

パネルセッション テキスト

みなさん、こんばんは。

ボディメンテナンススタジオ ニナルの大森あきです。

今日は「インクルーシブな運動施設を運営することで得られるもの」というタイトルをつけました。

ちょっとみなさんにとっては、わかりにくいタイトルになってしまったかもしれません。というのも、わたしが話したい内容は、これから運動施設を運営していこうと考えている人、現在運動施設を運営している人や関わっている人に向けてお話ししたい内容だからです。

しかし、最近はジムやヨガスタジオなどみなさんにとっても、運動施設はすごく身近になったと思います。

行ったことがある人もない人も、なぜ運動施設がインクルーシブである必要があるのか、また、現在はどんな課題があるのか、についてみなさんと考えていけたら、ニナルの今後の運営の参考にもさせていただきたいと思います。よろしく願いいたします。

まずは自己紹介をさせていただきます。

ニナルは2019年から活動しています。はじめはフリーランスのパーソナルトレーナーとして、レンタルスペースやエステサロン内で運動指導やヨガのクラスを行っていました。

活動をはじめた当初から、健康志向の強い現代においてジェンダーがからむ課題はなんだろう？と疑問をもち、運動だけでなく学習会や交流会を開催しました。

そこで1回目の学習会のテーマをLGBTQとSOGIIにしました。

講師にお招きした塩安さんからのお話しで、LGBTQを感じる運動施設へのハードルなども知り、誰もが安心できる施設が必要だと感じ2021年にクラウドファンディングを行い、ボディメンテナンススタジオ ニナルを立ち上げました。

コンセプトを「フェミとクィアのがんばらないトレーニングスタジオ」とし、パーソナルな空間でトレーニングやヨガやよもぎ蒸しができ、フェミニズムに関する本を設置したり読書会や学習会を行える空間にしました。

もちろん、LGBTQフレンドリーであることも明記し、毎月レインボーマスルというLGBTQ当事者が安心して自分のセクシュアリティのまま参加できるグループクラスも開催しています。

カテゴリーで分けると、ニナルは「パーソナルジム」や「パーソナルスタジオ」となるのですが、そもそもジムと聞くとどんなイメージがありますか？

ジムで検索するとこんな画像が出てきます。

一般的に駅前などにある24時間ジムやポスティングされるチラシなど、こんな写真が使われていませんか？

筋肉をアピールする強い男性、をイメージするような写真だったり、実際のジムの内装も黒を基調とした鏡張りの部屋だったりします。

また、ブラトップにレギンス姿の写真が多いのは女性向けの広告だったりします。

ヨガスタジオの広告なども、肌の露出が多く、細く引き締まったからだを推奨しているように見え、自分のからだを評価されるような感じがしませんか？

ニナルが1周年を迎えた際に、この全国大会プレ企画1としてアンケートを取っていただきました。

その中で見えてきた課題や、運動施設にハードルを感じている人たち、様々な社会的マイノリティの人たちが求めるニーズを大きく4つにまとめました。

その1、更衣室やトイレなどセクシュアリティで分けずに、個室の環境を整える。これは多くの施設で課題となるハード面ですが、実はもうすでにクリアしている施設も多いです。

というのも、コロナ禍でスタートした施設などは今までのような大勢で着替えたりするロッカールームを廃止しているジムも多いからです。ロッカーはオープンスペースにあり、着替えができる個室の部屋があるといった施設は増えました。

その2、プログラム内容をジェンダーで分けない。見た目で目的を決めつけない。「女性ならこうなりたいでしょ」「男性はこうあるべきでしょ」といったステレオタイプをプログラムに落とし込み、参加する人の目的を強引に決めつけてしまうという課題。さらには想定していない人を暴力的に排除しているということがあります。

その3、従業員、スタッフ、トレーナーなど関係者が適切な研修を受け、知識と経験を身につける。これは去年のアンケートでも多くの人が運動施設に求めているということがわかりました。

その1にあったように、システム上クリアしていたとしてもスタッフの対応やトレーナーの発言などにより嫌な思いをしたという人が少なくないです。逆に言うと施設の構造などすぐには対応できないという場合でも、スタッフの対応によっては安心して利用できる場合もあると思います。

最後は、利用者も含めすべての人に差別禁止ポリシーを明示することです。多くの施設が取り入れることで、この社会全体にもきつと影響していくのではないかと思います。

例えば更衣室が女性と男性に分けられていたとしても、本人が望む更衣室を利用すべきといったことや、どのような場合であっても差別や犯罪を許さない、しかしどのような場合にも起こりうるということを啓発ポスターにしたり、ホームページに記載できると思います。

例えばこちらは、ニナルのポリシーとしてホームページ、コンセプトブックに記載している内容の一部です。

実はニナルがオープンしてすぐ取り組んだ内容のひとつに、運動指導者やインストラクター向けの研修というものがありました。

ところが多くのインストラクターから言われたことが、「今は必要ない」ということです。要するに、そこにメリットが感じられない、必要性がわからないといった人が非常に多いのです。

正直、施設側のメリットなんて関係ないです。現に利用したくてもできない、わたしも含め利用して嫌な思いをした人たちがいる、だからもっと運動施設がすべての人にとって安心安全な開かれた場所になるべきだということを広めていきたいという思いでやってきました。

ところが、実はニナルを運営してわたし自身が得られたことがあるのです。新たな出会いや発見と自らの安心です。

1年間で本当にたくさんの方が足を運んでくれました。わたしが知っていることやニナルで取り組んでいることはこの社会の課題のほんの一部にすぎません。たくさんの人に出会うことで、様々な社会の課題を知りニナルを運営する上で必要なことを発見することができました。そして、誰もが安心して運動できる環境は、同時に自分自身が安心して過ごせる環境ということに気づきました。

もしも、現在も含めてこれから運動施設や運動指導に携わる人がいましたら、これは確実にお伝えしたいことですが、セクシュアリティやジェンダーというのはすべての人に関係のあることです。一緒に働くメンバーも自分自身も。差別を容認しない環境、自分らしくいることを受け入れてくれる環境というのは、利用者だけでなく従業員にとっても心地良くパフォーマンスが発揮できる環境です。

大げさかもしれませんが、最後に、からだを知って運動って楽しいと思えたら、明日からまた生きようと思える。

心身の疲れをメンテナンスするのに、適度な運動はストレス発散にもなるし明日につながる行為だと思います。

ある人にとっては、もう明日生きるのもしんどい世の中です。そんな社会で生きていくためにも、インクルーシブな運動環境をこれからももっと広めていきたいと考えています。

以上です。

ありがとうございました。