとえば...

意識が低いからやせられない
という偏見

やせることを
「自分磨き」や「意識の高さ」と
捉え、やせられない人を
「努力不足」「意識が低い」と
見なしてしまう。

表面

通販番組

通販番組の中に
肥満や肥満症に関する偏見が
隠れていないだろうか？

たとえば...

肥満の人は意志が弱い
という偏見

ダイエット商品の紹介では、
意志が弱く、運動や食事制限が
続かない人が登場するのが
定番だが、こうした演出に違和感がない。

共感する

共感しない

裏面

偏見カード

病院

肥満と
肥満症の
ただし
ミカタ研
修

偏見カード

SNS

肥満と
肥満症の
ただし
ミカタ研
修

偏見カード

ジム

肥満と
肥満症の
ただし
ミカタ研
修

偏見カード

映画

肥満と
肥満症の
ただし
ミカタ研
修

偏見カード

テレビ

肥満と
肥満症の
ただし
ミカタ研
修

偏見カード

美意識

肥満と
肥満症の
ただし
ミカタ研
修

偏見カード

職場

肥満と
肥満症の
ただし
ミカタ研
修

偏見カード

家族

肥満と
肥満症の
ただし
ミカタ研
修

偏見カード

食事

肥満と
肥満症の
ただし
ミカタ研
修

偏見カード

洋服店

肥満と
肥満症の
ただし
ミカタ研
修

裏面

