

あいあう
カルタ

ことば集

／ ジェンダーについて
考える
／ 

真宗大谷派
東本願寺
nigashihongani

発行にあたって

二〇一一年に発行した『女と男のあいあうカルタことば集』は、女性と男性が対等で平等な関係を生き、性差別の問題をより身近な課題として考えていくことを目的とし、一人ひとりの存在を認め合い、共に解放される関係がひらかれることを願って作成しました。

作成から十四年間、その願いに基づきカルタを使った研修会などを行い、カルタに触れた方からは、好意的な感想をいただいた一方で「句の内容に違和感がある」「感覚が古い」などの声や、最近では「性の多様性に触れていない」といったご意見が寄せられています。

これまでも句や絵の部分的な変更は行ってきましたが、いただいたご意見を受けとめ、「名もなき家事」といった新しく見えてきた問題や、現役子育て世代の感覚を取り入れるなど、カルタを一部改訂することといたしました。

また、多様な性のあり方をふまえるとともに、ジェンダーという課題は毎日の生活のあらゆる事象から、人生における重要な選択など、生き方に大きく関わってくるため、名称も「女と男の」をはずし、お互いに一人の人間として「あい、あう」ための学びとなることを願って「あいあうカルタ」としました。

二〇二五年六月

「あいあう」とは…

このカルタの名前である「あいあう」は、親鸞聖人によって書かれた『教行信証』（顕浄土真実教行証文類）「行巻」の「今、皆復た会して、是れ共に相値^あえるなり」【真宗聖典一七二頁（初版：二五九頁）】という言葉から名づけられました。

「遭^あ遇^ううこと難し」とか「遇^あいがたくして今遇^ううことを得たり」という言葉もありますが、いずれにしても出遇いのよろこびが表わされているのでしょう。

日々の生活にあって、わたしたちが「生きる」ということを考えたとき、それはいろいろな人と声をかけあってこそ「生きる」ということがなりたっているといっても過言ではありません。しかし、時にその声が届かなかつたり、行き違ったり、そのためにいろいろな出会いをしていながら、まわりの人を見失っているのではないのでしょうか。

いま、その出会いそのものに出遇いなおすことによつて、自然に向きあうことのできるつながりを回復していきたい。「あいあう」という言葉にはそんな願いがこめられています。

あい、あう、女性室では活動を通してさまざまな出会いを積み重ねていきたいと思っています。

あいあう カルタ

ことば集

- 02 発行にあたって
- 03 もくじ
- 04 あ行
- 06 か行
- 08 さ行
- 10 た行
- 12 な行
- 14 は行
- 16 ま行
- 18 や行
- 20 ら行
- 22 わ行



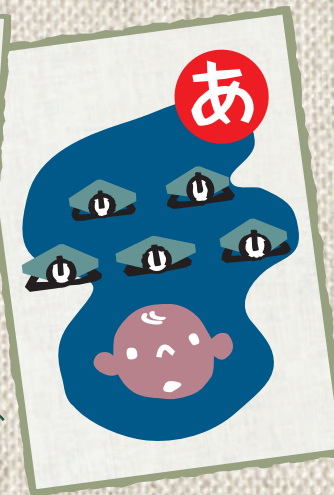
もくじ

Shall we go?

あいよう カルタ

いっば集

あ行



あ
跡継ぎは
まず長男と
思わされ

私たちは長男が生まれると、
跡継ぎができたと思ってしまう。
家や寺を継ぐとは
どういうことなのでしょう。

男女共に協力するのが共同参画。
そこに隠れた力関係はないだろうか？
多様な性も含め、
自由に平等にもの言える
"平等"参画をめざしたい。



え
絵に描いた
餅にさせない
男女平等参画

痴漢やセクハラ、
子どもに対する性加害などは
"イタズラする"などと
言い換えられ
軽く見積もられてきたが、
相手に深刻な被害を与える
卑劣な性暴力です。



い
言い換えて
ごまかさな
性暴力



お
おめでとう！
性別問わずに
祝福を★

「女の子で良かったね」
「男の子で良かったね」
これって、私たちの都合かも・・・
いのちの誕生を喜ぶのに
性別は関係ないのでは？



「3年子なきは去れ」と
言われた時代があった。
そもそも命を授かるかどうかは
思いのままにならないことなのに、
今でもそんな感覚が
残っていませんか。

う
産まれないのは
女のせいと
決めつけて

K行

か

会長は
男の人に
押し付けて

か



「男女平等参画の実現」
を言うからには、
どんな役職がまわってこようと、
「女だから」の言い訳は
虫がよすぎるかも。

け

結婚し
気がついたら
坊守だ



やがていつかは坊守になると
わかっていたが、
いよいよその時になってみて
坊守の仕事の大変さを知る。

き



き

※₁ 教会会・組会
※₂ 社会
男ばかりで
何決める

教区会・組会はまだまだ
男性がほとんどです。
共に話し合える場を持ちたいですね。

こ

献立に
ちりばめられた
気働き



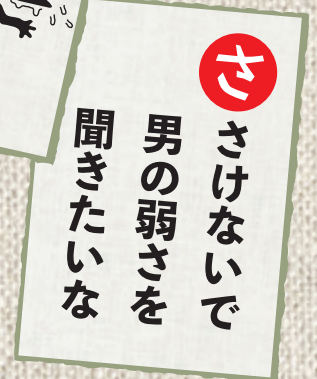
あなたの前のお料理、
食卓にのぼるまでにはたくさんの背景や
思いがあります。
気づいていますか？

く

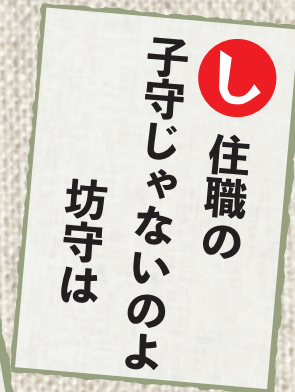
工夫して
みんなで担おう
ケア労働



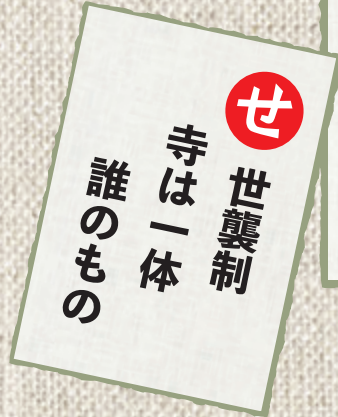
家事・育児・介護は、
家族みんなが
健やかに生活するために必要な
日常のケア。
誰かの負担が重くなっていませんか？



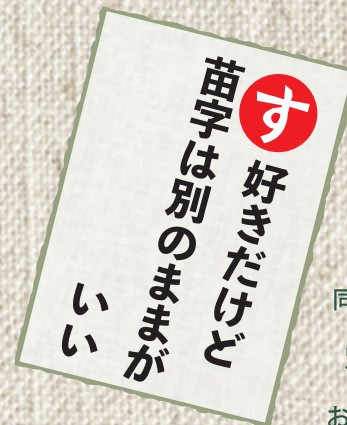
男性は「強くあれ」「弱みを見せるな」という文化的・社会的要請を常に受けているといわれます。そのことにより「ウィークネス・フォビア（弱さ嫌悪）」を抱き、なかなか自分の弱さを語る ことができません。ですが、弱さを聞き合うことから 出あいがはじまるのでは。



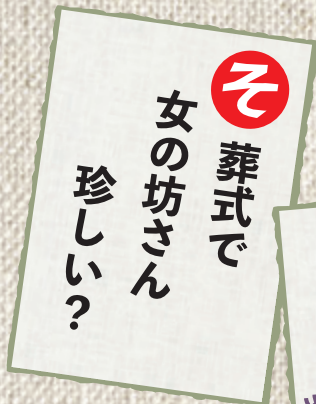
身の回りの世話をしてもらうのが 当たり前だと思っている住職と、 それを自分の仕事と 思い込んでいる坊守。 そんな関係が 変えていきたいですね。



結婚して 同姓（氏）を名のる。 結婚して 別姓（氏）のまま。 どちらにしても、 お二人がともに人生を 歩まれることには 変わりありません。



大谷派では男女が同じように 僧侶となれるようになりましたが、 私たちの意識はまだまだ 変わっていないようです。



寺は開かれたお念仏の道場です。 「世襲制」ってつらい？ それとも心地よい？ 寺を閉ざしているのは誰なのでしょうか。

た行

た「誰もおらんの
か!」あんたに私が
なぜ見えん!

会社や家にお客さんが
訪ねてきた時、
応対に出たのが女性の場合に
よく言われる言葉。
女だからと
軽く見ていませんか。



日本は同性の婚姻を明文化していない。
最高裁で違憲判断がされ、
パートナーシップ制度は増加しても、
異性婚を標準とした価値観を
是とする人も多く、制度はまだ変わらない。

つつなぐ手を
認める法が
必要です



ちちよつと待って
私の予定は
聞かないの?

夫は妻の都合を聞かずに
仕事や外出の予定を
立ててしまいがちだが、
妻には妻の予定が
あることをお忘れなく。



と得度式^{※4}
何で髪剃る
男だけ



「○○を買ってあげるから」と
親に言われて
渋々剃る男子もいるとか。
剃らない女子を見て、
ずるいと思うのか、
羨ましいと思うのか。

て寺の役
女性も担う
道場づくり

男性の声だけが通る本堂は
聞法の道場と
いえるのでしょうか。
女性も携わりやすい
お寺づくりが望まれます。





な 名もなき家事
ほんとに見えて
いませんか？

得意気にゴミ出し。
でも、集めたり、
分別する仕事もあるんです。
家にあふれる「名もなき家事」。
「誰かがやる」のではなく、
みんなでできればいいですね。

お相手がニコニコしてるから、
あなたの行為が受け入れられたとは
限りません。
心では泣いておられるかも…。

に ニコニコと
いい顔するの
疲れるわ



家に帰るとお母さんが、
結婚してからは妻がたたんでくれるものだと思
っていませんか。
自分自身でおこるもの管理を。もちろん洋服もね。

ぬ 脱ぎ捨てた
衣(服)は自分で
たたんでね



な行

ね 根が深い
自分の中の
ジェンダーロール

誰もがジェンダーロール（性別役割）を
幼少期から内面化し、
知らず知らずのうちに規範として
身につけているといわれます。
「男の子は青色が好き、
女の子はピンク色
が好き」・
「男は仕事、女は
家庭」などが
代表的な
ジェンダー
ロールです。

の 乗り越えよう
制度、因習、
世間体



乗り越えようと
思わなければ
何も始まらない。
まずは自分から
一歩踏み出そう。
自分が自分であるために。

は行



は 履いている
下駄に気づくは
難しい

へ 変だなと
思いながらも
おごられる

男性から食事をおごられている私。
対等だと思っていたのに。



ひ 一人っ子
皆の期待を
背負わされ

背負うつもりもないままに、
「あなたしかいないのよ」と
周りから期待をかけられて・・・



多数派が「当たり前」だと思
っていることによって、
実は少数派は困難に遭っています。
なぜ、このことに気づけないのだろう？



*『法華経』の竜女がモチーフ
『あいあう』30号裏表紙解説参照

ほ 「ほんとうの
男／女」って
何ですか？

性別を「男／女」で分けるとき、
私たちはどのような条件を思い浮かべるでしょうか。
身体的特徴？ 性役割に則った振る舞いができること？
人の性のあり方は一人ひとり異なり、
男／女と二分されるものでなく、
固定的なものでもありません。



ふ 踏まれたら
その時痛い
言いたいね

何気ない一言に本当は
傷ついていても何も言えず、
その場をにぎってしまう。
言えない空気とは何なのか。

ま 「まだ一人？」
ほっといてくれ
生き方だ！

一人の「人間」として生きること、
結婚しているかどうかは
関係ありますか？



ま行

む 虫にがて
そんな男が
いてもいい

男性は勇敢なイメージ。
男性にだって
虫ぎらいの人はいます。



み 見えないね
歴史の中の
女たち

歴史上に登場する人物は
圧倒的に男性が多い。
これまでも、そして今でも、
男性中心の社会であることの
あらわれではないか。

め 珍しい
生き物ですか
もの言う女性

女性は控えめが良いと
思っていませんか。
男女問わず、お互いに
言い合える関係に
なれたらいいですね。



も



責任を取りたくない時は、
社会の中の女性の位置を
都合によって
利用していませんか？
本当はできるのに。

も もうやめよう
「女だから」
の言い訳は

や行



よ よけりやよし
悪けりや女の
せいにされ

家事、育児、
家族の健康など、
うまくできて当たり前。
何かあれば女が悪いと
叩かれてしまう。

ある日夫が
トイレ掃除をしていた。
後ろめたさを感じて
しまうのはなぜ？

ゆ 夢かしら
あなたがトイレを
掃除する



や やめました
良妻賢母と
縁の下



夫や子どもに尽くすことを
最優先にしてきたけれど、
私のために生きてみたい。

あなたも一句、
作ってみませんか？



男優先の体質はそのままなのに、
時と場合によって女性を優先してもダメよ。

あいよう
カル月

こころば集

ら行

れ

レディー
ファースト
こんな時だけ
おだてられ

れ



ら



ら

らしきという
イメージに
しばられて

女らしく、男らしく、
〇〇らしくという
イメージにとらわれて、
がんじがらめになっていませんか？

り

両声(性)で
形づくり
聞の声明

り



男女両性で形づくりの教団を
めざしているわたしたち。
声明も両声で。
そもそも大谷派の声明は、
音程が定まっていないからこそ、
お互いに聞き合って合わせていきたいもの。

る

ルビーも真珠も
いらないわ時間と
居場所がほしいのよ

私が求めているのは
物質的なものより、
のんびり出来る
一人だけの時間と空間です。

る



る

ロボットで
遊びたいのは
男子だけ？

ロボットが好きな女の子もいるのです。
好みは人それぞれ。
好きなもので遊んでいいよ！と
言ってあげて。



ん ジェンダーの
問題みんな
考えよう

ジェンダーとは社会的、
文化的に作られた性差のこと。
今は女性もトラックの運転手や
電車の車掌さんなどの
職業に就く人が増えている。
「女(男)のくせに○○だ」という
思い込みから解放され、
自分らしく生きたい。



わ 割り勘で
男の価値を
はかるなよ

男はおこって当然
という価値観って
どうなのよ。



を 「女の子」。
いくつになっても
半人前?

職場の雑用係は女性の仕事?
いつまでたっても
卒業させてもらえないの?

※4 得度式	※3 坊 守	● 注 釈	※1 教 区 会
僧侶になるための儀式	住職の配偶者	全国をそれぞれの地域に分けた寺院の 集合体を「教区」と言い、各教区の住職 の代表者が集まって審議・検討する 会のこと。	※2 組 会
		教区をさらに細かく分けた寺院の集合 体を「組」と言い、組の住職が集まって 審議・検討する会のこと。	



DOWNLOAD



かるたの絵札と読み札を印刷してみましょう

TRY!

あいあうカルタ【名刺サイズ】



名刺サイズ

91mm×55mm(A4 10 シート)の用紙に合わせています。

- *電気店などで売っている既製の名刺印刷用紙にサイズに合わせています。
- *バナーを右クリックして「対象をファイルに保存」でダウンロードしてください。
- *Adobe Acrobat Reader アプリを使用して、印刷してください。
- *印刷画面の「ページサイズ処理」の欄では、「実際のサイズ」を選択してください。

あいあうカルタ【カルタサイズ】

一般カルタサイズ

148.5mm×105mm(A4 4 シート)の用紙に合わせています。

あいあうカルタことば集

2011年3月1日 第1版第1刷発行

2014年6月28日 第1版第2刷発行

2018年3月28日 第2版第1刷発行

2025年6月28日 第3版第1刷発行

発行人 解放運動推進本部長 山田孝彦

発行所 真宗大谷派 解放運動推進本部女性室
〒600-8164

京都市下京区上柳町199

TEL 075-371-9247

FAX 075-371-6171

女性室HP あいあうnet



◀ ご意見・ご感想は
女性室広報誌
『あいあう』ご意見
投稿フォームまで