

らぶらす

LAPLACE

巻頭インタビュー

「次の世代のために育てたい
自分らしくていい」という感覚

サッカー選手 下山田 志帆

P.4

セクシャル・
マイノリティフォーラム2021

P.5-6

「犯罪被害にあわれたかたへ
ひとりで悩まずご相談ください」

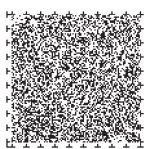
「性の多様性を知ろう」

らぶらすを利用する団体さんにお聞きしました…P.6

次の一歩へ、つながる相談らぶらすの相談と居場所…P.6

だれもが > 自分 < らしさをプラス、らぶらす

#LGBTQ, #女の働き方, #起業



音声
コード

この情報誌の表紙には、目の不自由な方などへの情報提供に役立てられている音声コードを印刷しています。

「音声コード」は紙に掲載された印刷情報をデジタル情報に変えたシンボルで、約 2cm 角の中に日本語（漢字かな交じり）で約 800 文字の情報を記録することができます。専用の活字文字読み上げ装置を使用して音声で内容を聞き取ることができます。「音声コード」の横には、視覚障害の方が触覚によりコードの位置を把握できるよう、切り欠きを入れています。

次の世代のために育てたい 「自分らしくていい」という感覚



館内のライブラリーで、撮影の合間も棚をチェックし、本をバラバラとめくったりと興味津々の下山田さん。読書好きなパートナーにもライブラリーをぜひ勧めたいとのこと。

いま世田谷区内にお住まいと伺いましたが、本施設らぶらすをご存知でしたか？

実は、今回の取材のお話をいただいて初めて知りました。そして先程、館内を案内していただきましたが、ライブラリーがとても面白そうです。私は普段からフェミニスト関連の本をよく読むのですが、気軽に読める場所はないかなと思っていました。ここには学術書から軽い読み物まで蔵書が幅広いですね。それに男女共同参画以外の雑誌や日本文学などもあって気軽に借りられるんですね。

世田谷に住むことになった経緯は何でしたか？

2年前にそれまでいたドイツのチームを離れてスウィーダ世田谷FCでプレーすることになり、練習場に近い範囲で新居を探しました。ただ、最終的に世田谷に住むことにした決め手は、練習に通いやすいということの他にもう一つ、いま一緒に住んでいるパートナーと将来、世田谷区の「同性パートナーシップ宣誓」制度※を利用するかもしれないということがありました。

そうだったんですね。

実際に住んでみた印象はどうですか？

めちゃくちゃ好きになりました(笑)。

緑が多いし治安が良く、落ち着いて住みやすいと感じています。九品仏のお寺や二子玉川周辺の多摩川沿いが好きでよく散歩しますが、おじいちゃんとお

ばあちゃんが手を繋いで歩いていたりしてほっこりします。

所属するスウィーダ世田谷FCの雰囲気はどうですか？

心地良くプレーできています。スウィーダって、他のチームから「品が良いチームだね」と言われることが多いんです。ユースからトップまで関係が濃く、中高生の子達が試合を手伝ってくれたり、ファンの方々もチームを丸ごと応援してくださっていて、それが世田谷らしさだと感じます。またチーム内も仲が良く、一人一人違うことが当たり前で、いきなり誰かを否定することがない雰囲気です。女子サッカーに限らずスポーツの世界は「イジメ」とまでは言えないけれど、「悪意のあるイジリ」が起りがちで、時にはそこから居づらい選手が出てきてしまうこともある。でもこのチームではチームメイトの個性や違いを認め合い、温かく見守りながら一緒に闘うことが出来ています。



世田谷のチームでプレーする現役女子サッカー選手の下山田志帆さん。セクシュアル・マイノリティの立場から「スポーツとジェンダー・セクシャルイティ」について講演会やイベント、メディアなどで積極的に発信しています。パートナーと住む世田谷の住み心地、また幼少時代から自身のジェンダーについて感じていたことや海外で決意したカミングアウトなどもぎっくばらんに話していただきました。

(インタビュー場所：世田谷区立男女共同センターらぶらす)

サッカーの他にはどんな活動をしていますか？

自分にはできないことを一つ一つ今、仕事にしている状況です。その一つが(セクシュアル・マイノリティの)当事者として発信する活動。規模の大きなものだと日本各地の学校で月1ペースで講演会を、小さなイベントなどは月3回程度しています。そしてもう一つは、元サッカー選手で同じく当事者の友人と設立した会社。そこでは「自分たちが感じているジェンダーの問題を解決するためのプロダクト」を作っています。

下山田さん達が作る「ジェンダーの問題を解決するためのプロダクト」。具体的にはどんな製品ですか？

今作っているのは「吸収型ボクサーパンツ」。簡単に言うと、「生理時も履くことができる、液体を吸収するボクサーパンツ」です。生理用品なし(または多い日は生理用品と併用)で使えるこの下着は、一般の方々はもちろん、女性アスリートであれば尚更ニーズのある商品だと思います。私もその存在を知った時にすぐに調べました。ところがそこには当事者としての問題が。それはデザインでした。多くの女性が喜ぶであろう「可愛らしい」または「シンプル」なデザインはあっても、自分が欲しい「メンズライクで格好いい」デザインは、そこにはなかったんです。しかし自分たちは世の中に同じ気持ちの人が確実にいることを知っている。であれば作ろう!と思い起業しました。現在は製品が出来上がり、クラウドファンディングでご支援いただいた方へのお届けが終了しました。また、枚数限定ではありますがECサイト(URLはp1p2プロフィール下に記載)での販売もスタートしています。実際に履いていただいた方からは「履く前はすごく不安だったけど、履いてみたら楽でびっくりした」などの声もいただき、嬉しく思っています。

サッカー選手

下山田 志帆さん(26歳)

しもやまだ・しほ

1994年生まれ・茨城県結城市出身。なでしこリーグ1部のスウィーダ世田谷FCに所属する女子サッカー選手(ポジションはMF、背番号6番)。小学3年生からサッカーを始め、十文字高校サッカー部、慶應義塾大学サッカー部女子に所属。大学卒業後にドイツへ渡り、女子ブンデスリーガ2部SVメッペンで2年間プレーし2019年夏に帰国。2019年2月に同性パートナーがいることをSNSを通してカミングアウトして話題に。2019年10月には、アスリートと共に社会課題解決を目指す株式会社Reboltを設立(内山穂南さんと共同代表)。

note <https://note.com/shimoshiho/>

EC <https://rebolt-opt.square.site/>

※「同性パートナーシップ宣誓」制度：世田谷区が2015年11月から実施している同性カップルの方々の気持ちを受け止める制度。2021年6月末時点で延べ151組が宣誓されました。

自身の経験が存分に活かされた製品は思い入れもひとしおですね。ぜひ見てみたいです。さて、「ジェンダーの問題」というキーワードが出てきたところで少し振り返りたいのですが、下山田さんがカミングアウトされた理由や、2019年にSNS上で公表するまでの流れを伺えますか？

はい。よく「勇気あるね」と言われるんですが、そんな格好良いものじゃなく「嘘をつきたくなかった」、ただそれだけです。私は物心ついた頃からいわゆる「女の子っぽい服やもの」が苦痛で、「本当は納得していないけど」という体験を多くしてきました。10代に入ると美容院で髪を短くして親にため息をつかれたり、友達からの何気ない「彼氏いるの？」など、小さな出来事や場面において、周りに嘘をついてきました。大学生になった頃、そんな自分を解放してあげたくなって、一人の信頼できる友達に話してみた。すると「そうなんだ」と思いの外あっさり受け入れてくれて。もともと女子サッカー界には、見た目がボーイッシュだったり女の子と付き合ったりする「メンズ」と呼ばれる存在がある程度いて、既に認知されていたこともあるかもしれません。そのことで勇気を得て、友達やチームメイトに輪を少しずつ広げていきました。

また卒業後にドイツで2年間プレーしたのですが、そこではマイノリティが社会に当たり前に溶け込んでいたんです。自分から言わなくても向こうから「あなたパートナーはいる？それは男性？女性？」という感じ。自分がこうだと話しても大袈裟にすることもなく、すごく居心地が良かったんです。そこで改めて「日本は生きづらかったんだ。嘘をついて辛かったんだ」と実感。それでカミングアウトを決意しました。順番としてはまず両親に。でもこれがとても怖かったし、一番高いハードルでした。嫌われたり否定されたらどうしよう、と思うと壁が

LGBTQ当事者として発言を求められる機会も増えてきていますが、本業のサッカーがあるからこそ見える景色、伝えられる範囲があるので、本末転倒にならないように。それからこの2年間で感じるのには「若い人達の態度は確実に上がってきている」ということ。実際、「LGBTQとは」という話を10代の子達にしても、最近では「知ってるよ」とか「SNSで流れてくるよ」とかすでに浸透していると感じます。だからこそ、今後は子どもたちと密に関わる大人たちへのアプローチが欠かせないと思っています。子どもたちに「自分らしくいいんだ」という感覚がいくらあっても、家庭や学校や社会が変わらないとその子たちの態度が死んでしまいますから。自分を押し殺すってすごくつらいこと。なので変えていきたいです。

ありがとうございました。次の世代が自分らしさを大切にできる感覚、という言葉が心に響きました。さて、下山田さんはこの秋らぶらすで開催予定の「セクシュアル・マイノリティフォーラム2021」にもご登壇予定。ぜひ下記をチェックしてください！



分厚く感じて。ようやく話した時、両親は泣いていましたが心配してた程ではなく、「やっと言えた。我慢や嘘から開放された」と。

その後、2019年2月にSNSを通じてメディアプラットフォーム「note」でも公表しました。その時には家族と親しい人達には既に伝わっていたのでそこまで怖いとは思わず、むしろ「もっと嘘をつかなくて良くなる、自分をより解放してあげたい」という気持ちでした。

反響はどうでしたか？

想像より反響が大きくてびっくりでした。「自分もメンズかもしれない。記事を読んですごく楽になりました」という連絡をもらったり、同じ立場の人ともつながりができています。

当事者として嬉しいこと、困ることはありますか？

私が楽だと思うのは、お互いに違いを持っている前提で話を聞いてくれたり、話せる時。というのも、一言でLGBTQと言っても本当に多種多様で、例え当事者同士でもお互いのことを100%理解できる訳ではありません。なので相手の方が「LGBTQのことを100%理解している体」だと、会話が苦しくなってしまうことが私は正直あります。なので関連の本を読んでくれたり勉強してくれるのも嬉しいのですが、一人ひとり違うことを踏まえた上で「あなたのことを知りたい」と思ってくれるのが嬉しいです。

今一番やりたいことは何ですか？

20代後半のサッカー選手として引退後も見据えながら、悔いなくプレーしたいと思っています。

セクシュアル・マイノリティフォーラム2021

2021年9月5日(日) 10:00~17:00 会場: 世田谷区立男女共同参画センターらぶらす
セクシュアル・マイノリティ当事者、支援者、地域の方が一緒に学び、交流するイベントです。

講演会

1 サッカー選手
下山田志帆さん講演会
開催時間: 14:00~15:00

誰もが生きやすい場所って
どんな場所?
~意外と身近なLGBTQ+~

2 にじいろひろば
交流スペース・特別版
開催時間: 15:00~16:00

3 シネマ

4 ライブラリー

5 情報提供コーナー



写真) 2019年開催時の様子

問い合わせ先

世田谷区立男女共同参画センターらぶらす
〒154-0004 世田谷区太子堂 1-12-40 グレート王寿ビル3~5階
TEL: 03-6450-8510 / FAX: 03-6450-8511

お申し込み、当日のレポートはこちら
<http://www.laplace-setagaya.net/event/532/>



“もっと嘘をつかなくて良くなる、自分をより解放してあげたい”
という気持ちから公表しました。



相談案内

★保育あり

女性のための悩みごと・DV相談

※2021年6月1日から相談時間が変わりました。

毎週火・水・木曜日 正午～午後4時、午後5時～午後8時
毎週土・日曜日 午前10時～午後1時、午後2時～午後4時
予約不要

☎03-6804-0815

メール相談をご利用の方は、らぶらすホームページから「らぶらすメール相談利用条件」「らぶらすメール相談利用規約」をお読みになり、同意の上ご利用ください。

女性のための働き方サポート相談★

毎週土曜日（第5土曜除く）
午前10時～午後1時、午後2時～4時
要予約

相談日前月1日（1月は5日）午前10時から当日まで電話、FAX、メールで先着順

☎03-6450-8510 / FAX 03-6450-8511

女性のための起業・経営相談

毎月第4木曜日 午後1時～5時15分
要予約

相談日当月1日（1月は5日）午前10時から相談日前日17時まで電話、FAX、メールで、先着順

☎03-6450-8510 / FAX 03-6450-8511

シンママカフェ

～シングルマザーのためのグループ相談会～★

数月第2土曜日 午後2時30分～4時30分

要予約
開催日前月1日（1月は5日）午前10時から電話、FAX、メールで、先着順

☎03-6450-8510 / FAX 03-6450-8511

女性のためのからだところサロン★

春夏秋冬、年4回日曜日（予定）
日時等詳細はらぶらすホームページに掲載します
要予約

開催日前月1日午前10時から電話、FAX、メールで、先着順

☎03-6450-8510 / FAX 03-6450-8511

セクシュアル・マイノリティのための世田谷にじいろひろば電話相談

毎月第1・3金曜日 午後2時～5時
毎月第2・4金曜日 午後6時～9時

☎03-6805-5875

セクシュアル・マイノリティのための世田谷にじいろひろば交流スペース★

開催日時：毎月第4土曜日 午後2時～4時

予約：不要
当日直接らぶらすへ
会場：らぶらす

男性電話相談

毎月第2土曜日 午後6時～9時

☎03-6805-2120

Q らぶらすで活動する中で

A

最初はらぶらすを男性と女性が共に力を合わせ暮らしやすい世の中にする事業を推進する場所、と解釈していました。らぶらすで活動をさせて頂いてきて、「男性」「女性」に関わらず、生きづらい人へのケアとサポートが大切なのではと感じています。個での活動よりたくさんの経験と情報をお持ちのらぶらすの事業に参加させて頂きとても感謝しています。



gleam gleam / 徳永加奈子さん

ヒロットとはフィリピンに古くから伝わる伝統的なトリートメント療法。元は助産師のことを指していました。ココナッツオイルはお肌の状態を整え保湿を補いダメージを回復させ、手指によるマッサージでからだを温めます。

せたがや子育て利用券をお使いいただけます。
（事業者 No183NPO 法人ソシオキュアアンドケアサポート）

<https://www.facebook.com/gleam.seijo/>



世田谷で活躍する女性起業家と出会い、つながる場所です。ハンドメイドやリラクゼーションなど、こだわりが詰まった商品やサービスが紹介されています。



「男女共同参画」のイメージが変わりましたか？

らぶらすで講座やワークショップを行った団体さんにお聞きしました。

A

最初何をしている所なのか全然知らなくて…。今は起業準備でお世話になっていますが、講習会や仲間と繋がれたり意見交換が出来る場は本当にありがたいです。相談しても良いんだ、1人じゃないかもって安心感があります。1人で起業ってなかなかハードルが高いのでチャレンジショップのようなイベントが増えてほしいです^^



Deco shop Sakura / つーちゃん

ときめくキラキラデコ小物。主にキラキラのストーンを使ったデコ商品を制作・販売しています!!! 細かいストーン1粒ずつ貼ってゴージャスに!!! 小物入れやミラー、ペンなど身近なものを可愛くします。

全て手作業なので世界に1つだけのオリジナルを是非手に取ってみて下さい。

<http://ameblo.jp/decohop-sakura/>



A

男女共同参画とは、すべての人が性別に関わらず自分らしく暮らせる社会を目指すこと、ということは理解していたものの、実際にらぶらすの活動に関わってみると「女性の起業支援」や「シンママのための相談会」や「セクシャルマイノリティの交流の場」や私が講師をさせていただいた「パパと子どもの食育講座」など様々な活動を行っていることを知りました。同時に、日本ではまだ男女間の賃金格差や育児・家事への女性の負担が大きいことなど、問題解決には至っていません。そのため、らぶらすの活動を一人でも多くの人に知ってもらいたいという気持ちになりました。らぶらすでは、図書やDVDの貸出が利用できたり、子どもが遊べるスペースがあったりするので、気軽に立ち寄りしてほしいと思います。



食育クッキング / 阿知和梨香さん

心と体に優しい食育型こども料理教室「食育クッキング」です。2歳からの親子クラスと、小学生の子どもクラスの他に、オンラインクラスもあります。単発の参加OKで、毎月2～3回程度開催しています。

メニューは子どもの栄養補給になるような旬の野菜や果物を使った料理やおやつを作ります。お気軽にご参加ください。

<https://shokuikucooking.jimdo.com>



起業ミニメッセ

女性起業家としての可能性とネットワークを広げ、ステップアップの機会を提供します。2年ぶりの今年はらぶらすを会場に開催します。



世田谷区の情報

犯罪被害にあわれた方へ ～ひとりで悩まずご相談ください～

令和3年6月1日より、世田谷区犯罪被害者等相談窓口を開設しました。犯罪被害により生じた不安や問題などのお話を伺い、区役所などでの必要な手続きや情報をご案内しています。

世田谷区犯罪被害者等相談窓口
相談専用電話
03-6304-3766
相談専用FAX
03-6304-3710



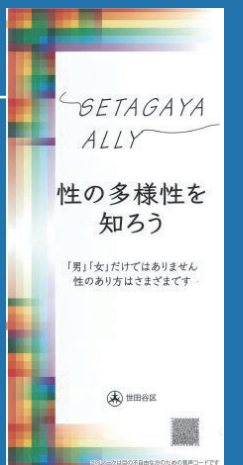
詳しくは世田谷HPをご覧ください

<https://www.city.setagaya.lg.jp/mokuji/kurashi/008/004/d00144537.html>



SETAGAYA ALLY 性の多様性を知ろう

性的マイノリティLGBTQなど、性の多様性について知っていただくためのリーフレットを作成しました。また、全国に先駆けて実施した、同性カップルによるパートナーシップ宣誓の取り組みについても紹介しています。



詳しくは世田谷HPをご覧ください

<https://www.city.setagaya.lg.jp/mokuji/kurashi/008/d00192965.html>



問い合わせ先：世田谷区生活文化政策部 人権・男女共同参画担当課
TEL 03-6304-3453 | FAX 03-6304-3710 | URL <https://www.city.setagaya.lg.jp/soshiki/0930/7106/syozoku.html>

ジェンダーやLGBTQ+についてわかる！
下山田 志帆さんおすすめ本！



らぶらすでも
借りられるよ！



炎上CMでよみとくジェンダー論

SNSが発達した今、「CM」と「炎上」は切っても切れない関係に。とりわけジェンダーへの無理解に端を発する炎上は数知れない。普段よく目にする「CM」をモチーフに、今何かと話題の「ジェンダー」を読み解く入門書と言える一冊。東大で人気講義を開く社会学者による著作。



マンガでわかるLGBTQ+

「友人や同僚にカミングアウトされたらどうすればいい?」「どんな質問がハラスメントになる?」などの性にまつわるモヤモヤを、19の体験談を含む22のマンガで楽しく学べる作品。イマサラ聞けないLGBTQ+の疑問やフェミニズムについて、実体験に基づく漫画で易しく解説。

世田谷区立男女共同参画センターらぶらすは
男女共同参画社会実現のための拠点施設です

世田谷区立男女共同参画センターらぶらす

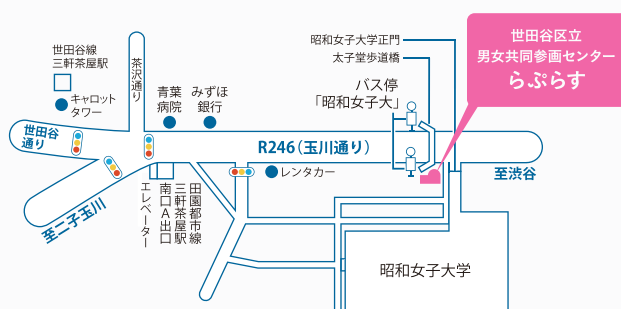
世田谷区立男女共同参画センターらぶらすは男女共同参画社会実現のための拠点施設です。

さまざまな講座・イベントを実施しているほか、生き方や働き方などに関する電話や面接での相談が充実しています。

また、「女性のためのブックカフェ」など各所居場所事業も実施しています。詳しくはらぶらすのHPをご覧ください。



新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、開館時間を短縮したり、一部の事業を中止したりする場合があります。最新情報はらぶらすのHPをご覧ください。か、らぶらすまでお問い合わせください。



- 【電車】東急田園都市線・世田谷線「三軒茶屋」駅下車徒歩7分
- 【バス】東急バス・小田急バス「昭和女子大」下車
小田急バス(駒沢陸橋～北沢タウンホール)「三軒茶屋」下車

世田谷区立男女共同参画センターらぶらす

〒154-0004
世田谷区太子堂 1-12-4
グレート王寿3～5階(受付3階)
東急田園都市線・世田谷線「三軒茶屋」駅徒歩7分
TEL 5432-2259 / FAX 5432-3005
URL <https://www.city.setagaya.lg.jp>



ホームページ



Facebook



Twitter

世田谷区HP

テーマから探す→施設・公園・けやきネット→暮らし・生活関連施設→男女共同参画センターらぶらす



Editor's Note
編集後記

下山田さんはインタビューのため、6月にらぶらすへご来館。言葉を選びながら、質問の数々に丁寧に答えてくださいました。そんな下山田さんが、ずっと入れた、というらぶらす。利用するみなさまの近くにある居心地のよい、場をつくっていきます。(A)