スポーツ界でAlly（アライ）になるために

©Gengoroh Tagame

※アライ（ally）とは、同盟、味方などを表す言葉です。LGBTQ+当事者の味方として共に行動する人たちを総称してアライといいます。

スポーツはLGBTQ+課題の最後のフロンティア

スポーツ界はLGBTQ+の最後のフロンティアと呼ばれています。その理由は、スポーツの歴史に遡ります。スポーツは社会から期待される「男らしさ」を身に付ける場所として、異性愛が当然であるという文化と共に発展してきました。そのため、社会から期待される「男らしさ」とは異なる自己表現は揶揄され、異性愛でない人は差別と偏見の目にさらされてきました。また、常に「男性」と「女性」に分かれるスポーツ界では、トランスジェンダーの人やノンバイナリー（性自認が男性と女性のカテゴリーから外れていると思う人）の人は、常にスポーツを楽しむ機会を奪われてきました。

41.5%
スポーツに関わったLGBTQ+当事者で差別的な発言を聞いたことがある人の割合（日本スポーツ協会調査）

84%
スポーツの現場で同性愛者を嫌悪する発言を目撃したことがある人の割合（アウト・オン・ザ・フィールズ調査）

LGBTQ+アスリート

村上（むらかみ）　愛梨（あいり）

ラグビー選手（15人制、女子）、元ラグビー女子日本代表

©OPT UNITED

私にも、今までスポーツをしてきた中で、周囲に自分のセクシュアリティを受け入れてもらえない場面がありました。しかし、そんな辛い時がずっと続くとは限りません。今伝えたいことは、当事者として悩んでいるあなたは、1人じゃないということ。現状のスポーツ界では、隠さないとやっていられないこともあると思います。けれど、自分の本心を無視しないでください。自分のことを大切にしてください。このメッセージが悩んでいる誰かの希望になり、受け入れてくれる環境を広げる一助となることを願っています。

Allyアスリート

廣瀬（ひろせ）　俊朗（としあき）

株式会社HIRAKU代表取締役、一般社団法人スポーツを止めるな 共同代表、Apollo Project 専務理事、元ラグビー日本代表（15人制、7人制、男子）

LGBTQ+アスリートが自分らしさを存分に発揮できる環境でスポーツに取り組める環境をつくっていくこと。私自身は、スポーツに育てられた人間として、その環境づくりをサポートすることはとても重要なことだと考えています。あらゆる人がスポーツの経験を経て、人生がさらに豊かになるように。皆で一緒になって少しずつでも自分たちができることから取り組んでいきましょう。

スポーツ界でアライになるために

性自認や性的指向、性別表現に関わらず、誰もが自分らしく安心して、安全にプレーできる環境をつくるためには、スポーツに関わるひとりひとりの行動が大切です。LGBTQ+インクルーシブな環境づくりのために、今日からできる４つのアクションに取り組んでみましょう！

01 必ず身近に当事者がいることを理解する

国内のLGBTQ+当事者の割合は、約10人に1人と言われています。もしあなたの周囲にいないのであれば、伝えられていないだけで、身近にLGBTQ+当事者は必ずいるということを知っておきましょう。もし、LGBTQ+当事者を傷つける言葉を聞いたら注意をしましょう。

02 自分自身の無意識のバイアスに気づく

どんな性自認・性的指向・性別表現を選ぶのかはその人の自由であり、権利です。社会で期待される「男らしさ」「女らしさ」の基準に人をあてはめたり、「恋愛することが当たり前」「異性愛だけが恋愛の形」と決めつけるのはやめましょう。
例：「彼女いるの？」「彼氏いるの？」と聞くよりも「パートナーいるの？」「お付き合いしている人いるの？」と聞くなど

03 アウティングを絶対しない

LGBTQ+当事者があなたを信頼してカミングアウトをしてくれたら、まずは「ありがとう」の気持ちを伝えましょう。また、本人の許可なく、公にしていない性自認や性的指向を周囲に伝える「アウティング」は、絶対にしないようにしましょう。特に、チームメイトや指導者との関係性が重要なスポーツにおいては、アウティングによって、チームにいられなくなってしまうことがあります。

04 アライであること宣言する

レインボーのマークを身に着けたり、プライドマッチを実施して、自身やチームがアライであることを表現しましょう。LGBTQ+に対する偏見や差別があるなかで、LGBTQ+当事者であることをオープンにすることは容易ではありません。アライを宣言し、LGBTQ+当事者がこの人には伝えても大丈夫、と安心できる空間をつくりましょう。

プライドハウス東京
東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を契機として、LGBTQ+に関する理解を広げることを目指し立ち上がったプロジェクト。NPOや個人、企業や大使館がコンソーシアムとなり、個別のテーマに基づき８つのチームに分かれて活動しています。「アスリート発信チーム」では、LGBTQ+とスポーツの接点から誰も排除しないLGBTQ+インクルーシブなスポーツ環境づくりと、スポーツを通じたLGBTQ+に関する情報発信を行っています。

ラグビーに関する取り組み

2019年
8月　日本ラグビーフットボール選手会へLGBTQ+研修を実施。
9月　日本ラグビーフットボール選手会と協定書を締結。
ラグビーの国際大会の開催に合わせて、東京・原宿の「subaCO」にて「プライドハウス東京2019」を期間限定オープン。
元ラグビー日本代表の畠山健介さん、川村慎さん、World Rugbyでベストレフェリーにも選ばれ、ゲイであることをカミングアウトしているNigel Owensさん、3名のラグビー選手とレフェリーにプライドハウス東京の動画にご出演いただきました。
10月　国際ゲイラグビー（IGR）と日本チームの交流戦をサポート。

2021年
3月　エコパスタジアムで開催された「鈴与・セントパトリック グリーンカップ」にてパネル展示。
4月　ラグビーの村上愛梨選手のカミングアウトをサポート。
6月　ラグビー 15人制男子日本代表戦にて、情報発信ブースを設置。
7月　元ラグビー日本代表の五郎丸歩さん、廣瀬俊朗さん、村上愛梨さん、3名のラグビー選手にプライドハウス東京の動画にご出演いただきました。

知っておくべき用語

LGBTQ+（エル・ジー・ビー・ティー・キュー・プラス）

性的少数者を総称するときに使用されます。レズビアン（Lesbian）、ゲイ（Gay）、バイセクシュアル（Bisexual）、トランスジェンダー（Transgender）、クィア（Queer）またはクエッショニング（Questioning）の頭文字を取り、LGBTQだけに収まらない性の多様性をプラス（+）で表現しています。

レズビアン｜Lesbian
自身の性自認が女性で同性の女性が恋愛対象の人

ゲイ｜Gay
自身の性自認が男性で同性の男性が恋愛対象の人

バイセクシュアル｜Bisexual
自身の性自認に関わらず、男性も女性も恋愛対象の人

トランスジェンダー｜Transgender
出生時に割り当てられた性別と、自認している性別に違和がある人

クエッショニング｜Questioning
性的指向や性自認を決められない、分からない、あえて決めない人

クィア｜Queer
性的指向や性自認が多数派ではない人

SOGIE（ソジー）

性的指向（Sexual Orientation）、性自認（Gender Identity）、性別表現（Gender Expression）の頭文字を取った略称。
※ここに身体構造における性的特徴（Sex Characteristics）を含めてSOGIESC（ソジースク）と言われることもあります。性を構成する４つの要素です。

性的指向｜Sexual Orientation
ある特定の人に対する持続した魅力、つまり恋愛感情や性的関心がどの性別に向くかということ。恋愛感情を抱かないという性的指向（アセクシュアル：Asexual）もあります。

性自認｜Gender Identity
自分自身の性別をどのように認識しているのかということ。
身体的構造と必ずしも一致しているわけではありません。

性別表現｜Gender Expression
言葉遣いや服装、振る舞いなど、
社会の中で表現している自身の性別。

身体構造における性的特徴｜Sex Characteristics
性に関する身体的な特徴。
思春期の第二次性徴なども含まれます。

●発行団体：プライドハウス東京（アスリート発信チーム／企画・運営：一般社団法人S.C.P. Japan）●協力団体：日本ラグビーフットボール協会（JRFU）●助成団体：日本財団
※スポーツとLGBTQ+に関する情報や研修のご相談はアスリート発信チームまでお問い合わせください。
info@scpjapan.com

Supported by 日本財団 THE NIPPON FOUNDATION

プライドハウス東京が制作するLGBTQ+に関する各種ハンドブックは、こちらよりご覧いただけます。