

品川区ジェンダー平等推進センター

【LGBT等やその友人、家族向け交流スペース】

性的指向・ジェンダーアイデンティティの
あり方や多様性を認め合い、差別や偏見を
なくせるよう、安心して思いや悩みを共有し
自分らしく過ごすことのできる交流の場として
「みんなのひろば」を開催しています

各種相談 性別不問・事前予約制・相談無料
※予約は1週間以上前が必要です。
※相談日より実施日が変更になる場合があります。

女性相談員による総合相談

■法律相談 予約制
【対面】●第1水曜日・第2火曜日 13:00～15:30
●第3月曜日 17:30～20:00

■カウンセリング相談
【対面】予約制 ●第4水曜日 13:00～16:00
【電話】予約不要 ●第1・2・5水曜日 10:00～15:30
●第3水曜日 10:00～19:30

■DV相談 予約制 ※男性は電話相談のみ
【対面】●週2金曜日(第2・4) 13:00～16:00
●第2金曜日 17:30～20:30

にじいろ相談 (LGBTQ専門相談)
自分の性的指向、ジェンダーアイデンティティなどに関する悩みについて相談をお受けします。ご本人だけでなく、家族、友人、学校関係者、職場の方など、なたでも相談できます。

●毎月第2土曜日、第4水曜日 ※年末年始(12/29～1/3)を除く
【対面】予約制 ※面談は事前予約制。電話は予約不要 ※電話の予約をお受けします。
●第2土曜日 10:00～11:45
13:30～16:15
●第4水曜日 14:00～19:45

予約電話 03-5479-4104 (平日9:00～17:00)
相談電話 03-5479-4105 (相談受付時間内)

こころのカウンセリングSNS相談
こころ生き方、人間関係の悩みなど、SNSで相談してみませんか?
●毎週月曜日・水曜日
※年末年始(12/29～1/3)を除く
●15:00～19:30
●LINEから「品川区」から
専門のカウンセラーが相談をお受けします。

優しさをかたちにプロジェクト
生理用品の入手が困難な
市民の方へ助産用品を
活用した生理用品を無償
配布しています。
(申し込み手続きは必要ありません。配布場所に設置
している専用カードなどをご提示ください。)

「東京都パートナーシップ宣誓制度」の活用
パートナーシップ関係にある方の生活上の不便を軽減し、性別によらず誰もが暮らしやすい環境につな
げていくために、「東京都パートナーシップ宣誓制度」
の受理証明書を活用した行政サービスの提供をして
います。

利用案内 ※令和5年の制度のみ利用できます。

開館時間
●交流室 9:00～21:30
●会議室 9:00～12:00
13:00～17:00
18:00～21:30
●事務室 9:00～17:00

休館日
●保守点検日、年末年始
●祭事等: 土・日・祝日、
年末年始

品川区ジェンダー平等推進センター
〒140-0011 品川区東大井5-18-1(きゅりあん3階)
TEL: 03-5479-4104 FAX: 03-5479-4111
Mail: jender@city.shinagawa.tokyo.jp
ホームページはこちら

品川区
ジェンダー平等
推進センター

誰もが自分らしく
いきいきと暮らせるまちに

【各種相談】

- 女性相談員による総合相談
 - ・法律相談・カウンセリング相談 ・DV相談

●その他

- ・こころのカウンセリングSNS相談
- ・にじいろ相談(LGBTQ専門相談)

を実施しています
ひとりで悩まず相談してください



←QRコードから品川区ジェンダー平等推進センター
ホームページインデックスへ

品川区
LGBT等やその友人、家族向け交流スペース

みんなのひろば

「みんなのひろば」は、性的指向・ジェンダーアイデンティティの
あり方や多様性を認め合い、差別や偏見をなくせるよう、
安心して思いや悩みを共有し、自分らしく過ごすことのできる交流の場です。

2025年度イベント開催日程 時間: 13:30～16:30

第1回 7月19日(土) 第2回 10月4日(土)
第3回 12月6日(土) 第4回 2月7日(土)

※各イベントの詳細はホームページをご確認ください。

品川区ジェンダー平等推進センター 申込はこちら▼

場 所 品川区東大井5-18-1 きゅりあん3階(JR・東急大井町線、9人かい線)下妻徒歩2分
品川区東大井5-18-1 きゅりあん3階(大井町駅(JR・東急大井町線、9人かい線)下妻徒歩2分)

対 象 者 性的指向・ジェンダーアイデンティティなどで悩んでいる方や家族・友人・
職場の方、LGBT等への理解を深めたいVally(アライ)の方など(10代～)

にじいろ相談 (LGBTQ専門相談) 毎月第2土曜日・第4水曜日

性的マイノリティに関するさまざまな悩み
ごとを当事者の方、その家族、友人、学
校関係者、職場の方からお受けします。
詳細はホームページをご確認ください。

【対面】事前予約制 ●予約電話 03-5479-4104(9:00～17:00)
【電話】予約不要 ●相談電話 03-5479-4105(相談受付時間内)
※予約制
【時間】第2土曜日/10:00～11:45、13:30～16:15
第4水曜日/14:00～19:45
【場所】ジェンダー平等推進センター(品川区東大井5-18-1きゅりあん3階)

問合せ: 品川区ジェンダー平等推進センター 電話: 03-5479-4104 FAX: 03-5479-4111
運営協力: 特定非営利活動法人共生社会をつくるセクシュアル・マイノリティ支援全国ネットワーク

品川区ジェンダー平等啓発誌 マイセルフ

myself

自分らしく

vol.70
2025
春号

Special Interview
お笑いタレント・南海キャンディーズ
山崎 静代 さん

特集
誰もが生きがいを感じ、
自分らしく生きられる品川

Shinagawa VOICE
大谷 敏子 さん
佐々木 淳也 さん
西村 帆夏 さん

“自分”を決めつけない
きっと、なんでもできるはず

ジェンダー平等啓発誌 「マイセルフ」

自分らしくをコンセプトにジェンダー平等
の推進に関する情報を発信しています



品川区ジェンダー平等推進センター

ジェンダー平等推進を目的として様々な講座を実施しています

ジェンダーバイアス、DV、リプロダクティブ・ヘルス/ライツ、ワーク・ライフ・バランス
など、さまざまなテーマに沿った講座を開催しています

令和7年度 品川区ジェンダー平等推進講座

性の多様性を理解し、共に生きる社会へ

2025.7.30 Wed.
18:30~20:30(開場18:00~)

私たちは皆、違う。だからこそ、面白い。

性の多様性を知り、認め合い、尊重することで、より豊かな社会を築きませんか？
この講座では、性の多様性に関する基本的な知識から、生活や仕事におけるライブイベントの困難や適切なコミュニケーション方法について学び、私たちが共に生きるために大切なことを、わかりやすく解説します。

オンライン配信あり
(後日アーカイブ配信による視聴可)

参加無料

講師 星 賢人 さん
株式会社JobRainbow 代表取締役

「産業を創る」を掲げ、自身もゲイとして職場に居るLGBTQ+の友人達を見て、LGBTQ+向けの就職情報サイト「JobRainbow」を学術機関で立ち上げる。現在は6万人と300社が利用する日本最大のダイバーシティ総合人材リーゼとして、企業のHR&Mコンサルティング/研修、セクシュアリティ診断ツールや多様性を促進したエージェントの企画も得意ながら、誰もが持つ人の違いを「異」ではなく「彩」に変えるための事業展開を行う。

申込：7月1日（火）10時より オンライン・電話にて（詳細は裏面）
定員：先着120人（会場20人+オンライン100人）区内在住・在勤・在学の方優先
会場：品川区ジェンダー平等推進センター会議室



令和7年度 品川区ジェンダー平等推進講座

今から始める退職後のセカンドライフ準備

～自分らしい未来を描くために～

これからの人生を自分らしく、安心して歩むための準備を始めませんか？
ファイナンシャルプランナーと一緒に、退職後の資金計画や生活設計のポイントを学び、未来の不安を解消しましょう。
今からできる準備を知ること、あなたのセカンドライフはもっと輝きます。
この機会に、自分らしい人生設計を始めませんか？

退職後のセカンドライフ…お金のやりくりできるかな？

病気や要介護になった時の備え…大丈夫？

年金どれくらいもらえるの？

ライフスタイルもさまざま。いくつまで働くべき？

今、やりたいことを見つける

8/22金 18:30~20:30 (開場18:00)

参加無料 オンライン同時配信 アーカイブ視聴可

講師 細川 陽平 さん 一級ファイナンシャル・プランニング技能士

業界歴10年以上で延べ1,000人以上の相談に乗ってきた経験からのアドバイスが出来ます。幅広い世代のお金のお困りごとに向き合っています。シニアライフを豊かに暮らしていくためのコンサルティング・講師等として活躍中。

申込：8月1日（金）午前9時より申込開始電話・メールにて（詳細は裏面）
定員：先着120人（会場20人+オンライン100人）区内在住・在勤・在学の方優先
会場：品川区ジェンダー平等推進センター会議室



令和7年度 品川区ジェンダー平等推進講座

心をととのえる、やさしい時間の作り方

毎日の「ゆとり」をつくるヒントと気づきのワークタイム

2025.9.26 Fri.
18:30~20:30(開場18:00~)

日々の子育てや仕事に追われて、毎日があっという間に過ぎていませんか？
「やるが多すぎて、心に余裕がない」「自分の時間がほしいけど、どうやって作ればいいかわからない」と悩んでいる方へ。

本講座では、無理せず、頑張りすぎない「やさしい時間術」をお伝えします。
また、セミナーでは、ワークを通して自分の時間の使い方を棚卸しし、新たな気づきを得ていただきます。
日々の忙しさの中に「ゆとりをつくる第一歩」を踏み出しましょう。

参加無料

講師 宮崎 ともみ さん
タイムデザインコンサルタント

長年法人向けビジネスの営業に専事し、国内での活動やアメリカ赴任を経験。タスクを効率的にこなすことで、社内内外からの信頼を獲得。その経験を活かし、子育てとフルタイムの仕事を実現する「自給自足」の時間術を立。現在、次世代ママへの時間術を伝えている。副業にてセミナー講師、Kindle本の執筆、キャリア相談を行っている。
「働く女性が笑顔で、日々を過ごしてほしい」という思いをもち、自分らしい時間を一緒に楽しく変えていく。2児と7匹の猫の母。キッチンには「職人おつまみ」。

申込：9月1日（月）9時より オンライン・電話にて（詳細は裏面）
定員：先着120人（会場20人+オンライン100人）区内在住・在勤・在学の方優先
会場：品川区ジェンダー平等推進センター会議室

オンライン配信あり
(後日アーカイブ配信による視聴可)



品川区ジェンダー平等推進センター

令和6年4月1日「品川区ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を実現するための条例」を施行しました

すべての人が性別や性的指向、ジェンダーアイデンティティにかかわらず、一人ひとりがその個性を大切に、その人らしさを発揮しながら、互いに尊重し合い、誰もが自分らしく生きられる社会の実現をめざしていきます

基本理念1
人権侵害の根絶
品川区ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を実現するための条例

基本理念2
多様な生き方の選択
品川区ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を実現するための条例

基本理念3
平等な参画機会の確保
品川区ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を実現するための条例

基本理念4
生活と仕事、学び、地域活動の調和
品川区ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を実現するための条例

基本理念5
リプロダクティブ・ヘルス/ライツ（性と生殖に関する健康と権利）の尊重
品川区ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を実現するための条例

基本理念6
ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を支える教育
品川区ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を実現するための条例

基本理念7
女性のエンパワーメント
品川区ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を実現するための条例

基本理念8
性的指向やジェンダーアイデンティティに起因する日常生活上の困難の解消
品川区ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を実現するための条例

基本理念9
国際社会・国内での取組に対する理解・推進
品川区ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を実現するための条例

☀ リーフレットを発行し、啓発を行っています

品川区ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を実現するための条例について

誰もが生きがいを感じ、自分らしく生きられる品川

品川区は、すべての人が性別や性的指向、ジェンダーアイデンティティにかかわらず、誰もが自分らしく生きられる「ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会」の実現をめざし、区の施策を総合的かつ計画的に推進するための基本理念などを定めた条例を制定しました。

この条例は、区がめざす社会の実現に向け、区民や事業者、教育関係者のみなさんと一緒に取り組みを進めていくための指針となるものです。区にかかわる多くの方とともに取り組むことで様々な生活の場での困難や生きづらさの解消につなげていくことができます。

性別等にかかわらず、一人ひとりがその個性を大切に、その人らしさを発揮しながら、互いに尊重し合い、誰もが自分らしく生きられる社会の実現をめざしていきます。

令和6年(2024年)4月1日施行

← 一般向け

みんなはどう思っている？

こんなこと、こんな場面、モヤッとしたことない？

品川区ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を実現するための条例
リーフレット(児童・生徒用)

品川区ジェンダー平等推進センター
品川 品川区東品川5-18-1 (東3丁目3番地) 品川 03-5479-4104 FAX: 03-5479-4111

小学校5年生～中学生向け→