

“素顔や地毛から問う” 見た目問題

—アルビノ当事者の経験にもとづく実践的考察—

薮本 舞

任意団体アルビノ・ドーナツの会

doughnuts_agetatehokuhoku@yahoo.co.jp

Appearance Problem about bare face and natural hair:

Practical considerations based on the experience of *albino tojisya*

YABUMOTO Mai

Albinism Doughnuts Association

Keywords: Lookism, Natural appearance, Social gaze

要旨

本稿では、「地毛」やメイクをしていない“素顔”といった生まれ持った外見にまつわる経験を手がかりに、見た目が日常生活の中でどのように社会的視線にさらされ、個人の感情や行動に影響を及ぼすのかを検討した。筆者がこれまでに向き合ってきた出来事や違和感を丁寧に振り返りながら、日常に潜む差別的なまなざしがどのように形成され、再生産されているのかを記述的に明らかにした。また、その背景にある「正しさ」や外見規範の内面化が個人に与える負荷を考察し、多様な見た目が尊重される社会に向けて、身近な実践の可能性を探った。

1 序論

私たちは日々日常、他者の視線を意識せざるをえない。そのような生活を強いられると言っても過言ではないとさえ感じる。特に、髪の毛や肌、眉毛やまつ毛など、顔や身体の特徴は本人の意志とは関係なく、他者にジャッジされやすい領域である。これらは「個人特有であくまでその人の持ちうるもの」とであると同時に、時として「こうあるべき」という社会的な基準によって裁かれ、管理される対象にもなりうる。

例えば学校という場所ではあくまで任意とされながらも、「地毛証明書」の提出を暗に原則提出として求める雰囲気や、「学生らしい髪型」を求める校則が存在し、就職活動の現場では「暗い髪色」や「リクルートスーツ」という暗黙のルールがある。これらは一見、中立で公平な規律のように見えるが、実際には「正しい見た目」を固定化し、その枠から

外れる人々に適応を迫る仕組みとなっている。その枠組みに入らない(入れない)者は、「自己責任で自ら選択して入らないのだから、社会の選択肢が極端に少なくなっても仕方がない」という事態に追い詰められる。一方的な「正しさ」や価値観を押し付けられているにも関わらず、「それを受け入れられない個人の責任」とされてきた。

特に日本社会では、こうした「正しい見た目」の規範は学校や職場だけでなく、アルバイトや地域活動、日常的な買い物や外出の場面においても暗黙のうちにたたかっている。服装や髪型、化粧の有無もそうだが、生まれつきの毛髪や肌の色、顔の形や骨格など外見上の特徴は、能力や人格などとは無関係であるにもかかわらず、社会的な評価や信頼性の判断材料として用いられる傾向が強い。当事者にとっては日常生活の選択や行動を制限するだけでなく、自尊感情や社会的な立場にも大きな影響を与える。しかし、「見た目」に関する問題は先述の通り、個人の責任にされ、社会構造の問題として語られることは少ない。

こうした背景を踏まえ、本論文では単なる外見や好みやマナーの問題としてではなく、社会的包摂や平等な機会の保障にかかわる問題として検討することを目的にする。

この論文では、筆者自身の経験と他の当事者の声をもとに、“素顔”や“地毛”といった外見にかかわる社会の視線を明らかにすることからはじめ、その背景にある規範や価値観、さらにはそれらが当事者の生き方や生活にどう影響を及ぼしているのかを検討する。

第2章では筆者自身の経験、第3章では他の当事者の声や事例を取り上げる。第4章では社会的規範の背後にあるものを考察する。最終章では、多様な見た目が受け入れられる社会に向けた実践の可能性を考察する。

2 「見られる私、見つめる社会—“素顔”と“地毛”に向き合った日々」

私はメイクをしていない自分の顔にコンプレックスを抱いてきた。私は全身の色素がないがゆえに、身体全体の体毛の色素もなく、明るい色をしている。眉毛やまつ毛の色素も無く、メイクをしている時とそうでない時の差がはっきりとしている。そのため、「別人みたい」と言われることも少なくなかった。また、「メイクをしている人と素顔がちがう人って…」と揶揄されるような社会的な雰囲気もあった。そういう趣旨の発言をする人にとって、それは何気ない冗談であることも多い。さらにその発言は社会全体の雰囲気であって、メディア等を通じて私自身に直接ではなく、他者が言われていることである。それが頭では理解できても、私は素顔の自分が嘲笑われているような痛みを感じていた。それらの言葉を、私は“素顔”が社会に適応できないという無言の通告のように受け止めていた。「ありのままであること」が許されないような感覚にとらわれ、いつしか私は、メイクをしないまま外に出ることを極端に避けるようになった。

例えばこのようなエピソードがある。自分が運営する当事者グループの代表者として、医療系や福祉系の学生、教職員と一緒にセミナーに参加することがあった。それは宿泊を伴う規模のものであった。素顔を見られたくない私は、寝る時も素顔にならぬように徹底

的に対策をして参加した。具体的な対策は次のようなものである。眉毛には眉ティント¹を使用した。まつ毛は濃い色のまつ毛エクステンション²を使用した。眉ティントは施術してしまえばさほど違和感がなかったのだが、まつ毛エクステンションは、自まつ毛にエクステンションを装着している状態なので、この装着感に違和感があった。それでも、素顔を見られることと天秤にかければ、まつ毛の違和感などはたいしたことではなかった。私にとっては、素顔を見られてしまうことのほうが何倍も自分を危険にさらすリスクが高いと感じていた。このように私は、自分の素顔を徹底的に他者に見られないように対策をして日々を過ごしていた。

また私は、メイクをしていない自分自身の“素顔”だけでなく、地毛の色にもコンプレックスを抱いていた。高校生の時にアルバイトを探そうと行動した。しかし、いくつかの企業にアルバイトの応募をしたが、採用には至らなかった。不採用になるまでの過程はいくつもあった。ひとつは、アルバイト採用の面接を受けたが不採用となったもの。他には、アルバイトの応募を見かけて連絡先に電話をし、面接の時間と場所を確認する。指定された日時に履歴書を持参すると、面接担当のスタッフらしき人が私の姿を見るや否や、「アルバイトは先ほど決まてしまいました」と伝え、私は面接さえも受けさせてもらえないというパターン。そして、一番衝撃だったものは、面接が一通り終わった後に面接担当のスタッフから「あなたの髪の毛の色は染めていないということは分かりました。ですが、現在募集をかけているのが接客なので、お客様にあなたの髪の毛の色について、いちいち説明することはできないでしょう。今回は採用できません。」と伝えられたことだった。

アルバイト探しはこの後、大学生になってからも続けたのだが、私が学生の時にアルバイトができたのは、ホームセンターでの棚卸作業のみだった。それも、その現場に勤務する友人を介してのものだった。条件としても超短期というもので1日限りであり、欠員が出たので急遽その補完という形で採用された。後にも先にも、学生時代にアルバイトができたのは、この1日のみである。そのホームセンターは長期でのアルバイトの募集もしていた。友人は私がアルバイト探しに苦戦していることを知っており、「もしかしたら長期でのアルバイト勤務の採用の可能性もあるかもしれない」と背中を押してくれた。しかし、アルバイト終わりにスタッフの方からホームセンターのバックオフィスで、「今回は欠員の補完という形で特別に入ってもらいました。しかし就業規則に髪の毛の色の規定があるので、長期でのアルバイトとしては働いてもらえません。」と伝えられた。このホームセンターに限らず、私がアルバイトを不採用になる理由として、たびたび企業側から説明を受けたのが「就業規則で髪の毛の色の規定があり、あなたの髪の毛の色は規定されている色よりも明る過ぎて採用ができない」というものだった。私の髪の毛の色は生まれつきの色であり染めているわけではないのだが、社会からの髪の毛の色について外見的偏見を感じた。さらに、「髪の毛を染めている」＝「不真面目、不誠実」という認識が社会全体に刷り込まれており、それが偏見や差別に繋がっていると、当時を振り返って実感している。

上記のエピソードはどちらも、「私のありのままの姿では社会に受け入れてもらえない」と、私自身が痛感した経験である。私はつねに「どういう容姿であれば、社会から受け入れてもらえるのか」を意識していた。意識はしていたが、実際に「受け入れられる容姿に補正すること」を全て実行できたわけではない。例えば、眉ティントやまつ毛エクステーションは、多少のコストや装着に違和感があっても、まだ自分が対応可能な範囲であった。止めたいと思えばすぐに実施できるからである。一方、髪の毛は明るい色を一度濃い色に染めてしまうと、伸びてきた髪の毛の生え際が目立ってしまい、こまめに染めることが必要とされる。私はそのことを本人が望まない限り、膨大なコストが生じそれによって、身体的にも心理的にも経済的にもなど、様々に圧迫を伴う可能性があるかと判断していた。そしてなぜ、「見た目」が特徴的である、もしくはマイノリティ性があるということで「社会が求める容姿、理想の姿」に合わせなければならないのだろうか、怒りに近い割り切れない思いを感じていた。人の容姿など多様であることは当然なのに、まるで「ひとつの正解に合わせなければならない」という現状がある。それに合わせることができないのであれば、極端に選択肢が狭くなってしまうことや、日常生活で制限を受けることになってしまうのである。これについては、容姿が多数とは違うという人が社会に合わせられないことが問題なのではなく、“様々な容姿を受け入れることができない社会側の問題”なのだとすることを明確にしておきたい。

3 社会の視線—実際に日常生活で出会う差別的な事例

第2章では、“素顔”や“地毛”といった外見にまつわる自分の経験を元に、他者の視線から生まれるコンプレックスや葛藤について述べた。私はアルビノの人たちのセルフヘルプグループ³を運営しているのだが、このグループの活動を通して出会ったアルビノ当事者の方はもちろん、他に「見た目」の特徴を伴う当事者との対話や講演活動で、「見た目」を理由とする傷ついた体験や生きづらさを語る声に幾重にも出会ってきた。当事者たちの生の声を紹介したい。

例えば、アルビノ当事者の方とお会いするなかで私が頻繁に耳にするのが、「アルバイトの面接を受けたのだが、髪の毛の色を企業が指定している色に染めるのであれば採用すると条件を提示された」というものだ。企業の就業規則による髪の毛の色のルールについては、近年では徐々に緩和されてきているとはいえ、私と同じような体験をしたと聞いたのはここ最近のことである。またアルバイトのみならず、在学する学校に実習がある場合、その実習を行うに際して、髪の毛の色を濃い色に染めてくるように教員から一方的に伝えられるケースもよく耳にする。学生の実習のケースでは、髪の毛の色を染めるべきという指示は教員のみで判断してアルビノ当事者の学生に伝えており、実習先に確認していないという場合がみられた。例えば「実際に所属する学校を通して実習先に確認してもらったら、染めなくて済んだ」という報告も寄せられている。また他のアルビノ当事者からは、入学や進級など環境の切り替えの時に自身のアルビノのことを丁寧に説明したにも関

わらず、髪の毛の色が明るい色をしていることや皮膚の色のことなど、外見的特徴について同級生から何度も同じ質問を繰り返されて回答に疲弊し、ついには学校に行くことが辛くなってしまったという事例がある。

ある書籍には、子どもの時の体験として当事者の切実な証言が記載されている。たとえば、岩井健樹による書籍『この顔と生きるということ』（岩井 2019）では、河除静香さんが自身の症状を動静脈奇形という病気で、「血管の塊が鼻や口にあり、形が普通と違う」（岩井 2019:113）と表現している。河除さんは書籍の中で小学生時代の経験として、次のように語っている。

小学生になると給食当番が嫌で。配膳しようすると、『バイ菌がうつる、汚い』と言われました。廊下ですれ違いざまに、「見た目」の悪口を言う子も。フォークダンスで手をつないでもらえなかったこともあります。（岩井 2019:114）

このように、アルビノ当事者以外の「見た目」の症状がある当事者らも、外見の違いについて、子どもたちの間で偏見や排除につながる現実直面している。

さらに、アルビノ以外の症状で「見た目」の症状がある人の声をもうひとつ紹介しておきたい。講演などで紹介すると、反応の大きい語りのひとつに円形脱毛症の友人の声がある。友人は普段、外出する際にはウィッグを利用している。「ウィッグを利用すること」自体は誰かに迷惑が及ぶこともなく、友人自身のことを本人が選択するのは当然のことだと言える。それをオープンにして生活するか、クローズにして生活するかも、本人の意志が尊重されて然るべきである。しかし、友人は「ウィッグを利用することで、目の前の人に隠し事をしているかのような罪悪感を抱くことがある」と話してくれた。なぜ、友人がそのような気持ちにならざるを得ないのか、これは社会がこれまでに、髪の毛の量が少ない見た目の人を揶揄いの対象としてきた積み重ねが背景にある。「見た目」が多数派と違うとき、その「見た目」がゆえにぶつかる壁は、特別な瞬間だけに訪れるもののみならず、日常生活の小さなことにも存在しているのである私が運営するセルフヘルプグループの交流会に参加してくれるアルビノ当事者の学生の中で、自身の髪の毛の色が明るい色をしていることについて「学校に“地毛証明書”⁶を提出した」という人がいた。私は“地毛証明書”を義務化して提出させることそのものについて疑念を抱いているが、その学生は「自分の髪の毛の色が原因で周囲とトラブルになるぐらいだったら、“地毛証明書”を提出したほうがまだマシ」なのだという。当事者の立場としてその気持ちも理解できるので、学生個人の気持ちについては尊重されるべきと感じる。しかし、この学生は決して自ら進んで“地毛証明書”を提出したわけではないことに着目したい。“地毛証明書”を求められた際には、この学生から学校や教員には特に何も伝えなかったということだが、応じたのはあくまで「トラブル回避のため」であり、「自分の地毛の色が原因でトラブルになるリスクと、予め“地毛証明書”を提出するコストはあるが、自身の髪の毛の色は染めてい

るわけではなく生まれつきなのだと公認しておくことで、トラブルが避けられることを比較した時に、後者の選択のほうが“まだマシ”という、消極的な選択なのである。“地毛証明書”を提出するには様々なコストが発生する。まず、“地毛証明書”を記入して学校に申請するという手間のコストや、手続きの際に生じる時間的なコスト、そして、「見た目」が特徴的がゆえに少数派のみが“地毛証明書”を求められてしまうという心理的なコストも発生する。そのようなコストを、「見た目」が特徴的な症状がある我々は、常に求められている状況と言っても過言ではない。そしてそのコストは、「当事者が負担することが当たり前」という前提になっている。また、そもそもなぜ地毛を公認で証明すること自体が求められるのだろうか。例えば、髪の毛の色ひとつを例に挙げてみても、それは「この学校に通う人の地毛の髪の毛の色は暗い色をしていることが当然である」という価値観に基づいていると感じる。しかし、実際に人間には画一的な髪の毛の色など存在しない。画一的ではなく、多様であることの方が当然である。地毛の髪の毛の色であれば、アルビノ当事者は茶色い色から、白い色、金色、グレーなど様々な色をしていることが考えられる。またアルビノ当事者のみならず、外国にルーツのある人も場合によっては、地毛の髪の毛の色は校則が定める画一的な暗い色でない場合もある。アルビノ当事者であることや外国にルーツがあるという状況に当てはまらなくても、地毛が明るい色をしている人はいる。幻の“標準の外見”を定めて、そこに当てはまらない「見た目」をしている人を排除している構造がある。また地毛証明書を提出することは、「トラブルの回避になる」という一面はあるとはいえ、それは「配慮という形をした抑圧」になっていると言える。

以上でも述べた通り、当事者の経験や学校現場での実態から、「見た目」に関する規則や慣習が、いかに本人の意思や尊厳を軽視したものであったかを見てきた。ではなぜ、私たちの社会では「見た目の管理」がここまで当然のように求められてきたのだろうか。ここからは、「素顔」や「地毛」といった個人個人の身体的特徴が、なぜ「整えるべきもの」「指導対象」とみなされてきたのか、その背景にある規範意識や社会的価値観を考察したい。

私の「地毛」は先でも述べた通り、明るい色をしている。しかし、その髪の毛の色では生活ができないことを突きつけられた。私自身は学校では“地毛証明書”を求められた経験は特になく、地毛の髪の毛の色で生活が可能だったものの、アルバイトとなると途端に何処にも採用にならずに、働くことができなかった。中には、「髪の毛の色を就業規則で定める色に染めることが可能なのであれば採用できる」といった条件を提示される場合が、事例でも挙げたのだが、私自身に於いてもその出来事に遭遇することがあった。そして、アルビノ当事者の中には明るい髪の毛の色が地毛であることについて、学校から“地毛証明書”を求められるケースもあった。さらには、実習がある学校の生徒であるアルビノ当事者は、実習に際して髪の毛の色を濃い色に染めるように教員から一方的に注意されるケースもあった。どれも自分自身の身体でありながら、制限をかけられた状態にある。それは、「個人の身体の所有権は個人にあるのではなく、学校や社会にある」という構造を示

している。学校や社会が個人を尊重せずに、人々を管理、統制しようとする様うかがえる。

また、社会に出て働く前の学生の段階から、“地毛証明書”を提出させることは、徹底的に「正しい見た目とはこうあるべき」というものを子どもたちに刷り込んでしまうことに繋がる。学校が決めた一方的な「正しい見た目」をしていない者は、管理指導の対象になる。「不真面目」という評価を受けてあらゆる場面で不利益を被る。そうして、「正しい見た目」を刷り込まれた人が実際に社会に出て働いたらどうなるだろうか。多様性を含まない画一的な「正しい見た目」から外れていると認識された人は、社会から排除されてしまうことになる。しかし、この「正しい見た目」から外れている人とは、固定化されるものではないはずである。自身がいつ、「正しい見た目」から外れた側になるかというのは、誰でもその立場になりうる可能性をはらんでいる。

4 “正しさ”の内面化とその背景——社会的規範から考える

第2章および第3章では、“素顔”や“地毛”をめぐる筆者自身の経験、および他の当事者の声をもとに外見にまつわる差別や偏見が、日常のなかでどのように現れているのかを記した。見た目の問題は、当事者個人の問題として扱われがちである。しかし、その背後には「こうあるべき」という社会的な視線や規範が根強く存在している。

本章では、なぜそのような“見た目”が管理・制限の対象になるのか、そしてそれは誰のための「正しさ」なのかについて、社会的な背景や構造から考察する。

就職活動のとき、私にはいわゆる「髪の毛は暗い色」であることや、「リクルートスーツスタイル」という就職活動の出で立ちがとても苦しく感じられた。私自身も大学生の就職活動時期に、同年代の人たちの同じスタイルを何度も目撃した。一緒に居るだけで自分が「就職活動のスタイル」にどうしても馴染めないことや、社会の異端であると認識させられるような気がしてきて、その場を逃げるようにして離れた。それは「避難する」という感覚に近いものであった。このように、自分が「ずれている」と意識させられるのは、他者の視線や場の空気を通じてである。就職活動では、合同企業説明会などに実際に参加して、企業の情報を収集したり、そこで働く人の生の声を聞いて参考にすることは一般的であるのだが、私は合同企業説明会にはどうしても参加ができなかった、それは、まさにこのような心理が働いていたからである。大切な機会を持つことはかなわなかった。

また、私が就職活動に当たっていた時期、「面接は必ずしもスーツである必要はない」という採用企業もあったのだが、そのような会場に足を運んだ友人の話を聞いても「結局、スーツで参加している人が大半だった」と耳にした。面接時にスーツでなくても良いと謳っている企業は、働く人に「自分らしさ」や「自律」を求めており、そのような企業風土の現れとして面接でスーツ着用でなくても良いと、応募者に伝えている姿勢と考えられる。しかし、自分らしさを求めると言いながら、結局のところ「正しい見た目」はあらかじめ決められており、そこから外れてはいけないという無言の圧力が常にうかがえる。

こうした“見た目の規範”は、個人の外見にとどまらず、社会的な評価や機会にまで影響を及ぼしている。日本の就職活動では、リクルートスーツは半ば“制服”として機能していると言っても過言ではない。また就職活動をする学生が一斉に「髪の毛を暗い色にしている」状態も併せてそのような現状であるのは、応募者の従順さや協調性といった「社会性」が外見からも読み取れるとされる文化的背景があるからである。見た目によって性格や能力を推測するこの傾向は、外見の自由を大きく制限している。

“正しさ”を押し付ける社会構造の中で、当事者たちは見た目を“整えること”を余儀なくされる。だが、その「整えること」自体にどれだけの苦しみがあるのかを、社会はまだ十分に理解していない。理解を深める努力が求められる。

“見た目の正しさ”に合わせることは当事者にとって、決して無害なものではない。第三章でも触れたが、例えば私のように地毛が元々非常に明るい色をしている人が、髪の毛を暗い色に染め直し続けることを、本人の意志ではなく、職場の就業規則によって何年も強要されたとする。これには相当のコストがかかることは明白である。それにもかかわらず、「整える努力」を当然とされて、そのコスト負担に応じなければ「努力不足」や「自己責任」という言葉で、当事者の傷や苦しみはいともたやすく切り捨てられてしまう。こうした構造のなかで、「見た目」に対する規範は、静かに、しかし強固に人々の行動を縛っている。

また、「見た目」の「違和感」や「不快さ」と表現されるものは、「その見た目の原因である症状そのものが悪いから改善するように」と言われ、「見た目の症状がある当事者自身が悪い」とされることがある。社会にとっての「正しい」外見の枠から外れると、

「だらしない」「清潔感がない」「空気が読めない」などといったレッテルが貼られやすい。このような個人の“整えていない”とされる「見た目」に向けられる視線には、社会的規範の力が色濃く反映されている。そうした多様な「見た目」を受け入れることができない社会側の規範意識にこそ問題があるといえるのではないだろうか。

次章では、この現状を踏まえて、より多様な見た目が受け入れられるための実践の可能性について考察したい。

5 実践の可能性

本論文を通して、“素顔”や“地毛”といった外見に関わる特徴が、どのように社会の規範によって管理され、当事者の生活や選択に影響を及ぼしているのかを見てきた。そこから浮かび上がったのは、「正しさ」が必ずしも普遍的な価値ではなく、特定の時代や文化における基準であるという事実である。それにもかかわらず、その基準は教育や就職活動、日常生活を送る中で、半ば当然のものとして再生産され続けている。本章では、この現状を踏まえて課題を整理し、多様な見た目が受け入れられる社会を実現するための方向性について考察する。

第1章から「見た目」に関する問題は従来は「個人の責任の範囲」にされてきたが果たしてそうなのか。これは社会構造の問題なのではないかと問題提起するところからスタートした。第2章では筆者自身の経験から見た，“素顔”や“地毛”への社会的視線の厳しさを浮き彫りにした。メイクをしていない時の素顔を隠すため、眉ティントやまつ毛エクステーションを駆使したが、それらは前向きに活用したというよりはコンプレックスを隠すために使用しており、生活に制限がかかっていた。また、アルバイトの応募では「染めているわけではないのはわかるが、規則上採用できない」と何度も不採用になる経験をしたが、髪の毛の色についての社会からの根強い外見的偏見に何度も悩まされてきたことを伝えた。第3章では、筆者だけではなく他の当事者の声として、学校現場での「地毛証明書」提出の一例や、実習に際して実習先に確認もせず、担当教員の一言だけで「髪の毛を暗い色に染めてくるように」指導されるという事例を通して、自分の身体や見た目の選択権が奪われている構造を浮彫にした。それは当事者にとって自尊感情を深く傷つけられると共に、社会的排除や機会損失に繋がる実態となっている。第4章では、本来なら多様であることが当然の人の見た目について、「一律の正しさ」という幻はどこから来るのかを考察した。例えば就職活動で暗黙のルールとなっている「暗い髪の毛の色」や「リクルートスーツ」が苦痛や負担を生むこと、「こうあるべき」という背後にある価値観や同調圧力について明示した。

これらの知見を踏まえて、多様な見た目が受け入れられる社会とはどういったものなのかを検討したい。

ここまでで明らかになったのは、見た目に関する社会的規範が当事者に与える影響の甚大さである。例えば髪の毛の色の特徴ひとつをとっても、それは本来、その人が元々持ち合わせているものであるにもかかわらず、学校や就職活動、職場などの制度的な場面で「正しさ」として固定化された基準が適用され、外見をそれに整えることが当然とされている。

また、制度的な場面のみならず日常生活においても、まつ毛や眉毛などの特徴的な色にコンプレックスを抱いていた筆者は、眉ティントやまつ毛エクステーションを用いて、その素顔が揶揄されないように防衛を計った。これには自由への制限がかかっている。

この規範への適応は、経済的・時間的な負担や精神的ストレスを伴い、自尊感情の低下や社会的機会の制限を引き起こす。さらに、長期的には規範が内面化され、当事者自身が無意識に同じ価値観を再生産し自分の姿との葛藤で苦しむという構造も確認された。

見た目の多様性を受け入れるためには、規範の見直しや制度的な改革に加え、日常生活での意識変革が求められる。こうした複合的な取組こそが、外見による排除を減らす鍵となる。

本論で示した通り、見た目に関する規範は、外見が一般的な基準から外れる人々にとって生活や選択を大きく制限し、精神的負担を与えるものである。こうした問題を解消するためには、まず制度や慣習の側からの見直しが必要である。具体的には、教育現場や採用

プロセスにおいて「外見条件」を一律に規制しない、あるいは「外見の違い」によって「正しさ」を規定しないことが挙げられる。

例えば、第3章で取り上げた学校の「地毛証明書」は任意提出とされながらも、暗黙の了解でほぼ必須の雰囲気があり、学校が定める暗い色以外の地毛を持つ生徒に負担を強い実態について、見た目を本人の意思では変えられない領域であるにもかかわらず、本人の存在を疑う構造を示している。「地毛証明書」を提出しなければ、不本意な状況で頭髮指導を受けても、髪の毛の色が原因でトラブルが起きても、自己責任とされる風潮は非常に根強い。だが本来、髪の毛の色がひとりひとり違っているのは当然のことであり、それを許容しない学校文化が、「多様な見た目」を受け入れることができない社会を温存してきたとも言える。「地毛証明書の廃止」は急務である。

さらに生徒や保護者、教職員が「見た目の多様性」について話し合う場を設け、制度の必要性や妥当性を検証することが望ましい。学校現場の「多様な見た目」を尊重できない雰囲気は、外見的特徴が一般的な基準から外れる人への社会的な差別や偏見と地続きである。就職活動での外見条件についても、今後見直されることが必要である。特に、アルバイトや就労の採用の条件として「髪の毛を暗くすること」や「外見的特徴を隠すこと」など外見変更を求められることは、当事者に「正しい見た目」の価値観を強く押し付けることとなり、苦痛が強いものである。この点は今後改善が求められる。

同時に社会全体の意識変革も不可欠である。多様な外見を持つ人々との接触や情報発信を通じて、固定化された「正しい見た目」のイメージを相対化する機会を増やすことが求められる。メディアや広告においても、単一の美的基準や正しさではなく、多様な外見を肯定的に伝えることが重要である。例えば、就職活動生の多くが同じ髪色・同じスーツ姿で写る光景や、「標準的な顔立ち・体型」ばかりが画面を占める構図は、知らず知らずのうちに「これが普通」「これが正解」という基準を強化してしまう。これに対抗するには、様々な身体的特徴を持つ人たちが、自然に登場する場面を増やしていく必要がある。日常的な描写の中に当たり前の存在として登場することが効果的である。

企業や職場においては、例えば就職活動時における暗黙のルール、「暗い髪の毛の色」「黒か紺のスーツ」が誠実さや真面目さの現れとされる文化的背景が、多様な見た目を許容しにくくさせている現状がある。第4章で触れた、スーツ不要と明記しながらも参加者の大半がスーツを着用していた面接の事例は、「自分らしさ」を標榜する企業でさえ、無言の規範が働いていることを示していた。この現状を変化させるには、単に「スーツ以外も可」と記載するだけでなく、実際に多様な服装の応募者が選考を通過し、採用されている事例を社外に発信することが重要である。それにより応募者は「本当に選択できる」と受け止めやすくなる。

個人レベルでできることとしては、経験を共有し続けることが挙げられる。このことは、苦しい経験も多く含まれるので、その経験をどう共有するかの慎重な検討も求められるのだが、第2章で述べたように、筆者自身も外見の違いによって就業機会を制限された経験

を持つ。当事者が自らの経験を語ることは、同じような境遇にいる人への支えとなるだけでなく、周囲の人々に規範の存在を気づかせるきっかけにもなる。また、自分自身が他者を評価するとき、誠実さや真面目さ、正しさを外見のみに求めるのではなく、その人自身がどのような価値観があるのか、何を大切にしている人なのかについて着目していきたい。そのような個人の小さな意識も、必ず確実に変化へと繋がる。

筆者自身の経験や他の当事者の声が示すように、外見の多様性は社会に豊かさと新しい価値をもたらす。その可能性を生かすためには、個人の努力だけに依存するのではなく、制度・文化・意識の3層からの変化を同時に進める必要がある。これを表した出来事に遭遇することができた。ある番組に私が出演した際、就業規則を改定して髪の毛や髪型について規制を緩和したスーパーに、私も直接取材に行った。対応してくださったのはそのスーパーの店長だったのだが、髪の毛の規制について緩和する前と後では、コミュニケーションの量が明らかに増えたという証言を得た。それは従業員同士もそうであったし、従業員とお客との間のコミュニケーションも生まれたのだという。髪の毛の色や髪型の規制を緩和してしまうと、お客に威圧感を与えクレームが発生するのではないかと懸念で、従来は髪の毛の規則が厳しかったのだが、いざ緩和してみたらクレームどころか、それは良い作用を及ぼしたと聞くことができた。このような例が示すように、制度・文化・意識の3層での変化を同時に進めていくことにより、手元の日常生活から公平で包摂的な社会への第一歩を踏み出すことができるのである。

ここまで見てきたように、“見た目の規範”は学校や職場という制度的な場だけでなく、日常的な人間関係や場の空気にも深く浸透している。これを変えていくためには、個人の努力だけでなく、教育現場・企業・社会全体の多層的な取組が必要である。

見た目にまつわる制約を減らす取組は、当事者にとっての自由を広げるだけではない。それは、社会全体の多様性を豊かにする行いでもある。では、その未来をどうつくるのか——その未来をつくる鍵は、決して遠い場所にはない。その答えは、私たち1人ひとりの中に委ねられている。

多様な見た目を受け入れる社会は一朝一夕で訪れるものではない。制度や規範の変化時間が必要であり、その間も当事者は日々の生活の中で選択の連続を迫られるだろう。それでも、見た目にまつわる“正しさ”を問い直す小さな試みが、着実に社会を変えていくはずだ。

私が語ってきた経験や他者の声は、どれも特別なものではない。むしろ、ごく日常の中に埋もれがちな出来事である。しかし、その「ささいなこと」の積み重ねこそが、人の生き方や可能性を狭める事があると物語っている。だからこそ、その一つひとつに耳を傾け、見過ごさないことが必要だ。

“こうあるべき”という視線に、自分もまた加担してしまうことがあるかもしれない。だからこそ、私たちは問い続けたい——その基準は誰のためのものなのか。そして自分はどういう社会に生きていきたいのか。

答えは永遠に出ないのかもしれない。しかし、問い続ける姿勢こそが、多様な見た目を受け入れることができる社会の入口になると、私は信じている。

注

1. 眉毛に専用の色素を配布し、しばらく置くことで肌に色素が定着し、数日間持続する化粧品である。メイクの手間を減らす目的や、眉毛の色素が薄い当事者が輪郭を補うために使用する。
2. 自まつ毛1本ずつに人工毛を接着し、まつ毛を長く・濃く見せる美容技術メイクの時短や見た目の印象改善を目的に利用される。
3. 自助グループとも呼ばれ、生きづらさを抱える当事者がグループを作り、それぞれの体験をもとに相互に助け合いながら、その課題に取り組むもの。
4. 染毛や脱色ではなく、生まれつきの髪（地毛）であることを、学校に届け出させる書類。都市部の高校では約半数で提出を求められ、「事実誤認による頭髪指導の防止」を理由とするケースがある（東京 MX 2021:東京新聞 2022）。

参考文献

- 秋風千恵, 2008, 「軽度障害者の意味世界」『ソシオロジ』52(3):53-69.
- 岩井健樹, 2019, 『この顔と生きるということ』朝日新聞出版.
- 東京 MX, 2021, 「“地毛証明書”で何を守る? 東京都立高校の半数で提出求める」, <https://s.mxtv.jp/tokyomxplus/mx/article/202102271005/detail/> (2021年2月27日確認) .
- 東京新聞, 2022, 「地毛証明書の提出 半数の都立高が求める 実態調査で判明」, <https://sukusuku.tokyo-np.co.jp/education/41778/> (2022年3月5日確認) .
- 矢吹康夫, 2011, 「強いられた『よい適応』—アルビノ当事者の問題経験—」『応用社会学研究』(53): 213-26.

【編集後記】『現象と秩序』第23号をお届けします。

今号では複数の論文（加戸論文，真鍋論文，岡田論文）に360度全方位ビデオカメラが出てきます。360度全方位カメラは，岡田（38頁）が言うように「多視点カメラ」です。すなわちソフト的な操作によって，事後的に視点を自由に設定した2次元動画を創り出せます。360度ビデオカメラを複数台用いた調査データなら，少なくとも視覚的環境に関しては，環境全部をまるごと保存したデータであるといえるでしょう。しかし，この「まるごとさ」は調査にとって朗報でしょうか。簡単にはそうとは言えないと思います。それは，ビデオカメラの「画角」が「視野範囲類似的志向性」を失ったことによる困難を我々は無視できないからです。じつは，これまでのビデオデータを用いた研究は，自覚しない形で，この「視野範囲類似的志向性」を活用して研究をしていました。我々の眼は，世界を視野的に切り取る働きをしていて，そこに，志向性の根拠も，視線を向けられたことに対する反応の根拠もあったのですが，ビデオカメラがとらえた映像を分析する際にも，我々は，人間の眼の働きにおいて有意義化していた諸概念を，ほぼそのまま流用していたのです。これまでのような野郎図的な流用は今後はもうできないかもしれない……。これは，ビデオを利用した人文・社会科学の危機です。しかし，この現在の危機的状况には解放の側面もあるかも知れないということ，岡田論文は訴えています。じつは，他の論文（堀田論文，藪本論文，松浦論文）も，見る／見られることにかかわる論文です。普通の障害経験の語りとは違う位相から「ろう者の語り」を分析した飯田論文同様，本号には，我々が世界を知るためにどのように感覚的常識を生きたり，生きなかつたりするべきか，に関して示唆的な論文が集まっています。本号もどうぞお楽しみ下さい。なお，本号掲載の特集は，ショッピングリハビリ共同研究（科研費23K17573）の成果の一部です。ファンド提供者に記して感謝します。（Y.K.）

『現象と秩序』編集委員会（2025年度）

編集委員会委員長：堀田裕子（摂南大学）

編集委員：樫田美雄（摂南大学），飯田奈美子（関西外国語大学），加戸友佳子（摂南大学）

編集協力：村中淑子（桃山学院大学）

編集幹事：大江勇輝（京都産業大学）

『現象と秩序』第23号

2025年10月31日発行

発行所 〒572-8508 大阪府寝屋川市池田中町17-8

摂南大学 現代社会学部 樫田研究室内 現象と秩序企画編集室

電話・FAX：072-800-5389（樫田研），e-mail：kashida.yoshio@nifty.ne.jp

PRINT ISSN：2188-9848， ONLINE ISSN：2188-9856

<https://gensho-kashidayoshio.sakuraweb.com/> （←昨年から新サイトになりました）
