

スケジュール

令和8年度

東京

ウィメンズプラザ フォーラム

入場無料
一部有料企画あり

わたしからはじまる、ジェンダー平等

＼民間39団体が様々な企画を実施／

11.7 [±] 10:00～19:00, **8** [日] 10:00～16:00 **会場** 東京ウィメンズプラザ (渋谷区神宮前5-53-67)

● **特設サイト** 参加申込はこちらから! 各企画の詳細はこちらからご覧ください!! (随時更新あり)

東京ウィメンズプラザフォーラム



東京都主催事業

申 要事前申込 優 申込優先 参加無料

ホール

トーク&アンサンブル
音楽×ジェンダー
音が響く 未来がひらく
～東京女子管弦楽団と見つめる 自分らしく生きる未来～

女性だけで構成される東京女子管弦楽団メンバーによる演奏と理事長永井美奈子さんのトークで送る楽しい90分。

時間 10:30～12:00 **申**

トーク: 永井美奈子さん
(フリーアナウンサー/一般社団法人
東京女子管弦楽団代表理事、理事長)

演奏: 東京女子管弦楽団
弦楽アンサンブル、金管アンサンブル



トークセッション(スポーツ推進本部)
スポーツで人生を輝かせる
～なりたい自分になるために～

女性とスポーツをテーマに、オリンピック・パラリンピアンと専門家が逆境を乗り越える思考力や女性の健康、ジェンダーについて語ります。

時間 10:30～12:00 **優**

谷本歩実さん
(日本オリンピック委員会理事)

二條実穂さん
(パラリンピアン/車いすテニス)

須永美歌子さん
(日本体育大学児童スポーツ教育学部教授)

全館

**都内区市町村の男女平等に関する
取組紹介パネル&クイズラリー**

時間 11/7,8共に終日

交流コーナー

ワークショップ&ミニトーク
編み物芸人・アイバー滝沢の
編み物ワークショップ&ミニトーク
～初めてでも大丈夫! わたしを満たすニット時間～

編み物の魅力や楽しさを伝えるミニトーク付きワークショップ。講師のミニ作品展も同時開催。

時間 ①第1部 12:30～13:45(初心者向け)
②第2部 14:00～15:30(経験者向け)

アイバー滝沢さん
(お笑い芸人・吉本興業所属)

情報提供&相談会(産業労働局)

**はたらく女性
の相談会**

働く女性の活躍を支援する総合拠点「はたらく女性スクエア」の出張相談会。今後のキャリアや職場の困りごとを相談できます。

時間 10:00～11:30

図書資料室

トークセッション
語り合おう、アイランド
～『ジェンダー平等世界:アイランドの並外れた女性たち』の翻訳者を囲んで～

翻訳者の一人である湊屋暁子さんを囲んで、アイランドの男女平等についてお話を聞き、参加者と一緒に語り合います。

時間 14:00～15:00 **申**

本あてクイズ
～ブラインドブック2026～

クイズに挑戦! 木の葉っぱに書かれたヒントを手がかりに、本のタイトルを探し当てよう。

時間 11/7,8共に終日

大学生によるブックトーク
本が開いたわたしのトビラ
～私が出会ったジェンダーの本～

法政大学のジェンダー論を学ぶ学生が、図書資料室所蔵の図書の中からお気に入りの本をブックトーク形式で紹介します。

時間 ①11:00～12:00
②14:00～15:00

発表者:
法政大学の学生有志

11.7 [±]				11.8 [日]		
地下1階	ホール	10:30～12:00 トーク&アンサンブル 音楽×ジェンダー 音が響く 未来がひらく ～東京女子管弦楽団と見つめる 自分らしく生きる未来～	13:30～15:30 06 一般社団法人あすには 公益 財団法人ジョイセフ #なん でないのプロジェクト 一般 社団法人Tネット 国連女性差別撤廃委員会の勧告 から2年。前進した点、後退した点	16:45～19:00 12 特定非営利活動法人子連れス タイル推進協会 防災と母子と母乳	10:30～12:00 トークセッション スポーツで人生を輝かせる ～なりたい自分になるために～	13:30～15:30 29 「誰もが快適な生理を」 Femtech Japan ～誰もが快適な生理を～サミット 2026
1階	視聴覚室	10:00～16:00 18～24 JUST日本トラウマサバイバーズユニオン 公益財団法人日本女性学習財団 一般社団法人ウーマンライフパートナー NPO法人アスペルガーアライメント NPO法人ダルク女性ハウス フリッカ・ビーウーマン Safe Campus Aile for Period			10:00～16:00 34～40 一般社団法人 Turn to Smile たんとすまいる 東京スキントッチ会 一般社団法人 日本太極柔力球協会 女性の暮らしやすさを考えるソーシャルワーク研究会(暮らし研) 学生団体Mys アルカディア 学校法人上智学院 ダイバーシティ・サステナビリティ推進室	
2階	第一会議室A	10:00～12:00 01 JHAA 日本ハーバルアロマ セラピスト協会 香りで整う! HAPPYライフ!	13:45～15:45 07 親業を学ぶ会「ローズマリー」 親業す劇「ぼく、メダカ殺しちゃ う」と体験型講演をコラボで!	17:00～19:00 18 ウーマンネットアカデミー& コンサルティング 働き方は選ぶ時代へ AI で変わ る女性のキャリアと仕事の未来	10:00～12:00 25 共育コーチング研究会 「考え方のパターン」を変えて、 もっと自信を手に入れよう!	14:00～15:30 30 学校法人上智学院 ダイバーシティ・サステナビリ ティ推進室 医療アクセスにも多様性を ～性的マイノリティと医療の交差 点～
	第一会議室B	10:30～11:30 02 ポップス合唱 Life With Song会 私の声からはじまるハーモニー	13:30～15:30 08 特定非営利活動法人リソースエ ンパワメントネットワークREN ストップ! 性被害 加害者臨床の 現場から見てくること	17:30～19:00 14 Wom-tech 理工系女性のキャリア、聞いて・話 して・考えよう!	9:50～12:10 26 一般社団法人 日本男性看護師会 あわひ へのち奏でる物語～ 上映会	
	第二会議室A	10:30～12:00 03 一般社団法人 全国産業人能力開発団体連合会 学びがひらく、わたしの未来設計	13:30～15:30 09 フットの会 足くつ歩行の悩み解決ワーク ショップ	17:00～19:00 15 認定NPO法人 日本BPW連 合会・BPW東京クラブ ジェンダーギャップ指数から見え る日本の現在地		13:30～15:30 31 明治大学情報コミュニケー ション学部堀口悦子ゼミ 男性の育児への共同参画に必要 なものその他
	第二会議室B	10:30～12:00 02 (一社)日本エグゼクティブブ ロモーター協会 片づけ上手塾 ジェンダー平等～家事意識カイ カク～まず、わたしから!	13:30～15:45 10 認定NPO法人 東京都日中友好協会 東京に暮らす中国残留邦人と家 族の"いま"を考える	17:00～19:00 16 NPO法人ソシオキュアアンド ケアサポート もっと自分らしく、初心者向けメイ クアップ	10:00～12:00 27 チェリッシュアロマの会 すべての人が心地よく生きるため のアロマセルフケア	14:00～15:30 32 一般社団法人 ガールスカウト東京都連盟 一杯のコーヒーから始まるジェン ダー平等
	第三会議室(和室)	10:00～12:00 05 NPO法人 育自の魔法 育自のための小さな魔法 PART1 「自分の人生」を語る	14:00～15:00 11 一般社団法人 日本ベビーダンス協会 男性育児参画への突破口 ーベビーダンス19年の活動報告	16:30～19:30 17 性暴力をなくすみんなの会 オープンダイアログ体験会 ～対話からはじまる支援のかたち～	10:00～12:00 28 花詩猫 花おりがみに寄せて	13:30～15:30 33 ファシリテーションをはじめ よう ファシリテーションでアンコンシャ スバイアスを解明する!
交流コーナー	10:00～11:30 情報提供&相談会 はたらく女性の相談会 ◇はたらく女性スクエア		①12:30～13:45 ②14:00～15:30 ワークショップ&ミニトーク 編み物芸人・アイバー滝沢の編み物ワークショップ&ミニトーク ～初めてでも大丈夫! わたしを満たすニット時間～ ◇アイバー滝沢さん(お笑い芸人・吉本興業所属)		12:30～15:00 ワークショップ わたしのカバンはなぜ重い? ～カバンの中身からジェンダーを考える～ ◇筑波大学ジェンダーサークルSODA.	15:00～16:00 交流&情報交換 おしゃべり交流会 ◇協力: 筑波大学ジェンダーサークルSODA.
	両日開催 展示「わたしのカバンはなぜ重い?～カバンの中身からジェンダーを考える～」 KURUMIRUマーケット (出店時間 7日 10:00～17:00 / 8日 10:00～16:00)					
図書資料室	14:00～15:00 トークセッション 語り合おう、アイスランド ～『ジェンダー平等世界:アイ スランドの並外れた女性たち』の 翻訳者を囲んで～				①11:00～12:00 ②14:00～15:00 大学生によるブックトーク 本が開いたわたしのトビラ ～私が出会ったジェンダーの本～	
	両日開催 本あてクイズ ～ブラインドブック2026～					
全館	両日開催 都内区市町村の男女平等に関する取組紹介パネル&クイズラリー					

主催 東京都生活文化局都民生活部 東京ウィメンズプラザ

問合せ先 東京ウィメンズプラザフォーラム事務局(株式会社ディヴェーション内) ☎03-6804-6645

東京都

東京ウィメンズプラザ



民間39団体出展内容一覧

申 要事前申込 優 申込優先 参加有料

特設サイト

参加申込はこちらから！各企画の詳細はこちらからご覧ください！！
(随時更新あり)

東京ウィメンズプラザフォーラム



11/7 [土] 出展団体

01 参加有料

第一会議室A

10:00～12:00

香りで整う！
HAPPYライフ！

自然の恵みに包まれ、香りとタッチケアで心身をリフレッシュ。誰もが笑顔になれるひとときをお届けします。

JHAA 日本ハーバルアロマセラピスト協会
@ jhaa@aromastudy.com



02

第一会議室B

10:30～11:30

私の声からはじまる
ハーモニ―

ポップス女声合唱の演奏とトークを通じて、歌う楽しさや人とのつながりを一緒に感じてみませんか？

ポップス合唱 Life With Song会
@ umimusic333@gmail.com



03 優

第二会議室A

10:30～12:00

学びがひろく、
わたしの未来設計

当連合会会長の町田宏子（インテリアコーディネーター）による講演会、資格取得者の体験談、質疑応答の3部構成のセミナーです。

一般社団法人全国産業人能力開発団体連合会
@ yamamoto@jad.or.jp/matsumoto@jad.or.jp

JAD

04 優 参加有料

第二会議室B

10:30～12:00

ジェンダー平等
～家事意識カイカク～まず、わたしから！

自分（女性）がやるものと思いついて家事や片づけの意識を改革。具体的な私から始める意識改革の手順や家事・片づけの実践方法

一般社団法人日本エグゼクティブプロモーター協会片づけ上手塾
@ info@exepromo.jp



05 優

第二会議室（和室）

10:00～12:00

育自のための小さな魔法
PART1「自分の人生」を語る

自分の人生をふりかえり、お互いの人生を聴き合い、頑張ってきた自分と目の前にいる人にエールを送る、そんな時間です。

NPO法人育自の魔法
@ info@ikujinomahou.jp

育自のための小さな魔法

06 申

ホール

13:30～15:30

国連女性差別撤廃委員会の勧告
から2年。前進した点、後退した点

政府が3月に閣議決定した第6次男女共同参画基本計画も踏まえ、選択的夫婦別姓やSRHRの進展について知りたい方におすすめ

一般社団法人あすには「公益財団法人ジョイセフ」
#なんでないのプロジェクト | 一般社団法人Tネット
@ mail@asuniwa.org



07 優

第一会議室A

13:45～15:45

親愛寸劇「ぼく、メダカ殺しちゃう」
と体験型講演をコラボで！

分かりやすく、楽しめる「劇」を一部取り入れたことで、日頃の親子のコミュニケーションを振り返る機会となることを願っています

親愛を学ぶ会「ローズマリー」
@ roosemary.rosemary.oyagyo@gmail.com



08 申 参加有料

第一会議室B

13:30～15:30

ストップ！性被害 加害者臨床
の現場から見てくること

加害者臨床に詳しい講師斉藤章佳さんの話から、男性・女性・子どもへの性被害を防止するには何ができるか・必要かを考える講座

特定非営利活動法人リソースエノメントネットワークREN
@ office-ren@npo-ren.org



09 優

第二会議室A

13:30～15:30

足くつ歩行の悩み解決
ワークショップ

9割以上の女性が効果を実感！目からウロコの解決法、試してみませんか？ひも付き運動靴(なくても可)・靴下着用、先着順

フットの会
@ asizukuri_320@yahoo.co.jp



10 優

第二会議室B

13:30～15:45

東京に暮らす中国残留邦人と
家族の"いま"を考える

戦後帰国した中国残留邦人とその家族の歴史や現在の暮らしを通して、高齢化、介護、地域での孤立などの課題を考えます。

認定NPO法人 東京都日中友好協会
@ to-nicchu@jcfa-tyo.net



11 優

第三会議室（和室）

14:00～15:00

男性育児参画への突破口
ーベビーダンス19年の活動報告

19年・500名が証明した、ベビーダンス継承モデル。パパの育児参画に「入り口の設計」を。

一般社団法人日本ベビーダンス協会
@ https://forms.gle/DxQSHDiPhLyqWZC8



12 優

ホール

16:45～19:00

防災と母子と母乳

災害時の母子の問題をテーマに、子どもや自身のケアや安全、母乳育児など、普段からできることを考えます。東京都助産師会共催。

特定非営利活動法人子連れスタイル推進協会
@ info@kozurestyle.com

特定非営利活動法人子連れスタイル推進協会

13 申

第一会議室A

17:00～19:00

働き方は選ぶ時代へ
AIで変わる女性のキャリアと仕事の未来

Google.org・アジア開発銀行支援。生成AIを学び、女性の未来の働き方とキャリアの可能性を広げます。

ウーマンネットアカデミー&コンサルティング
@ womanet.academy@gmail.com



14 優

第一会議室B

17:30～19:00

理工系女性のキャリア、
聞いて・話して・考えよう！

理工系で学び、働く女性のリアルなキャリアから進路や働き方のヒントをお伝えします。

Wom-tech
@ tomoko.ogasahara@wom-tech.com



15 優 参加有料

第二会議室A

17:00～19:00

ジェンダーギャップ指数から
見える日本の現在地

日本のジェンダーギャップの現状を知り、私たちにできることを一緒に考えてみませんか？

認定NPO法人日本BPW連合会・BPW東京クラブ
@ tokyo-kikaku@bpw-japan.jp



16 優 参加有料

第二会議室B

17:00～19:00

もっと自分らしく、
初心者向けメイクアップ

相談しながら気軽にメイクアップを試して自分のなりたい印象を身につける体験を通し、生きやすさを手に入れてほしいです。

NPO法人ソシオキュアアンドケアサポート
@ sociocure@yahoo.co.jp

ソシオキュア

17

第三会議室（和室）

16:30～19:30

オープンダイアログ体験会
～対話からはじまる支援のかたち～

「性暴力」をなくす取り組みにおけるオープンダイアログの体験会です。

性暴力をなくすみんなの会
@ https://www.dankuro.com/



18

視聴覚室

10:00～16:00

様々なトラウマに苦しめる
人たちの支援

生きづらさを感じている人々への支援。

JUST日本トラウマサバイバーズユニオン
@ 03-6820-4838



19

視聴覚室

10:00～16:00

知る・気づく・考える「なるほど
ジェンダー」パネル展2026

身近なジェンダーをイラストで描いた「なるほどジェンダー」パネルの展示です。シール投票やふせんアンケートにご参加ください！

公益財団法人日本女性学習財団
@ jawe@nifty.com



20

視聴覚室

10:00～16:00

生活設計を考えてみませんか？
お金クイズのワークショップ

お金と未来のモヤモヤを解消！クイズやライフプラン診断体験で、自分らしく生きるための知識と人生設計の大切さを楽しんで学べます

一般社団法人ウーマンライフパートナー
@ info@wlp.or.jp



21 優 参加有料

視聴覚室

10:00～16:00

わかりあわないカフェ
～発達障害当事者からヒントを得よう～

当事者性を大切にしたいイベントです。成人発達障害の当事者の方と語りあって、パートナーシップのヒントを学びましょう。

NPO法人アスペルガーアラウンド
@ aa@asperger-around.com



22

視聴覚室

10:00～16:00

依存症いろいろ
～わたしたち、こうやって生き延びています～

初参加です。初々しい私たちに会いに来てね！

NPO法人ダルク女性ハウス
フリック・ビーウーマン
@ 03-3822-7658



23

視聴覚室

10:00～16:00

アクティブ・バイスタンダー
として在るために

資料や対話を通じて、二元的ジェンダー規範を問い直し、アクティブ・バイスタンダーであるためにできることを共に考えませんか？

Safe Campus
@ safe.campus.keio@gmail.com



24

視聴覚室

10:00～16:00

小さな月経博物館

団体で作成している月経の教育キット「小さな月経博物館」を用いて、月経に関する知識や問題を紹介する展示を行います。

Aile for Period
@ 2025.aile.1@gmail.com



11/8 [日] 出展団体

25 優

第一会議室A

10:00～12:00

「考え方のパターン」を変えて、
もっと自信を手に入れよう！

非合理的「思い込み」から派生する「評価されているのに自信がない」という違和感を感じる女性を少なくすることで社会を明るく！

共育コーチング研究会
@ 20011216m@gmail.com



26 優 参加有料

第一会議室B

9:50～12:10

あわひ ～いのち奏でる物語～
上映会

お子様連れも、男性も、命に関わるお仕事の方も、今後出産を考えてる方も大歓迎。自分をもっと大事にしたいくなる時間になります。

一般社団法人 日本男性看護師会
@ minato@nursemennet



27 優

第二会議室B

10:00～12:00

すべての人が心地よく生きる
ためのアロマセルフケア

アロマの活用をお伝えする講演と、心地よいアロマハンドトリートメントをご体験ください。(おひとり約10分)入退出自由です。

チェリッシュアロマの会
@ cherish.aromanokai@gmail.com



28 参加有料

第三会議室（和室）

10:00～12:00

花おりがみに寄せて

留学生の描く絵と文章を読み何かを感じ、w.s.おりがみで集中し、音読を愉しんで欲しい。

花詩猫
@ mican317@gmail.com



29 優

ホール

13:30～15:30

～誰もが快適な生理を～
サミット 2026

トイレに快適な生理用ナプキンの設置等、快適な生理期間を過ごすために日々、取り組んでいる登壇者のスピーチコンテスト

「誰もが快適な生理を」Femtech Japan
@ https://femtech-japan.com/contact/



30

第一会議室A・B

14:00～15:30

医療アクセスにも多様性を
～性的マイノリティと医療の交差点～

医療現場の性的マイノリティの壁をテーマに、当事者と医療者が受診控えや偏見について多角的に議論します。インスタ特典あり！

学校法人上智大学 ダイバーシティ・サステナビリティ推進室
@ diversity-sustainability-co@sophia.ac.jp



31

第二会議室A

13:30～15:30

男性の育児への共同参画に
必要なものとその他

育児は男女の共同責任ですが、男性の育児参画を阻む要因として、男性トイレの設備の問題の調査をした結果を報告します。

明治大学情報コミュニケーション学部堀口悦子ゼミ
@ etsuhori@meiji.ac.jp



32 優

第二会議室B

14:00～15:30

一杯のコーヒーから始まる
ジェンダー平等

コーヒーハンター川島良彰氏らと高校生・大学生が、一杯のコーヒーからジェンダー平等を考えます。

一般社団法人 ガールスカウト東京都連盟
@ gs-tokyo@kdn.biglobe.ne.jp



33 優 参加有料

第三会議室（和室）

13:30～15:30

ファシリテーションでアンコン
シャスバイアスを解明する！

ファシリテーションの力を活用しながら、自分の中にあるアンコンシャスバイアスに意識的に対処するヒントを見つけます。

ファシリテーションをはじめよう
@ mas.tak905@gmail.com



34

視聴覚室

10:00～16:00

意外と身近なDVモラハラ
あなたの笑顔を守るためにできること

意外と身近なDVやモラハラを、ケーススタディのクイズとイラストで学びます。また、参考図書の紹介及び販売も行います。

一般社団法人Turn to Smile たんとすまいる
@ t2s-it@turn-to-smile.org



35

視聴覚室

10:00～16:00

触れ合う育児で育む、
子どもの個性と家族の絆

親子スキンタッチで絆と感性を育む！父母が共に主役となり、触れ合いを通じて子どもの個性と自分らしさを伸ばす育児企画

東京スキンタッチ会
@ skintouchtokyo04@gmail.com



36

視聴覚室

10:00～16:00

女性の健康を支える太極柔力球
～健康づくりと交流づくり～

太極柔力球はラケットとボールを使い、音楽に合わせて身体を動かします。女性の健康づくりに役立つスポーツです。

一般社団法人 日本太極柔力球協会
@ taikyoku1069@gmail.com



37

視聴覚室

10:00～16:00

今、あなたのライフステージは？
生活課題とソーシャルワーク支援

あなたのライフステージ「今」と「これから」。自分事として、私たちと一緒に考えてみませんか？

女性の暮らしやすさを考えるソーシャルワーク研究会(暮らし研)
@ kurashiken24@gmail.com



38