

# スポーツを通じた 女性のエンパワーメント事業

2023年度  
プロジェクトレポート



大学生アスリートを対象にしたプログラムの事例

S.C.P. Japan × 野村ホールディングス株式会社

## Women's empowerment through sports 2023 Project Report

Case study of a program for female university athletes

S.C.P. Japan × Nomura Holdings, Inc.



**NOMURA**

## 146か国中125位

これは「経済参画」「教育」「健康」「政治参画」という4つの分野での、各国のジェンダー格差を評価した世界経済フォーラム「ジェンダーギャップ・レポート 2023<sup>\*1</sup>」で発表された日本の現在地です。

日本はジェンダー平等において多くの課題を抱えており、特に「政治参画」と「経済参画」におけるスコアの低さが指摘されています。女性の管理職や政治参加率は著しく低く、社会に女性の声が反映されづらい中で、平等な機会や選択肢を得づらいのが現状です。

そこで、一般社団法人S.C.P.Japan（以下、S.C.P.Japan）は野村ホールディングス株式会社（以下、野村HD）との協働事業を立ち上げました。スポーツをプラットフォームに大学女性アスリートが、主体性を持って自分らしい豊かな人生を選び取っていくために必要な力を養うことを目的とした研修を実施しています。

2022年度は、プロジェクトのパイロット版として、野村HDの専門性を活かした「ライフプランとお金の話」の単発研修を実施。2023年度は、世界経済フォーラムの4つの分野から、「教育」「健康」「経済」に焦点を当て、それぞれの分野の専門団体、専門家に協力を得ながら、6回のシリーズ研修に発展させました。（研修実績は表1を参照）

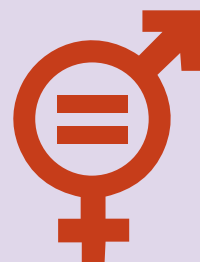
<sup>\*1</sup> 世界経済フォーラム「ジェンダーギャップ・レポート 2023」停滞するジェンダー平等 - 格差は正まで131年（2023年6月20日）  
<https://jip.weforum.org/press/2023/06/jenda-gyappu-repo-to-2023-surujenda-made131/>

**表1 スポーツを通じた女性のエンパワーメント研修の実績**  
(2023年度まで)

時期	チーム名 / テーマ
2022年9月	順天堂大学女子蹴球部 / ライフプランとお金の話（単発研修）
2023年3月	日本女子体育大学女子サッカー部 / ライフプランとお金の話（単発研修）
2023年8月	筑波大学女子サッカー部 / スポーツを通じた女性のエンパワーメントシリーズ研修（6回のシリーズ研修）
2024年3月	帝塚山学院大学 女子サッカー部、女子バレーボール部 / ライフプランとお金の話（単発研修）

### 目次

プロジェクトの背景	1 - 2
プロジェクトの3つの核となる分野 /	3 - 4
野村ホールディングス株式会社からのメッセージ	
スポーツを通じた女性のエンパワーメント研修	5 - 12
プロジェクトの概要	5 - 6
研修の内容	7 - 10
参加者からのコメント	11 - 12



## Project Background

# 125th out of 146 countries

This is Japan's current ranking as announced in the World Economic Forum Gender Gap Report 2023\*1, which evaluates gender disparities in each country in four areas: economic participation, education, health, and political participation.

Japan faces many challenges in terms of gender equality, with its significantly low scores in "political participation" and "economic participation" being pointed out. The rate of women holding management positions and participating in politics is extremely low, making it difficult for women's voices to be reflected in society thus, making it difficult for them to have equal opportunities and choices.

This is why S.C.P. Japan has launched a collaborative project with Nomura Holdings, Inc. (Nomura HD). Using sports as a platform, we will conduct training programs to help female university athletes develop various skills to achieve fulfilling life goals.

In the fiscal year of 2022, as a pilot version of the project, we held a training session on 'life planning and money' that leverages Nomura HD's expertise. In the fiscal year of 2023, we focused on 'education,' 'health,' and 'economy' - three of the four fields from the World Economic Forum report, and conducted a series of six training sessions working with experts and focused organizations in each field. (See Table 1 for training results)

\*1 World Economic Forum "Gender Gap Report 2023" Stagnant Gender Equality - 131 Years to Correct Disparities" (June 20, 2023)  
<https://jp.weforum.org/press/2023/06/jenda-gyappu-repo-to-2023-surujenda-made131/>

**Table 1. Training results for women's empowerment training through sports**  
(until 2023)

Date	Participating Club / Program
Sep 2022	Juntendo University Women's Soccer Club / Life-planning and money (single session)
March 2023	Japan Women's University of Physical Education Women's Soccer Club / Life-planning and money (single session)
August 2023	the University of Tsukuba Women's Soccer Club / Women's empowerment through sports (a series of six sessions)
March 2024	Tezukayama Gakuin University Women's Soccer Club & Women's Volleyball Club / Life-planning and money (single session)

## Table of contents

# GENDER EQUALITY

Project Background	1 - 2
Three core areas of the project /	3 - 4
Message from Nomura Holdings	
Women's empowerment training through sports	5 - 12
Program details	5 - 6
Session report	7 - 10
Testimonials	11 - 12

## プロジェクトの3つの核となる分野

### 教育



日本で義務教育における教育のジェンダー格差はあまり見られないものの、見えないところで教育のジェンダー格差は拡大しています。社会人になって学校教育以外の学びに参加した人の割合は男性が48%に対して女性は35%と低いです。自然科学、技術、工学、数学（STEM）領域を専攻する女性は少なく、日本では2019年時点で16%であり、OECDの国の中で最も低い国となっています\*2。また、女性の企業家活動も男性と比べて低く、アントレプレナーシップ（起業家精神）教育も必要とされています\*3。

\*2: OECD [Education at a Glance 2021]

\*3: Global Entrepreneurship Research Association  
[Global Entrepreneurship Monitor 2022/2023 Global Report: Adapting to a "New Normal"]

社会人になって  
学校教育以外の  
学びに参加した人の  
割合

男性 48% 女性 35%

STEM 領域を専攻する  
女性の割合 16%

(OECDの中で最も低い)

### 健康



セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツ（SRHR）に関する選択も、女性が自分らしい人生を歩んでいくために不可欠な要素です。私たちは、SRHRについて一人ひとりが適切な知識と自己決定権を持ち、自分の意思で必要なヘルスケアを受ける権利を持っています\*4。国際的には、UNESCOのガイダンスに基づく「包括的性教育（ジェンダー観や対等な人間関係の築き方、性的同意、性の多様性など、幅広い内容を発達段階に応じて学ぶ）」が推進される一方で、学習指導要領に基づく日本の性教育で取り扱われる内容は非常に狭く、不十分であることがしばしば指摘されています。法的に認可されている避妊法も限定的であり、避妊効果が高く女性の意思でコントロールできる避妊法は入手困難かつ高額です。

\*4引用：ジョイセフ「知ってる？わたしのSRHR」[https://www.joicfp.or.jp/jpn/know/about\\_srhr/what\\_is\\_srhr/](https://www.joicfp.or.jp/jpn/know/about_srhr/what_is_srhr/)

### 経済



自分らしい人生を描くために「経済的自立」は重要な要素です。しかし、現役アスリートの多くがお金に対する必要な知識を持っておらず、不安を感じています。また、投資経験のない半数以上が「何から始めたら良いかわからない」ことを理由として挙げています。

女性は男性より22.5%平均的に収入が低く\*5、妊娠・出産といったライフイベントの影響をより強く受けるため、個々人のライフプランに合わせた多様な働き方や計画的な資産形成の知識を身につけておくことが大切です。

\*5 内閣府男女共同参画局「男女間賃金格差（我が国の現状）」

現役アスリートで  
お金に対する  
不安を抱えている人の  
割合

約90%

現役アスリートで  
資産形成としての  
投資経験のない人の  
割合

75%

マイナビ  
アスリートキャリアによる  
2022年の調査より

## 野村ホールディングス株式会社からのメッセージ

女性にとって、若いうちからキャリアやライフプランを想像して、それに向けて備えていくことは、とても重要で、女性の経済的自立にも繋がります。充実した人生のために金融リテラシーの向上は不可欠な時代です。まずは、「知る」きっかけを作り、だれもが気軽に学べる環境を作っていきたいと考えています。

DEI 推進室 プロジェクト・マネージャー 大谷英子



## Three core areas

### Education

Although the gender disparity in compulsory education is not a major issue in Japan, the gender disparity in education in a wider context is on the rise and it is not always visible. The percentage of people who have participated in learning outside of school education, after entering the workforce, is lower at 35% for women compared to 48% for men. The number of women majoring in the natural sciences, technology, engineering, and mathematics (STEM) fields is low, with 16% in Japan as of 2019, the lowest among OECD countries\*2. Furthermore, entrepreneurial activity among women is lower than that of men, triggering a call for a separate entrepreneurship education for women, \*3.

\*2 : OECD [Education at a Glance 2021]  
\*3 : Global Entrepreneurship Research Association [Global Entrepreneurship Monitor 2022/2023 Global Report:Adapting to a "New Normal"]

The percentage of people who have participated in learning outside of school education  
Men **48%** Women **35%**

The number of women majoring in STEM fields  
**16%** the lowest among OECD countries \*2

### Health

Choices regarding sexual and reproductive health/rights (SRHR) are also essential part of women's rights. We believe that each individual is well- informed and has the right to making their own decisions regarding SRHR, and has access to the health care they need according to their own will\*4. Internationally, "comprehensive sexuality education (learning a wide range of topics, including views on gender, how to build equal relationships, sexual consent, and sexual diversity, etc., in accordance with developmental stages)" is being promoted based on UNESCO guidance. However, it is often pointed out that the content covered in Japanese sexuality education based on the national curriculum guidelines is extremely narrow and insufficient. There are only a limited number of legally approved contraceptive methods, and effective contraceptive methods that women can control are difficult to obtain and quite expensive.

\*4 JOICFP "Do you know? My SRHR" [https://www.joicfp.or.jp/jpn/known/about\\_srhr/what\\_is\\_srhr/](https://www.joicfp.or.jp/jpn/known/about_srhr/what_is_srhr/)

### Economy

Financial independence is an important element in creating the life you want. However, many active athletes lack knowledge about money and as a result, feel insecure. As for the reason, more than half of those with no investment experience said, "I don't know where to start." Women have an average income 22.5% lower than men\*5 and are more affected by life events such as pregnancy and childbirth, so it is important to acquire knowledge about diverse work styles and mid-to-long term asset building that suit each individual's life plan.

\*5 Cabinet Office Gender Equality Bureau, "Gender Wage Gap (Current situation in Japan)"

Approx. **90%** of Active athletes are worried about money

**75%** of active athletes have no investment experience in personal finance

From a 2022 survey by Mynavi Athlete Career

## Message from Nomura Holdings, Inc.

"It is very important for women to think about their career and life plan from a young age and prepare for it. This will also lead to their financial independence. Improving financial literacy has always been important for a fulfilling life and it is even more so today. We want to start off by creating an opportunity for people to familiarize themselves on financial literacy, then create an environment where everyone can easily access the information."

DEI Dept. Project Manager Eiko Otani

# スポーツを通じた女性のエンパワーメント研修

2023年8月、初めての実施となったシリーズ研修では、

下の6つのテーマに沿った4日間のプログラムを、筑波大学女子サッカー部の部員を対象に行いました。

2023年8月22日

**1** エンパワーメントとジェンダー  
- S.C.P. Japan

**2** 多様性と私の権利  
- S.C.P. Japan

2023年8月24日

**3** ライフプランニングと資産形成  
- 野村 HD

2023年8月29日

**4** セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツ(SRHR)  
／性と生殖に関する健康と権利  
- ジョイセフ

2023年8月31日

**5** アントレプレナーシップ(起業家精神)  
- 下山田志帆

**6** 目標設定  
- S.C.P. Japan

各セッションに、専門団体や大学生のロールモデルとなる方を招いて実施しました。

S.C.P. Japan は「①エンパワーメントとジェンダー」「②多様性と私の権利」「⑥目標設定」のセッションを担当しました。

野村HDは「③ライフプランニングとお金の話」、公益財団法人ジョイセフ(以下、ジョイセフ)は「④セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツ(SRHR)／性と生殖に関する健康と権利」を担当しました。

また、「⑤アントレプレナーシップ(起業家精神)」では、現役サッカー選手であり、ジェンダーの課題について積極的に発信している下山田志帆さんが講師を担当。現役サッカー選手兼起業家として活躍する下山田さんが、大学生のロールモデルとしてメッセージを届けました。

## 関係団体・個人

### 筑波大学女子サッカー部



「魅力あるチーム、輝ける人」というビジョンを掲げ、On/Off the pitchの目標達成に向けて、互いに切磋琢磨しながら日々活動しています。経歴や学類の異なる様々なメンバーがいる中で、試合分析などのOnの活動とともに、少女たちにサッカーを教える普及活動やSNSを通じた広報活動、企業と取り組みを行うスポンサー活動等、Offの活動も積極的に行っています。

### 公益財団法人ジョイセフ

女性。選択できる世界を。

JOICFP

すべての人が自分の意思で生き方を選択できる世界をめざして、基本的人権であるSRHR(Sexual and Reproductive Health and Rights:性と生殖に関する健康と権利)を推進する、日本生まれの国際協力NGOです。とりわけ、性による健康格差とジェンダー不平等に苦しむ女性の健康と権利を守る支援活動を行っています。

### 野村ホールディングス株式会社

NOMURA

約90の国籍の社員が働く野村グループでは、多様性を尊重した人材の育成は最重要課題の一つとしています。国籍、人種、性別、性自認、性的指向、信条、社会的身分、障がいの有無等を理由とする一切の差別を行わないことを「野村グループ行動規範」に定め、社内外を問わず、ダイバーシティ、エクイティ&インクルージョン(DEI)に取り組んでいます。

### ONside Fund

ONsideFund

国際的にスポーツをツールに、ジェンダー平等社会を目指すWomen Win(オランダ)が運営する助成プログラム。スポーツを通じたフェミニズムムーブメントを活動の柱にしている、複数の企業が共同出資した資金を活用するプログラム。2023年現在は51カ国、99の組織に100万ドル以上の助成をしています。

# Women's empowerment training through sports

In the first training series held in August 2023, a four-day program based on the six themes below was held for members of the University of Tsukuba Women's Soccer Club.

2023年8月22日

**1 Empowerment and gender**  
- S.C.P. Japan

**2 Diversity and my rights**  
- S.C.P. Japan

2023年8月24日

**3 Life planning and asset building**  
- Nomura HD

2023年8月29日

**4 Sexual and reproductive health/rights (SRHR)**  
- JOICFP

2023年8月31日

**5 Entrepreneurship**  
- Shiho Shimoyamada

**6 Goal setting**  
- S.C.P. Japan

Role models for students, from various professional organizations, were invited.

S.C.P. Japan was in charge of the sessions on "① Empowerment and Gender," "② Diversity and My Rights," and "⑥ Goal Setting." Nomura HD was in charge of "③ Life planning and asset building," and Non-profit organization JOICFP was in charge of "④ Sexual and reproductive health/rights (SRHR)."

In addition, for "⑤ Entrepreneurship," Shiho Shimoyamada, a professional soccer player, entrepreneur, and activist on gender issues, was the 'role model' and guest speaker for university students.

## Related organizations/individuals

University of Tsukuba Women's Soccer Club



With the vision of "an attractive team, shining individual," we work hard every day to achieve our goals On/Off the pitch. Amidst a diverse group of members with varied backgrounds and majors, we actively engage in both on-field activities such as match analysis, and off-field activities including spreading soccer awareness among young girls, public relations via social media, and collaborating with corporate sponsors.

Japanese Organization for International Cooperation in Family Planning / JOICFP

女性・選択できる世界を。  
**JOICFP**

We are an international cooperation NGO born in Japan that promotes SRHR (Sexual and Reproductive Health and Rights), a fundamental human right, with the aim of creating a world where all people can choose their own way of life. In particular, we work to protect the health and rights of women who suffer from sexual health disparities and gender inequality.

Nomura Holdings Co., Ltd.

**NOMURA**

Nomura Group, with its workforce consisting of approximately 90 nationalities, considers the development of human resources that respect diversity to be one of its top priorities. The Nomura Group Code of Conduct stipulates that we will not engage in any discrimination based on nationality, race, gender, gender identity, sexual orientation, beliefs, social status, presence, or absence of disabilities, etc., both inside and outside of the company. It is committed to diversity, equity, and inclusion (DEI).

ONside Fund

**ONsideFUND**

With the vision of "an attractive team, shining individual," we work hard every day to achieve our goals On/Off the pitch. Amidst a diverse group of members with varied backgrounds and majors, we actively engage in both on-field activities such as match analysis, and off-field activities including spreading soccer awareness among young girls, public relations via social media, and collaborating with corporate sponsors.

SESSION.

1&2

DATE.

2023

8/22

(火-TUE)

## 1 エンパワーメントとジェンダー

- S.C.P. Japan

## 2 多様性と私の権利

- S.C.P. Japan

はじめに、「女性が主体性を持ち、一生涯健康で豊かに生きていくための知識やスキルを学ぶこと」というプログラムの目的とその背景を共有しました。エンパワーメントは一人ひとりの選択肢を広げていく、力を獲得していく過程のことを言います。「教育」「健康」「経済」の3つの視点から知識やスキルを学ぶことで、自己肯定感や自信を高め、内なるパワーを高めることができることを伝えました。

後半は、「多様性と私の権利」をテーマに実施しました。はじめに、多様な海外経験を通じて得たジェンダーに関する講師の気づきを共有。アメリカやスウェーデンでは、多くの女性がプロ選手やコーチとして活躍する一方で、ザンビアでは、家庭の状況により学校教育を受ける権利も当たり前には保障されていない女の子たちがいる現状について話しました。国や地域によって、女性の持つ「当たり前」が大きく異なることに学生たちも驚きの表情を見せていました。

参加者も自分たちが身の回りで感じたジェンダーギャップについて話し合いました。女子サッカーチームの少なさや学校体育で女性にだけ与えられる特別ルールなどについて話が上がりました。

その後、女性のスポーツ活動を禁ずるタリバン政権下で、代表チームの身の安全のために尽力したアフガニスタン代表の元主将、カリーダ・ポパルさんを紹介。絶対的な力によって抑圧された環境下でも、常に当たり前を疑い、自分の持つ権利を知っていることの重要性を強調しました。

最後は、SOGIE (Sexual Orientation: 性的指向、Gender Identity: 性自認、Gender Expression: 性別表現) について説明し、自分の性のあり方を考えるためのツールである「ジェンダーユニコーン」を紹介しました。SOGIE に関する権利を学び、自分らしさを知り、性的マイノリティの人々を含む自分や周りの人の多様な性のあり方を尊重することが大切だと、講義を締めくくりました。





# 1 Empowerment and gender

- S.C.P. Japan

# 2 Diversity and my rights

- S.C.P. Japan

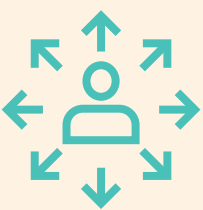
First, we shared the purpose and background of the program, which is "to help women gain independence and acquire the knowledge and skills to live a healthy and fulfilling life throughout their lives." Empowerment refers to the process of gaining power and expanding each person's options. We also explained that by gaining knowledge and skills from the three areas "education," "health," and "economy," their self-esteem and confidence will increase.

The second half was held under the theme of "Diversity and My Rights." First, the speakers shared their insights gained through their diverse overseas experiences. While many women are successful professional athletes and coaches in the United States and Sweden, they also talked about the contrasting reality of girls in Zambia, whose right to receiving school education is not always guaranteed, due to their family circumstances. The students were surprised to find that the concept of what is "normal" for women differs wildly, depending on the country or region.

Participants also discussed the gender gap they saw around them. They talked about the small number of women's soccer teams and the special rules given only to women in school physical education.

We then introduced Khalida Popal, former captain of the Afghanistan national team, who worked hard to ensure the safety of the national team during the Taliban regime, which forbade women's sports activities. Even in the most difficult and oppressive environment, the importance of always questioning the obvious and knowing your rights is paramount.

Lastly, SOGIE (Sexual Orientation, Gender Identity, Gender Expression) was explained and "Gender Unicorn" , a tool for thinking about your own sexuality, was introduced. The session concluded that it is important to learn about SOGIE rights, know who you are, and respect the diverse sexual orientations of yourself and those around you, including people from sexual minorities.





SESSION.

3

DATE.

2023  
8/24  
(木・THU)

### 3 ライフプランニングと資産形成

- 野村 HD

8月24日(木)、シリーズ研修 2日目は、野村ホールディングス株式会社 DEI 推進室の大谷英子さんと岩崎真理さんを講師に迎え「③ライフプランニングとお金の話」をテーマに、「資産形成」や「ライフプランニング」についてお話しいただきました。

「自分の将来をどのように歩んでいきたいか?」を考える上で非常に重要である「行動の自立、キャリアの自立、経済的自立」について、男女別の賃金水準や賃金格差の推移等の資料も交えながらご説明いただきました。また、「金融リテラシーを高めることで夢を実現する」ために必要なお金にまつわる6項目についてもご講義いただきました。

ライフプランシートを使い、自分の人生を思い描きながら、理想とする将来にはどのくらいの費用が必要なのかを考える時間も。想像するのが難しいと悩む参加者や、1億円以上の費用がかかることを知り、予想以上の額に驚く場面もありました。

最後は、将来に向けた資産形成を戦略的に行う重要性、社会課題解決につながる投資についてなど、私たちの身近な生活を例にしながら、インフレが進む今だからこそ考えるべきポイントも共有。参加者は「今回の講義をきっかけに一歩踏み出したいと思います」とコメントしました。

SESSION.

4

DATE.

2023  
8/29  
(火・TUE)

### 4 セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツ (SRHR) / 性と生殖に関する健康と権利

- ジョイセフ

8月29日(火)、シリーズ研修 3日目は「④セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス / ライツ (SRHR) / 性と生殖に関する健康と権利」をテーマに実施しました。

「体の健康」と「笑顔でいられること」が世界中の少しでも多くの人に届くように活動する国際協力 NGOジョイセフから林末由さんをお招きし、SRHRについてお話しいただきました。林さんによると、現在も世界で1日810人の女性が妊娠にまつわることで命を落としているといえます。

ジョイセフのI LADY CARDを使ったグループワークでは、「安心してセックスを楽しみたい。どうする?」というテーマやパートナーシップについて参加者同士が自由に話し合いました。

また、避妊法に関する情報も共有しました。日本では入手が実質的にほぼ不可能な方法が多く、認められている避妊法が少ないことやその理由、HPVワクチン・子宮頸がん検診を受けることの重要性、性感染症を予防するための方法などについてお話しいただきました。そして、国際的な基準で見た時の日本の性教育の現状についての説明や、ジョイセフの海外事業についてザンビアの例を挙げ、どのような取り組みをしているのかをご紹介いただきました。

研修の最後には、Love Act Decide Yourself! (自分を大切に、自分から行動できる、自分で決める、自分らしい人生を!) という意味である I LADYist 宣言を一人ひとりが思い思いに書きました。「自分と自分の大切な人を大切に生きて」「自分に正直に自由に生きる」などの宣言が上がりました。

### 3 Life planning and asset building - Nomura HD

On August 24th (Thursday), the second day of the series training, the speakers were Ms. Eiko Otani and Ms. Mari Iwasaki from the DEI Promotion Office of Nomura Holdings, Inc. spoke under the theme of ③ Life planning and asset building.

They explained that “independence in life choices,” “independence in career,” and “economic independence” are three important elements in life planning, using various gender pay-gap data. They also discussed six key points that are necessary to “realize dreams by increasing financial literacy.”

They also did an exercise using a life plan sheet to visualize their life and take time to think about how much money is needed to achieve their ideal future. Some participants struggled to imagine their future, while others were shocked to find that it would cost more than 100 million yen to achieve their plans.

Lastly, the speakers shared other important points to consider, such as the importance of strategically building assets for the future and investing to help solve social issues - using examples from our daily life. Those topics were especially relevant considering the recent rising inflation, a participant commented, “I would like to use this lecture as an opportunity to become more active.”



### 4 Sexual and reproductive health/rights (SRHR) - JOICFP



On August 28th (Tuesday), the third day of the training series was held with the theme of "④ Sexual and Reproductive Health/Rights (SRHR)/Sexual and Reproductive Health and Rights."

We invited Ms. Miyu Hayashi from JOICFP, an international NGO promoting “physical health” and “An environment that makes you smile” around the world, to talk about SRHR. According to Ms. Hayashi, 810 women still die every day from pregnancy-related causes.

During group work using JOICFP's I LADY CARD, participants freely discussed the theme of “I want to enjoy sex with a peace of mind. What should I do?” .

She also shared information about contraception methods. In Japan, there are many methods that are practically inaccessible, and there are few recognized contraceptive methods and the reasons for this were discussed. The importance of receiving the HPV vaccine and cervical cancer screenings, as well as methods to prevent sexually transmitted infections, were also discussed.

She then explained the current state of sexuality education in Japan from an international standard, and introduced JOICFP's overseas projects, using the example of Zambia.

At the end of the training, each student wrote their own I LADYist declaration, which means “Love Act Decide Yourself!” (value yourself, be able to act on your own, make your own decisions, and live your own life!). Declarations included “Respect and cherish myself and loved ones,” and “Live freely being honest to myself.”



SESSION.

5&6

DATE.

2023

8/31

(木・THU)

## 5 アントレプレナーシップ(起業家精神)

- 下山田志帆

## 6 目標設定

- S.C.P. Japan

8月31日(木) シリーズ研修最終日は、現役サッカー選手兼起業家の下山田志帆さんより「⑤アントレプレナーシップ(起業家精神)」を、S.C.P. Japan 代表の野口亜弥より「⑥目標設定」をテーマに実施しました。

まず、S.C.P. Japanの野口より「アントレプレナーシップとは？」について解説。単に起業を推進するという意味ではなく「新たな事業を創造し、リスクに挑戦する姿勢としての“起業家精神的行動”」を持つことが重要だと話しました。一方で、日本は他の先進国に比べ起業数が少なく、女性が経済活動に参画することへのハードルが高いことも示しました。

続いて、「自分の人生をオーナーシップを持ってつくっていく」というマインドを持つためにはどうしたらよいかについて、S.C.P. Japanの尾崎里奈との対談形式で、下山田さんの経験から学んだ多くのヒントを共有しました。

下山田さんは大学卒業後、ドイツのブンデスリーガで2シーズンプレーし、現在はなでしこ1部リーグで活躍しています(2023年8月時点)。2019年に日本のプロアスリートとして初めて同性愛者であることを公表。「普通はこうあるべき」をなくし、一人ひとりの個性が肯定される社会を目指して株式会社 Rebolt を設立しました。ジェンダーニュートラルなライフスタイルブランド「OPT」運営のほか、研修・ワークショップ等の多岐にわたる活動をしています。

“わがまま”を「WAGAMAMA」にする”というビジョンの会社を起業するに至った背景をはじめ、これまでたくさんの選択肢の中からどのような選択をしてきたか、決断の際に大事にしていたことなど、学生時代のエピソードも交えながらご紹介いただきました。

また、「やりたいことが見つからない」という参加者の悩みに対して「自分も含め多くの人が感じることであり、無理やり見つけなくてよい。まずは自分を知ること。どんな社会であってほしいか、どんな人たちを幸せにしたいかを言語化していくと見えてくるものがある」「まずはやりたいことがある人のところに行くこともひとつ」と答えました。

そして「自分の人生を自分だけで切り開くのではなく、他者からの視点や周囲の言葉を大事にして自己理解を深めていくことがやりたいことを見つける一歩になる」と、対談を締めくくりました。

最後に、参加者一人ひとりが今回のシリーズ研修を通して得た学びを振り返り、「私が私らしく人生を歩むために、私が大切にしたいこと」を記入。グループでの共有を通じてさらに理解を深め、全6回のプログラムを締めくくりました。



## 5 Entrepreneurship

- Shiho Shimoyamada

## 6 Goal setting

- S.C.P. Japan



On the final day of the series on August 31st (Thursday), Professional Soccer Player and Entrepreneur, Mx. Shiho Shimoyamada talked about ⑤ Entrepreneurship, and Ms. Aya Noguchi, S.C.P. Japan Representative, talked about ⑥ Goal Setting.

First, Ms. Noguchi from S.C.P. Japan explained "What is entrepreneurship?" discussing the importance of having "entrepreneurial behavior, which does not simply mean promoting entrepreneurship, but 'creating new businesses and taking on risks.'" It was also shown that Japan has fewer people starting their own businesses compared to other economically developed countries, and it is more difficult for women to participate in economic activities.

Next, in a talk session with Ms. Ozaki from S.C.P. Japan, and Mx. Shimoyamada they shared many tips on how to develop a mindset of "taking ownership of one's own life."

After graduating from university, Mx. Shimoyamada played in Germany's Bundesliga for two seasons and is currently playing in the Nadeshiko First Division League (as of August 2023). In 2019, they became the first Japanese professional athlete to publicly come out as queer. She established Rebolt Co., Ltd. with the mission to challenge the idea of what is "normal" and create a society where everyone is accepted. In addition to managing the gender-neutral lifestyle brand "OPT," they also actively conducting trainings and workshops.

They discussed how she started the company with the vision of "turning 'selfish' into 'WAGAMAMA(as we are),'" as well as the choices that they have made since they were a student, and what was important when making decisions.

Additionally, in response to a participant's comment that "I can't find what I want to do," they said, "This is something that many people, including myself, feel, and you don't have to force yourself to find it. The first thing you need to do is to know yourself. What kind of society do you want to live in? Who do you want to make happy? When you start verbalising these questions, it may become clearer" and "One thing you can do is to go to someone who knows what they want to do."

They concluded the conversation by saying, "Rather than building your life from scratch, deepening your self-understanding by valuing the perspectives of others and the words from those around you is the first step in finding what you want to do."

At the end, each participant reflected on what they had learned through this training series and wrote down "What I would like to cherish in order to live my life as my authentic self" and shared those in groups to deepen their understanding of the learnings.



## 研修参加者からのコメント

「スポーツを通じた女性のエンパワーメント研修」を受け、女性でもできる・女性だからできることにもっと目を向けていきたいと感じました。これまで女性だから諦めざるを得ないということが多々ありましたが、女性も活躍できる環境を社会が作る、そして自分自身も「女性だから」を言い訳にせず挑戦することが重要だと思いました。私は卒業後、女子校の教員になるため、この研修で学んだことを活かし、社会で活躍できる女性の育成を目指し、さらに私自身も輝き続けられるように精進したいと思いました。

2023年度  
筑波大学  
女子サッカー一部  
主将



野嶋 彩未

この研修に参加させていただき、女性にも女性らしく「輝ける場所」があるのだと感じ、とても嬉しく思いました。女性だから輝ける、活躍できる社会が当たり前になってほしいと思うと同時に、このような研修に多くの女性が参加して、一人でも多くの女性が自分らしさを忘れずに心躍るような毎日を送ってほしいと強く思いました。そしてこの研修の学びを今後に生かし、私は女子サッカー選手として、女子サッカー界から女性の活躍の輪を広げられるようにしていきたいです。

2024年度  
筑波大学  
女子サッカー一部  
主将



朝倉 陽菜

このプログラムに参加したことによって、人生の選択肢が増えた選手が多いのではないかと感じます。私自身、将来の考え方が変わりました。固定観念にとらわれず、自分が自分らしく生きていいということ、そしてそれを可能にするための知識を学ぶことができました。大小様々な決断を迫られることが多い大学時代に、授業では教えてはくれない、より実生活に近い知識や生きる術を知ることができる大変貴重な機会だと思います。部活動やスポーツを通じて、一人でも多くの女性がこのような知識を得ることができるよう心から願います。

筑波大学  
女子サッカー一部  
監督



田井 楓

### その他の参加者からのコメント

お金は身近なようで無関心だったので、もっと考えないといけないなと思いました。今後は様々な面からお金に目を向けていきたいと思いました。

セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルツ/ライツ (SRHR) について興味がある人、大切だと思っている人はとても多くいると思う。ただ、学ぶ機会がない、自ら参加するまでもないな... と思い、触れていない人が日本には多い気がする。それはもったいないし、この現状を変えたいと感じた。

将来のことを考えるというやはり、就職や進学などのことばかりを考えてしまうが、実際に就職なり進学なりをした後の生きる術。生きていくために必要な知識を学ぶことができた。このようなことを学ぶ機会がもっと身近に増えてほしいと思った。

終わってみるとひとまわり知識が増えて、得をしているような気分でした。今回学んだことを踏まえてこれからの人生を選択できるように知識を増やし、行動していきたいです。

今回のエンパワーメントは本当に貴重な時間となりました。自分の人生は自分で作る、ということでもまずできることから始めようと思います。



## Comments from participants

2023

University of Tsukuba  
Women's Soccer Club  
Captain

Ayami Nojima

After taking part in the "Women's Empowerment Training Through Sports," I felt that I wanted to focus more on things that women can do and the things we can do because we are women. Until now, there have been many times when I have been forced to give up because I am a woman, but I believe that it is important for the society to create an environment in which women can also play an active role, and that it is important for me to take on challenges without using "because I am a woman" as an excuse. After graduating, I will become a teacher at an all girls' school, so I want to use what I learned in this training to develop women who can play an active role in the society, and also work hard to keep my shine myself.

2024

University of Tsukuba  
Women's Soccer Club  
Captain

Haruna Asakura

I was very happy to participate in this training as I realized that there is a place for women to shine as women. I would like to see a society in which women can shine and play an active role. I would love to see more women participate in training like this so that more women can spend their days feeling excited and not forgetting to be themselves. As a female soccer player, I would like to use what I learned from this training to push for women's success in the women's soccer world.

University of Tsukuba  
Women's Soccer Club  
Director

Kaede Tai

I feel that many players became more aware of additional options in life by participating in this program. My own view of thinking about the future has changed. I learned that it's okay to live your life in your own way without being bound by stereotypes and gained the knowledge to enable that. During the university years, you are often forced to make big and small decisions about your life. I think this is an extremely valuable opportunity to acquire knowledge that are more relevant to real life, rather than what is taught in class. I sincerely hope that as many women as possible have opportunities to do the same through club activities and sports.

## Comments from other participants

I thought I understood what money was about, so I didn't care too much about it. This training made me realize that I need to take it more seriously. In the future, I would like to pay more attention to money from various aspects.

I think there are many people who are interested in the topic of sexual and reproductive health rights (SRHR), but they either don't have the opportunity to learn or they don't realize that it is relevant to them. It is very unfortunate and, and I want to change that.

When we think about the future, it tends to be about getting a job or getting a higher education, but it's also about what happens after starting the job or finishing the course. I was able to learn the valuable life skills on how to live. I wish there were more opportunities to learn things like this.

At the end of it all, I feel like I've gained a whole new level of knowledge and come out ahead. With what I've learned this time, I want to continue increasing my knowledge so that I can make choices for my future life, and I intend to take action.

This empowerment session was extremely valuable. It made me realise I am the one in charge of my own life, and I will start right away with what I can do.

## 一般社団法人 S.C.P. Japan

「スポーツを通じて、一人ひとりが自分らしく歩んでいける未来をつくる」をビジョンに掲げ、スポーツを通じた共生社会づくりを行っています。

①運動遊びを通じた共育事業、②教育・研修事業、③交流事業を通じて、障がい、女性・女兒、LGBTQ+、国際協力、セーフガーディングといった幅広い分野にアプローチしています。

## S.C.P. Japan

Our vision is “Through sports, we will create a future where each person can live their own life,” and we are working to create a cohesive society through sports. We work in a wide range of fields such as disabilities, women and girls, LGBTQ+, international cooperation, and safeguarding through (1) co-education programs through sports, (2) education and training programs, and (3) exchange and networking programs.

発行元 ● 一般社団法人 S.C.P. Japan  
協賛企業 ● 野村ホールディングス株式会社  
助成団体 ● ONSIDE FUND

Publisher ● General Incorporated Association S.C.P. Japan  
Sponsoring company ● Nomura Holdings, Inc.  
Grant organization ● ONSIDE FUND

**ON**SIDE FUND

