

**BACHIKO**  
FUNNY & ENJOY



なにか事業をはじめたい  
これまでのブランディングを考え直したい  
散らかってる見た目を整えたい  
説明が困難なものを分かりやすくしたい  
かわいいイラストを描いてほしい  
脳内にある作りたいものを形にしてほしい

このようなご要望を抱かれています方や  
事業者さまのお力添えをすることが  
基本的な「ばちこ」のお役目です

元来ワガママで諦めの悪い頑固な性格のくせに  
(丑年なことも相まってか)何もかもが牛歩スピード  
隣の芝生が青すぎてまぶしい時期もありました  
規模も大きくて誰もが憧れるお仕事  
手離れもよくお金もしっかり稼げるお仕事  
自分の功績にも大きく繋がるようなお仕事  
敷居も過去に比べて随分と下がり  
多くのデザイナーが蔓延しているこの世の中で  
欲望や理想を言い出したらキリがありませんでした  
随分と丸くなったもんです 身も心も

幼少より宮沢賢治やブラックジャックの生きざまに憧れて  
なんでも相談に乗れる「野良デザイナー」になりました

近い存在だからこそまずは身近で困っている人を  
デザインの思考や見解などで可能な限り支えること  
些細でも出来ることをしてお伝えすること  
みなさまと築き上げていくデザインの時間を  
とにかく一緒に思いっきり楽しむこと  
幸せにするだなんて大袈裟なことは言えませんが  
これが私の根底にある詩人のようなキザなハートです\*

そんな想いを抱いて今日も明日も黒子のように  
色々な街を駆け回っていくのでしょう

\* ケツメイシ「トレイン」より

さすらいの  
野良デザイナー  
ばちこ



## Graphic design

販促やブランディングに関わるビジュアル制作を幅広い視点でご提案いたします。  
営業活動やアピールとして欠かすことのできない、ロゴデザインや名刺の制作、  
パンフレットやチラシなどの紙媒体はもちろんのこと、冊子やグッズ制作などにも対応しています。

## Package / Sign

表現は平面だけにとどまらず、食品や雑貨などのパッケージや、  
店舗内グラフィックスや看板各種などのご提案も可能です。  
立体だからこそ表現できる魅せ方や遊び心など、場合によっては素材の選定まで柔軟に対応いたします。

## Illust / Comic

イラストや漫画をデザインに使用することで、難解なものや複雑な事柄をより分かりやすくすることが可能です。  
加えて「親近感」や「安心感」を与え、より手に取りやすいサービス向上を目標としています。  
適切かつご要望のテイストで1カットから承っております。

## Web / LP / SNS

WebサイトやLP制作も内容に応じて承っております。  
また、各種SNSを使用した販促のお手伝いも行っており、サムネイル画像やショート動画制作も可能です。  
SNSの更新や運用も承っておりますが、SEO対策やマーケティング戦略など、  
より専門性の高い内容についてはお受けできない場合もありますので、ご了承ください。

## Photo / Movie

商品の物撮り・飲食店メニューのイメージ撮影や、プロフィールやイベントなど  
人物の写真撮影などにも適宜対応しています。また、ジンバルを用いた映像撮影・編集も可能です。  
いずれも簡易的なものは私で対応できますが、より高いクオリティをお求めの場合は  
信頼できるパートナーにお繋ぎすることも可能ですのでお気軽にご相談ください。

## Funny & Enjoy

制作に関わる時間や行いの全ては、自ずと成果物の雰囲気にも生み出されてくるものだと、  
これまで皆さまと近い距離感で携わってきたからこそ私が心から感じていることの一つです。  
真面目さの中にも、お客様と共に「楽しいモノ作りのプロセス」を築き、  
笑いや遊び心を忘れないデザインへの取り組みを心がけています。



### 草場 智湖

1985年3月1日 長崎市生まれ

大阪のデザイン専門学校を卒業後  
いくつかのデザイン事務所や  
キャラクターデザイン制作会社に勤務。  
5年ほど正社員勤務をしたのち  
2010年に東京に移住し友人と沼袋でルームシェア生活。  
就職活動をしている間に個人での仕事が膨らみ始め  
そのままゆるりと個人事業主デザイナーへ。

2012年の夏、埼玉県の前橋市にお引越し。  
安心して暮らせながら若く活気のある平和な街に癒され  
すっかり前橋に定着している最近です。  
(2024年現在)

好きな色 紫 / 黄色 / 虹色  
好きなこと 音楽を聴く / 音楽フェス / お笑い / カラオケ / カメラ / ラジオ / 人と飲むお酒  
座右の銘 人畜無害  
嬉しいもの 意外性 / 洋酒を使いまくったお菓子(お酒入りチョコ・サバラン)  
嫌いなもの 虫の侵入と遭遇 / 柔らかく炊いたお米

しゅさばちこ

# LINEスタンプ あります



# Works

これまでの実績



## 診療所と大きな台所のあるところ 「ほっちのロッヂ」

Client 医療法人社団 オレンジ / 株式会社ReDo

Place 長野県軽井沢町

Join 2018年より継続

Project 自分の好きな暮らしを医療とともに考える場所の構築 / 診療所・病児保育・大きな台所

ロゴデザイン / クラウドファンディングやスタートアップに関わる紙媒体・Webツールのディレクションとデザイン / Web新規制作

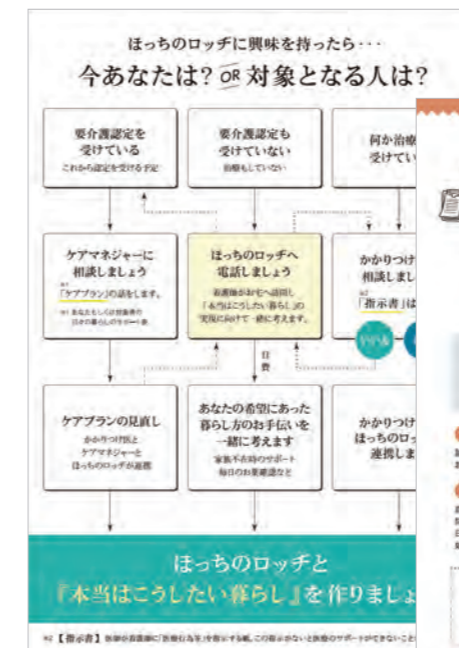


2022年度 グッドデザイン賞  
第10回アジア太平洋地域高齢者ケアイノベーションアワード2022 最優秀賞  
第14回口ハスデザイン賞「コト」大賞

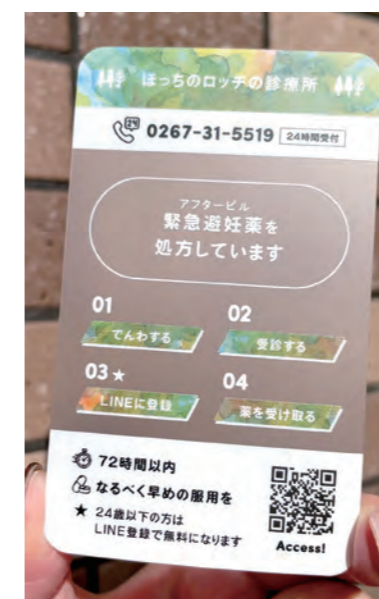
※取り組みに対しての受賞歴



名刺デザイン



A5リーフレット各種



SOSカード(透明)

### Concept / logo

様々な色の重なりで多様性を、  
手書きの暖かみのある文字とイラストで軽井沢の  
豊かな自然と柔らかな彩りのある場所を表現。  
医療らしさを可能な限り排除し、  
新しい取り組みによる人と地域の交わりを意識。



# 石川県白山観光協会 「白山ベストガイド」

Client 一般財団法人 白山観光協会

Place 石川県白山市

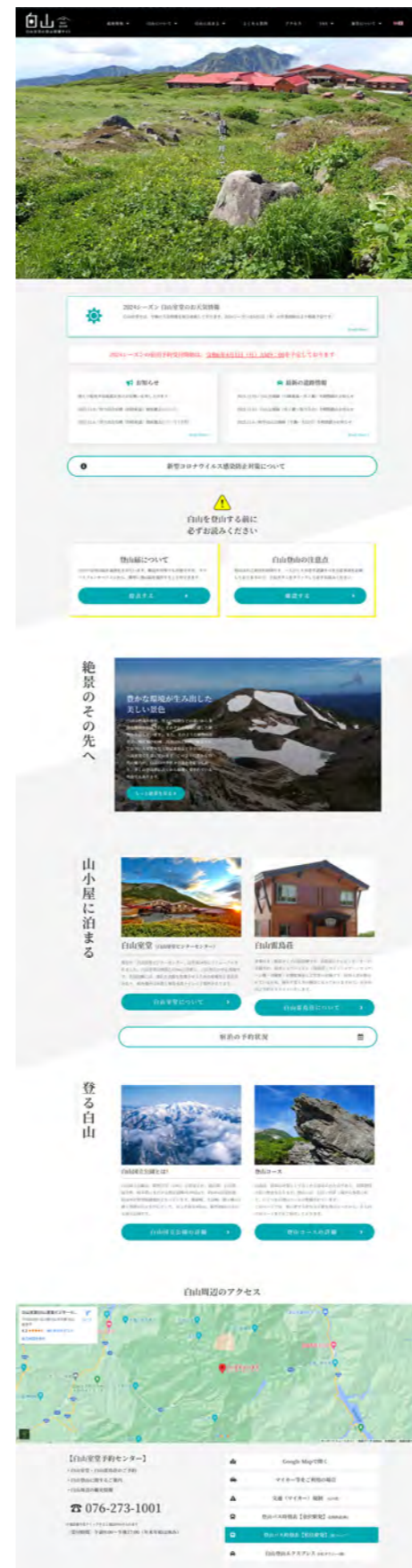
Join 2021年より継続

Project Webサイトリニューアル

デザイン制作 / 編集・構成 / ディレクション / 撮影・取材



白山ベストガイド / Web  
WordPressでの構築  
レスポンスデザイン



旧Webサイト

## リニューアル前のご要望と改善点

- ・静的HTMLにつき日々の更新が非常に手間
- ・登山者にとって一番有益である現場の天気情報を更新しやすきたい
- ・古い仕様のものをなんとかツギハギで更新していた
- ・スマホに対応していないので見にくい
- ・Webサイトの内容が乱雑しており電話の問い合わせが多い

## 改善点とコンセプト

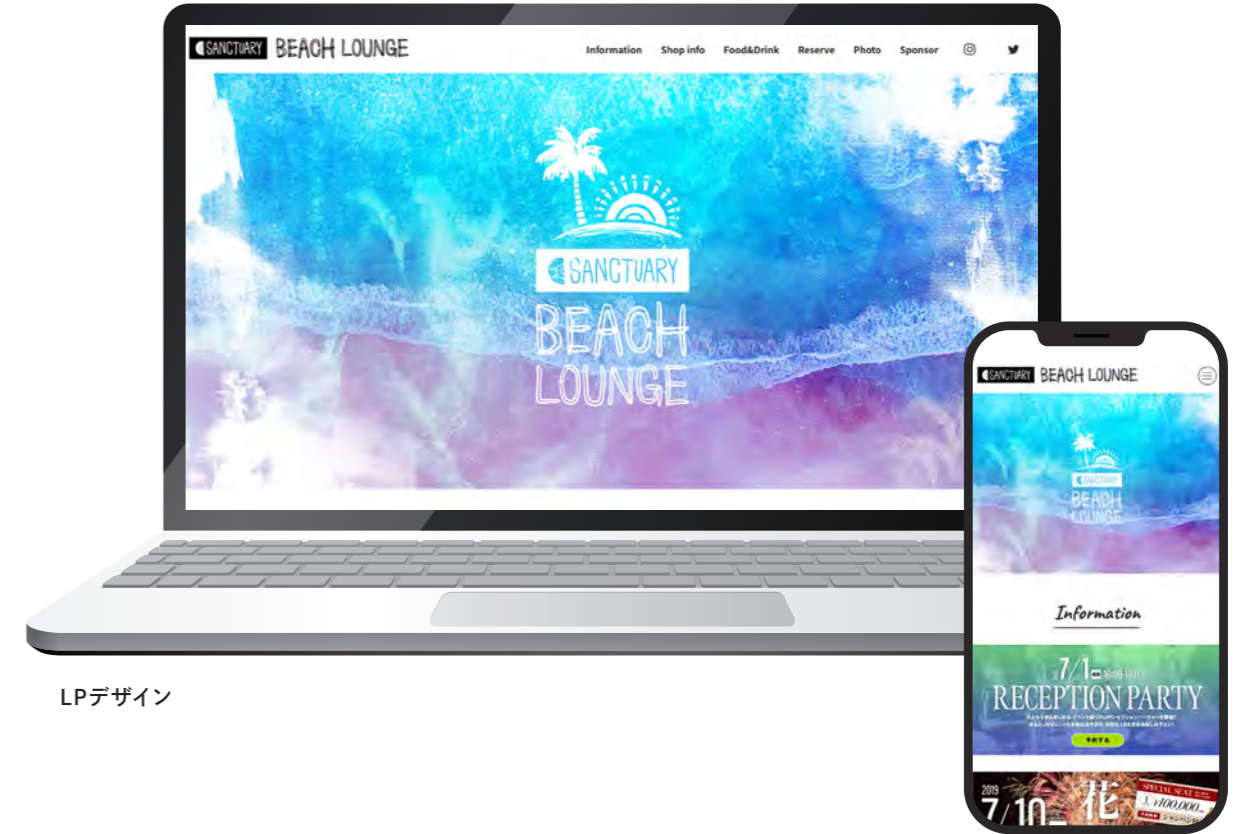
レスポンスデザインであることは当然達成する目標ではありながら最大霊峰といわれのある「白山」の荘厳さと登山道の整備など人の手が直接細やかに行き届いている丁寧さを表現。また、以前の事務的な内容から、働き手の見えるリアルな現場の様子を実際に白山へ登山し、細やかに取材・編集を行いページへの落とし込みを実施。

由比ヶ浜 海の家  
「SANCTUARY BEACH LOUNGE」

Client 株式会社ドリームキャスト・株式会社ウルトラダイレクト  
Place 神奈川県鎌倉市  
Open 2019年7月1日(月)~8月24日(土)  
Project ロゴデザイン制作 / グッズ制作 / メニューデザイン



めざましテレビでも  
取り上げられました



LPデザイン



スタッフTシャツデザイン



大人も子供も楽しめる、イベント盛りだくさんのレセプションパーティーを開催！  
有名DJやタレントも多数出演予定の、特別な1日をぜひお楽しみください！



当日は、有名料理店  
「GORI 西麻布」との  
特別コラボメニューも  
ご提供いたします！

レセプションパーティー案内

**BBQ Course** ¥4,500-

- ビーチラウンジベーシックBBQ
- ビーチラウンジスペシャルBBQ
- ビーチラウンジラグジュアリーBBQ

**Special Menu**

「西麻布GORI」との特別コラボ  
こだわり抜いた、新鮮な鎌倉野菜を  
活用した、特別なメニューをご用意！

漢方豚のキーマカレー  
漢方豚のゴロゴロミートソース

**A la carte**

パセリとオリーブオイルを合わせた	¥600-
ロインズボート	¥600-
ナチョスチップス	¥600-
生ハムの刺身	¥800-
ペペロンチーノ	¥900-
カクテルシュリンプ	¥800-
オリーブのり合わせ	¥500-
いちごアボカドのモツツラチーズサラダ	¥1,000-
鎌倉野菜の冷やしトマト	¥700-
新鮮な魚と野菜のシラスと鎌倉野菜のペペロンチーノ	¥900-
ステーキ100g 鎌倉野菜を添えて	¥2,800-
ステーキ150g 鎌倉野菜を添えて	¥4,000-

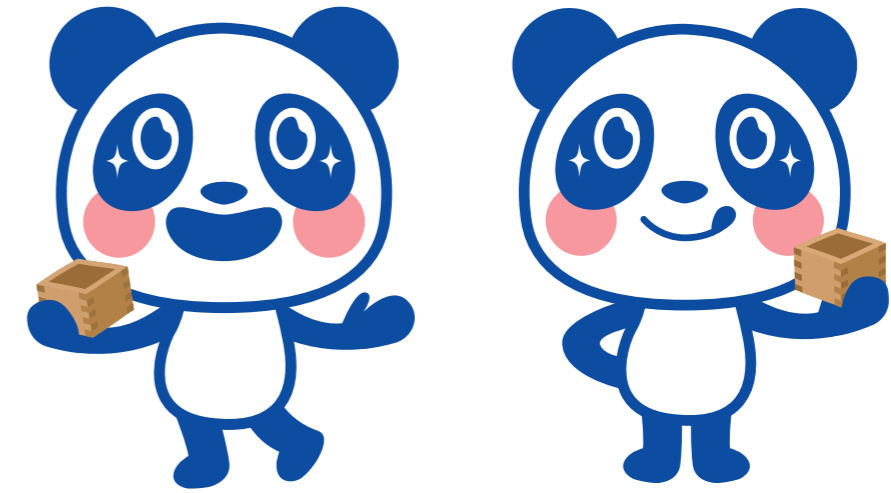
メニューデザイン

上野恩賜公園  
「酒屋角打ちフェス」

Client 東京小売酒販組合 / 東京酒販協同組合連合会 / TOKYO酒屋魂実行委員会  
Place 東京都台東区  
Open 2022年より継続  
Project キャラクター制作 / 名刺・パンフレット・チラシ制作 / 看板・グッズ制作



会場ターボリン看板



パンダキャラクター制作



お猪口ストラップ



おちよこ

当日配布パンフ



店舗用布看板

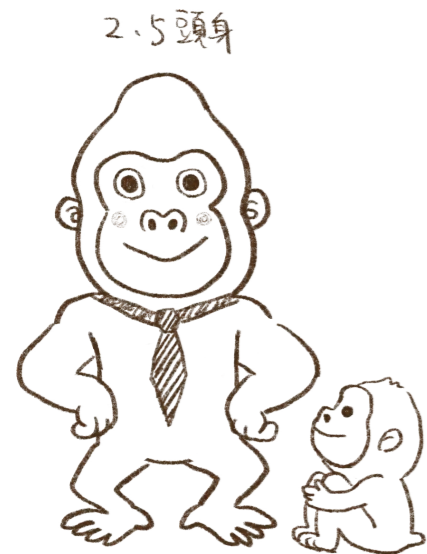
# 株式会社 シルバーバック

Client 株式会社 シルバーバック / 児童書、知育関連商品、七田式知育ドリルなどの出版と卸

Place 東京都新宿区

Join 2023年

Project キャラクター制作



【2.5頭身案】

大人のゴリラをより感じられるデザイン案です。ポーズもしっかり分かりやすく表現が可能です。足の指も出来るだけ本物に忠実に近づけてデフォルメ的な表現をしています。コチラの案ではネクタイを首に巻いています。



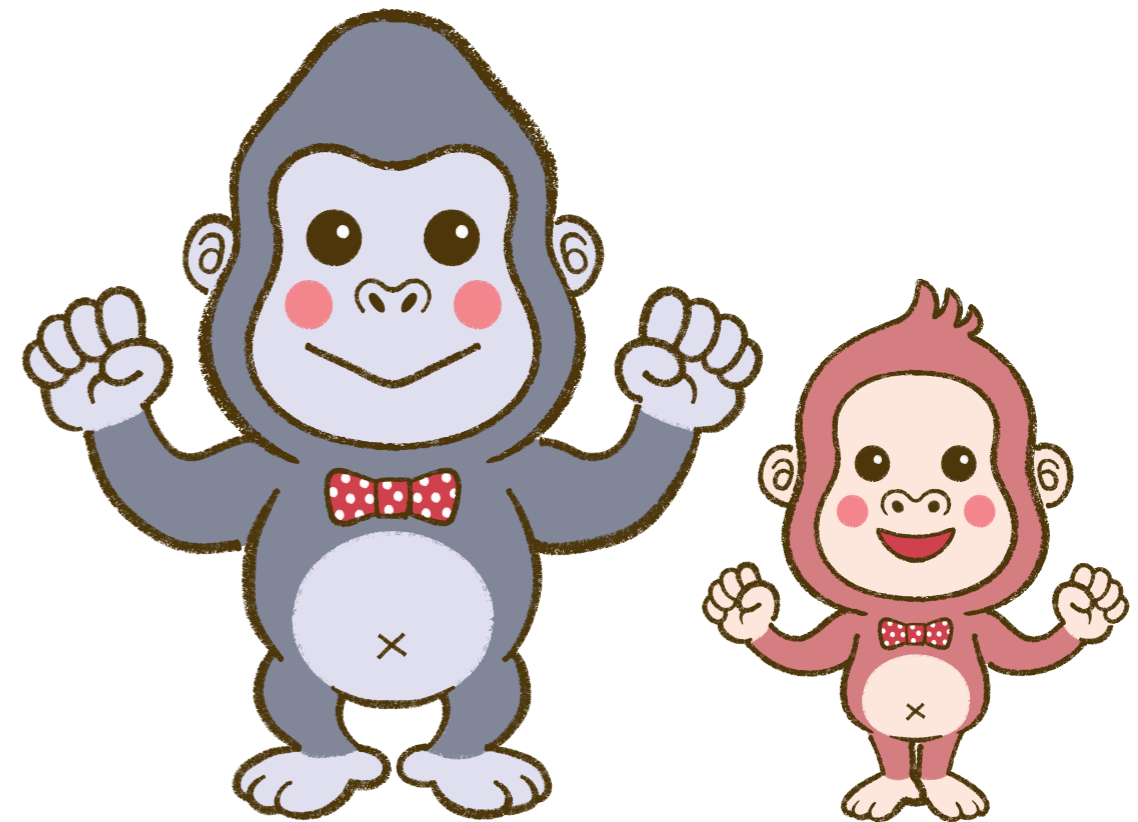
【2頭身案】

大人のゴリラではありますが、2頭身になることで一層可愛さが際立つデザイン案です。コチラの案では蝶ネクタイを巻き、おへそでチャームポイントを演出しました。足は2.5頭身よりも塊としてデフォルメしています。



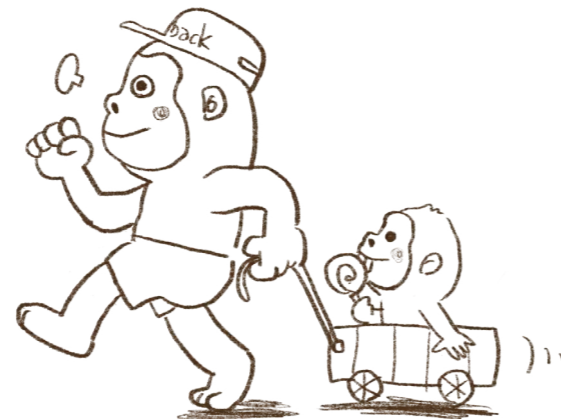
【ゴリラに忠実案】

ポーズなどを本物のゴリラの動きや佇まいに限りなく近づけたデザイン案です。人間のよう直立はせず基本系としては父子ともに四つん這いでの立ち振る舞いになります。



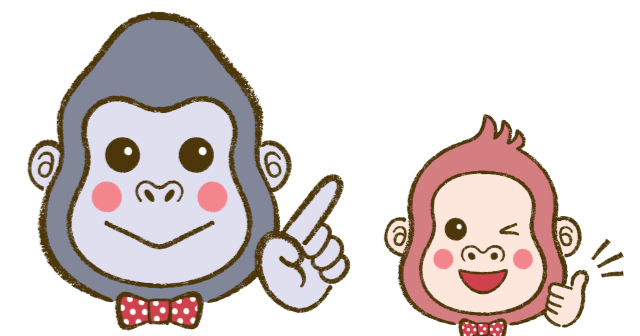
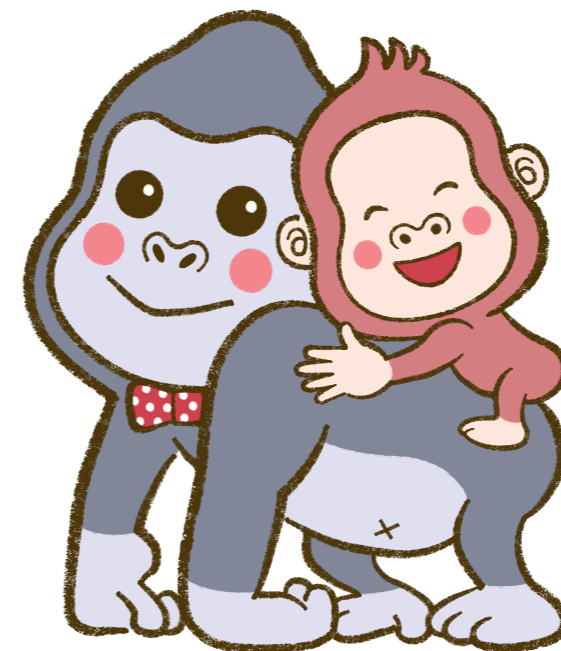
【ゴリラは家族の時間を大切に動物】

今回のキャラクター制作にあたり、ゴリラの習性などを今一度勉強いたしました。その他の類人猿の中でも、ゴリラの持つ強い力は比較的弱いものために使います。特にお父さんゴリラは「家族の時間を大切に動物」であり子供とよく遊んでいる姿が目撃されるそうです。笑顔に寄り添うシルバーバック様の生み出すコミュニケーショングッズに対する想いとリンクすることもあり玩具と子育ての様子が伺えるようなポーズ案をご提案したいと考えています。



【人間のようなデフォルメ演出】

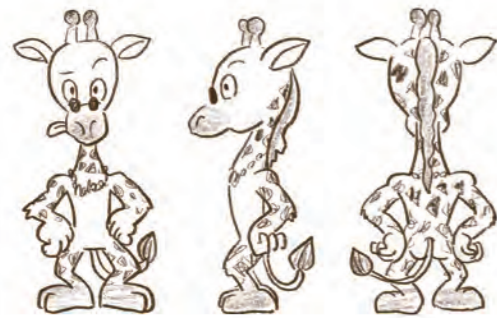
様々なシチュエーションなどで多彩な表現をすることが可能かと存じます。また、こちらのポーズ案ではシルバーバック様のキャラであることをしっかり主張できればと思い帽子に「Silverback」と入れるなどご提案させていただきました。





# 株式会社トック企画

Client 株式会社トック企画 / クリエイティブ事業  
 Place 東京都江東区  
 Join 2023年  
 Project キャラクター制作 / Webサイトキービジュアルイラスト制作



▲ ラフ原案



## キャラ設定[キリン]

性別 オス  
 名前 Nelson ネルソン  
 性格 怠け者 / カッコつけ / 遊び人 / 女好き / 酒飲み  
 趣味 旅行 / バックパッカー  
 将来の夢 南の島でのんびり暮らす

## キャラ設定[アカハシウシツツキ]

性別 メス  
 名前 Sabrina サブリナ  
 性格 働き者 / まじめ / オシャレ  
 趣味 音楽鑑賞 / 特にモーツァルト / ショッピング  
 将来の夢 女優

## 二人の関係性

怠け者で働かないネルソンにイライラしているサブリナ  
 たまにクチバシでつついたり、足でつねったりする

## なぜ「キリン」と「アカハシウシツツキ」なのか？

キリンの歯医者さんは小鳥？  
 キリンが歯をきれいにしてもらっているのです。  
 アカハシウシツツキはキリンなど、  
 大型ほ乳類の口の中にある食べかすなどを食べるんだそうです。

キリンの皮膚のダニも食べる。  
 キリンにぶら下がって寝る。  
 動物で生活することで「常にチャンスを狙っています」  
 ※鳥たちの餌になるのは血を吸う寄生虫の類だけではない。  
 動物たちの粘液や血液、鼻水に至るまで、あらゆる体液を口にしている。

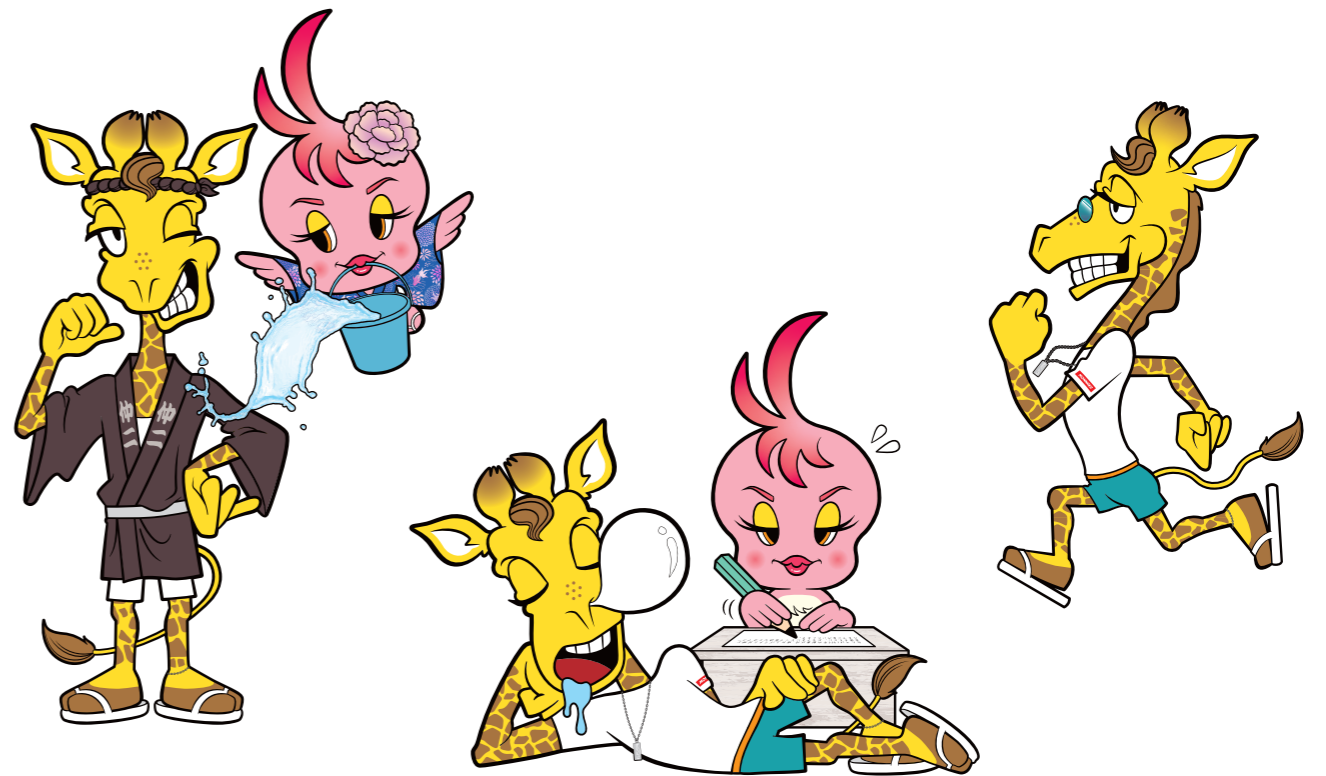
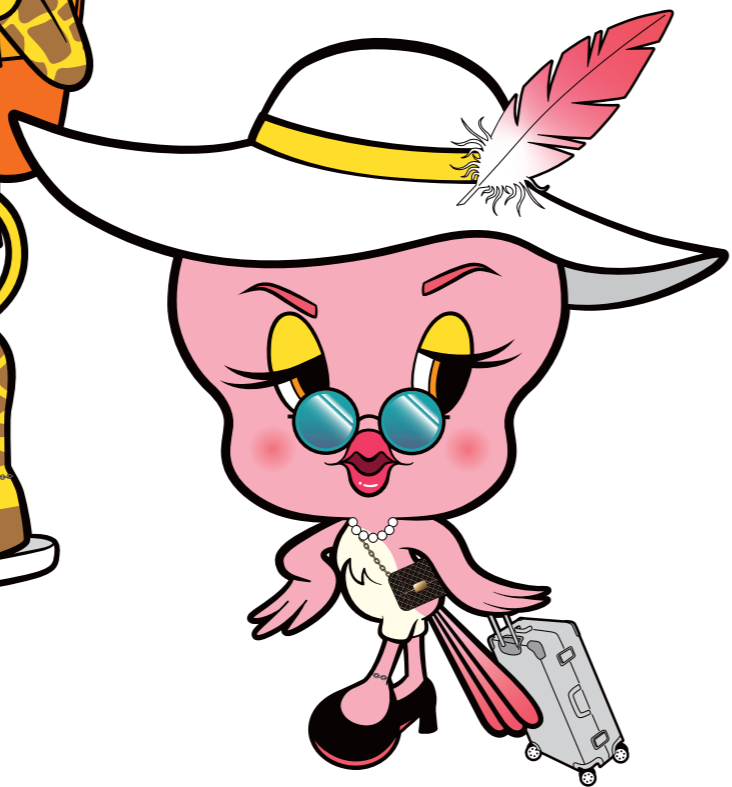


キリンの口の中を掃除している様子



ご依頼のテイスト  
 本社ビルのある門仲仲町の俯瞰図をデフォルメしたToonTownのようなアメコミ風の世界観を希望。  
 それに伴い、ワイリー・コヨーテやトゥイーディーを参考とし躍動感のあるキャラクターとして方向性確定。





株式会社スリーエー

Client 株式会社Three-A / Salesforceを軸としたCRMの構築と導入・コンサルティング・システム開発  
 Place 東京都豊島区  
 Join 2017年より継続  
 Project 会社設立に伴うロゴデザイン制作・名刺やパンフレット制作 / 展示会用ツール制作



名刺デザイン



椅子カバー



イベント用アロハシャツ



Concept / logo

企業理念である「行動・態度(心構え)・雰囲気」の3つの要素を大文字の「A」を用いてトライアングル状に表現。ピラミッドのようなパワーを持ったイメージのほかにカメラのファインダー(通常は四角状)を模しており世の中やクライアント様の抱える様々な問題や課題の本質にしっかりとフォーカスを当て、様々な解決や更なる発展をイメージし制作。



採用募集パンフ



# 合同会社Good Communication Japan

Client 合同会社Good Communication Japan / スクール事業・クリエイティブ事業

Place 東京都新宿区

Join 2023年

Project リニューアルにおけるWebサイトデザイン制作 / LINEスタンプ制作



合同会社Good Communication Japan / Web  
静的HTMLコーディング  
レスポンスデザイン

# ONE PIECEが大好きな神木 「スーパーカミキカンデ」

Client 神木 健児

Join 2020年

Project ロゴデザイン制作 / LINEスタンプ制作 / Tシャツデザイン



# イキピットリ / つながるビジネスミーティング

Client 合同会社イキピットリ  
 Place 神奈川県横須賀市  
 Join 2022年  
 Project リニューアルにおけるロゴデザイン制作 / Webサイトデザイン制作



## つながる ビジネスミーティング



▼ ラフ原案



### Concept / logo

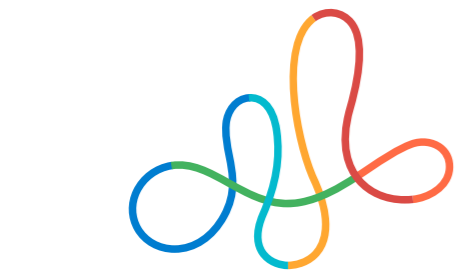
ラフ提案段階で折衷案のご要望を受けて制作。  
 つながるの「ツ」を顔に見立てたキービジュアルに。  
 手紙を送りあえるほどの繋がりを生み出せるよう  
 シーリングスタンプ風のデザインを採用。  
 チームごとにテーマカラーを分ける構想のため  
 混ざり合ったカラフルなレインボーイメージで制作。

▼ ラフ原案



### Concept / logo

指揮者が全員の息を合わせるために線を描いて指揮をとりますが  
 リズムも取りやすくより多くの方に馴染みもある4拍子を選定し  
 指揮の軌跡をラインモチーフに彩り豊かな多様性あふれる人々が  
 紡ぎあっていく様子を「波長」として抽象的に表現。



## イキピットリ

弱みを分かち合い泣き合えるくらいの仲間づくり



イキピットリ / Web  
 WordPressでの構築  
 レスポンシブデザイン



太田胃酸  
「おいしい桑の葉青汁」

Client 太田胃酸(代理店案件)  
Join 2014年(現在改変済み・2024年)  
Project パッケージデザイン制作



宇治抹茶  
「ふるふれ抹茶」

Client 株式会社秀和物産  
Join 2020年  
Project パッケージデザイン制作  
三つ折りパンフレット制作  
編集・構成・コピーライティング



ふるふれ抹茶

高級宇治抹茶 100% 国内産 保存料・香料 無添加

「淹れる」ものでも、「点てる」ものでもありません。「振る」だけで完成する、抹茶の新しい楽しみ方です。まろやかな抹茶本来の香りが口の中に広がります。疲れた時の一服や、ご来客のおもてなし、大切な方へのご贈答など、癒しの一時をお過ごし下さい。

オンラインショップはこちら



ご注文・お問い合わせはこちら

03-6379-0066

営業時間 9:00~16:30(土日祝を除く)  
FAX 03-6379-0077  
販売元 株式会社秀和物産  
東京都練馬区高野台2-27-34  
製造元 株式会社 宇治田原抹茶  
京都府舞鶴郡宇治田原町藤之口本町20-1  
ホームページ <https://syu-wa.co.jp/>



ほい伊による手作業で、新鮮な茶葉を丁寧にゆきあげました。宇治抹茶の本場で発祥の地「宇治田原」の厳選した茶葉を使用しています。安定した品質を保つ熟練された製茶師の合戦により、繊細でまろやかな香り高いお抹茶をお楽しみいただけます。思わず深呼吸したくなる、賢次で優しい和の心をご賞味ください。



抹茶のまろやかさを十分に引き出す鳥海山麓の天然水を使用

長い年月をかけて水がゆっくりとろけ出し、豊富な天然フィルターを通り鳥海山麓に湧き出した天然水です。不純物が少なく、ミネラル成分も豊富な軟水なので、抹茶のまろやかさが際立ち、遠く離れた味わいを演出しております。



ふるふれ抹茶の特徴

- 新鮮な抹茶  
キャップ内に真空保存された抹茶の粉末と水が別々に入っており飲む直前に混ぜる為、新鮮な状態で飲む事が出来ます。
- 香り  
新鮮、作りたてだからこそ生み出せる抹茶本来の香りが口の中に広がります。
- 無添加  
水と原料(粉末)を別々にする事で、保存料、着色料等の添加物を入れる事無く長期保存が可能になります。
- 栄養成分  
急須で入れるお茶に含まれる成分は約3割。本商品の抹茶は茶葉まるごと粉末にしているため、栄養を全て摂取出来ます。
- 手軽  
いつでもどこでも気軽に手軽に本格的抹茶が楽しめます。

# LINEスタンプ 「梅沢富美男」

Client 株式会社JIKK

Join 2017年

Project LINEスタンプ制作

様々な顔を持つ梅沢富美男さんを  
カジュアルに使っていただけるように  
写真をベースにイラスト風に加筆・加工して制作。  
(当時は写真でのLINEスタンプ制作がNG)

セリフなども画像制作と共に進行し  
あらゆる会話の中での使いやすさを考慮。



# こだわりのハンバーグ 「札幌牛亭」

Client 札幌牛亭 南池袋店(代理店案件)

Join 2016年

Project メニューブックデザイン / イラスト制作

ハンバーグのセットを選ぶ際に  
手順を追って頼みやすいように構成。  
イラストで大きさと焼き方を丁寧に表現。

## Hamburg Steak Set

牛亭のハンバーグステーキセット注文方法はお客様に

セットor単品 大きさ 焼き方 ライスサイズ

を選んで注文していただくシステムになっております。

単品ライス ¥200  
ミニサラダ ¥200  
スープ ¥100

STEP.01 Set?	STEP.02 Size?	STEP.03 Roast?	STEP.04 Rice?
セットor単品 を選ぶ	ハンバーグのサイズ を選ぶ	ハンバーグの焼き方 を選ぶ	ライス のサイズ を選ぶ
牛亭セット ミニサラダ・ライス スープ付き ¥350	180g(s) ¥1200	ミディアムレア	小盛(150g)
ドリンクセット 牛亭セット+ 好きな ソフトドリンク1杯 ¥600	230g(M) ¥1500	ミディアム	中盛(200g)
ハンバーグ単品 ハンバーグのみご注文 ¥0	300g(L) ¥1900	ウェルダン	大盛(250g)
			特盛(300g)

※牛亭では商品の品質を守る為に注文を頂戴してから手作業にて調理を行う為、混雑時には提供時間がかかる場合がございますご了承ください。

## Topping

トッピングで自分好みに

ハンバーグのみでも美味しいこと  
に変わりはありませんが、より自分  
好みの味を求めることが人の性  
というもので、そこで牛亭では、実際に  
様々なものをハンバーグに実験的  
にトッピングし自分達が美味しい  
と思った物をメニューのトピン  
グとして採用していますので一度  
お試しください。

各 ¥100	各 ¥150
とろ〜りチーズ ソーセージ2本 半熟目玉焼き から揚げ2ヶ	温泉玉子 コーンクリームコロッケ いるいるなキノコ ハンバーグソース増量 こんがりベーコン

## Drink

<b>Beer</b>	<b>Soft Drink</b> 各 ¥320
ザ・プレミアムモル(善るエール) ¥680 ハートランド・ハイネケン ¥630 カールスバーグ・シンハー ¥630 ギネス・コロナ・パスベルエール ¥700	アイスコーヒー [100% Juice] アイスティー オレンジ 薬膳花茶 アップル 煎茶 グレープフルーツ 午茶 パイナップル ペプシコーラ トマト ソーダ(タイム付) ジンジャーエール(100%果汁)
<b>Other</b>	
オールフリー ¥480 ※ノンアルコールビール・テイスト飲料	

## Dessert

お口直し甘いもの

### Ice Cream

重心に選べる ラムネアイス ¥300	チョコをたっぷりかけた バニラアイス ¥300	コナツが強い パインアイス ¥300
-----------------------	----------------------------	-----------------------

### Other

大人のメロンクリームソーダ  
アルコールが含まれるため  
未成年の方には提供できません  
¥680

丸ごとカマンベールフライの  
バニラアイスのおせ  
この絶妙なバランスがクセになる!  
¥980

### Milk Cocktail

各 ¥550

- いちごみるく  
いちごリキュール
- カルーアミルク  
コーヒーリキュール
- マリブミルク  
ココナッツリキュール

こんなデザートが欲しい!等のリクエストが既になりましたらお気軽に従業員にお伝えください。  
今後の参考にさせていただきます。もちろんデザート以外の牛亭に関する皆様のご意見、ご要望もお待ちしております。

大学配布用教材パンフレット  
「セクシャルコンセントハンドブック」

Client NPO法人ちゃぶ台返し女子アクション  
Join 2018年  
Project パンフレットデザイン制作 / イラスト制作

現役大学生が有志で集まり本パンフレットを制作。  
なかなか声を上げることのできない題材だからこそ  
分かりやすくかつ嫌悪感を感じにくいよう心がけて  
爽やかでありジェンダーを固定させないカラーとデザイン設計に。

イラストでも「女だからピンクやスカート」など  
ジェンダーを象徴するためのアイテムなどを省き  
世界観をしっかりと演出。

当パンフレットの取り組みは  
朝日新聞(2018年)にも取り上げられました。



あなたらしく  
大学生活を送るための方法。  
SEXUAL CONSENT HANDBOOK

目次

- ハンドブックを手にとった皆さんへ 02
- セクシュアル・コンセントってなに? 03
- 大学生だからこそ考えたい性暴力の問題 06
- 自分の身体は自分のもの 09  
～したいこと・されたいことは自分で決める!～
- どうしたら同意を大切にできるの? 11
- 知らんぷり?お節介?見かけたら力を貸せる人になる 13  
～加害者でも被害者でもない、第三者の関わり方～
- 知っておきたい相談先・リソース 15
- ABOUT US 17
- ハンドブック制作にあたり 18

ハンドブックを手にとった皆さんへ

性に対してどんなイメージを持っていますか? 大切な人と性について話していますか?

たとえばこんな経験がある方いませんか?

「体型のことをネガティブに言われて不快な気持ちになった...」  
「相手のしてくることが嫌だと思ったけど言い出せなかった...」  
「相手が辛そうにしているけど、どうすればいいかわからなかった...」

**性**と関くと

何となく恥ずかしいこと、他人と話してはいけないこと、と感じる人は多いのではないのでしょうか。

性は、決して恥ずかしいことではなく、**誰もが生きる上で直面する大切なこと**です。  
自分を知り、相手と繋がりを感じ、心身を豊かにしてくれます。

それにも関わらず、これまで私たちは性との向き合い方をきちんと学ぶ機会があまりなかったと感じています。漠然とした性のイメージに影響され、嫌でも我慢するしかないとしたり、逆に相手を傷つけてしまったりしたかも知れません。私たちもそうでした。でも、セクシュアル・コンセント(性的同意)を知ったことで、性に対する見方が大きく変わり、自分も相手もより大切にできるようになりました。

**セクシュアル・コンセントが当たり前であることを多くの大学生と共有することで、性によって傷つくことのない社会を作りたい!**

そして私たちの周りにも、性に悩んだり、傷ついたりしている大学生が多くなることに気づきました。もっと多くの人にこの考え方を知ってもらい、性に関する悩みから解放されてほしい。そして、性に関して偏見なく、豊かな人間関係が築けるようになってほしいです。そんな思いでこのハンドブックを作成しました。ぜひハンドブックを周りと共有し、性について少しでも話すきっかけにしてみてください。

**誰もが性に悩む必要のない「あなたらしく生きられる社会」を私たちと一緒につくっていきませんか?**

2018年4月 誰もが性で苦しまない社会をつくりたい大学生たちより

# 自分の身体は 自分のももの

いつ・誰と・どのように性的な関わりを持つかは、自分で決めることができます。その権利は「**性的自己決定権**」と呼ばれています。

例えば、セックスやボディタッチ・性的な特徴についての言及などについて、「どんな時に求められるか」「誰にどういう風に触れられるか」「どう見られたいか」は人に決められるものではありません。

自分と相手の境界線を尊重して、安心できる関係性を築こう!

性的な、お互いの領域を尊重することを、「**性的バウンダリー**」の尊重と言います。

お互いの通行止めサインは目に見えず・状況によって変化する・人によって違うので、境界線を意識するには相手の身になって考え、コミュニケーションをとる必要があります。

- ★物理的なバウンダリー 例)キスを断る、関係についてSNSで公開するが決め
- ★精神的なバウンダリー 例)自分ひとりの時間を尊重される、愛情を返さなくても良いと思えない

**聞く姿勢を身につけよう!**  
お互いに自分の好き嫌いや、これ以上してほしくないということを共有することが健全な関係のカギです。

でも、話すのが難しいときもある...  
例えば、相手が先輩などで断りにくい上下関係がある、親しい関係を崩したくない、性についてオープンになることに抵抗がある

聞く姿勢を見せて「あなたの意見を尊重しますよ、いつでもNoと言って大丈夫ですよ」というメッセージを日頃から送ると、信じて話してもらえ、自分の話も聞いてもらいやすくなります。話し合うことで良い雰囲気を作り、心地の良い関係の構築やお互いの性の健康を実現できます。

**性的好み**について話し合ってみよう!

例えば、人前でいちやいちゃしたいか、触られたくないところはありますか、コンドームの他に避妊具(倍用ピル等)は使えますか、過去の性的経験について話したいか、他にも、気になることを、安心できる場所で話し合ってみよう!

**「それやめて」は、言っていない!**

誰かのボディタッチや言動を「嫌だ」「気持ち悪い」と感じることを、それを伝えることは悪いことではありません。「この程度で変か?」「自覚過剰かな?」と思っても、不快に思った自分の気持ちや感覚を大切にしましょう。相手に「セックスにはまだ進みたくない/今日はその気分ではない」と伝えたり、友達に「距離が近いからやめてほしい」と言うことには必要です。相手にNoと言うのが難しい場合は、距離をとったり、誰かに助けを求めたりすることもできます。一方で、「こうしたい/気持ちいい」と求める気持ちを伝えることも大切です。月経を通じてお互いの気持ちも共有し尊重していくことで、ハッピーで豊かな関係を築いていきましょう。

知らんぷり?お節介? 見かけたら力を貸せる人になる

— 加害者でも被害者でもない、第三者の関わり方 —

**第三者介入って?** 性暴力が起きそうな現場や、実際に被害にあった人を見かけた時、私たちができること、それが第三者介入です。

あなたは居酒屋でサークルの打ち上げに参加しました。友達のA子は、先輩からお酒を勧められて飲み続け、酔い渡っています。途中、あなたは先輩の「悪感」を感じながらも、雰囲気を楽しみたいと思いつき、初めです。一次会が終わった時点で、あなたはA子を心配しつつも終電を理由に帰宅し、無抵抗に見えるA子は、先輩に二次会へ連れて行かれます。次の日、A子が先輩から性的被害にあったことを相談されます。A子が、被害にあわないよう、現場であなたができたことは...

**【3つのD】**

- DIRECT** 直接介入する  
加害者や被害者になろうとしている人に直接干渉し、事態を悪化させない。
- DISTRACT** 気を逸らす  
加害者や被害者の注意をひいて、問題とならう状況を回避する。
- DELEGATE** 委任する  
適切に介入できる別の人に助けを求めよう。

まずは、自分の安全第一です!周りの状況を見て関わり方を工夫しましょう。

**DIRECT** A子に「帰ろう」と声をかける。先輩に対して「それくらいにした方が良いかも」と止めに入る

**DISTRACT** 先輩に違う話題を振ったり、ドリンクを「うっかり」倒して、その隙にA子を離す

**DELEGATE** 周りの人や店員、情報機関に相談したりする

他にも...  
不快なボディタッチ、セクハラ発言、痴かん、などにも**【3つのD】**を活用して被害を防止することができます。

もしも被害にあったと相談されたら

私たちにできること・やってはいけないこと

**Do**

- 被害者が話すときは、丁寧に耳を傾ける
- どのように感じているのか話を聞く
- 泣いた時はそばに寄り添う
- 「あなたの話を信じる」と伝える
- 被害者の気持ちを尊重する
- あなたが出来ることを伝える

**Do Not**

- 「○○すべき」と指示したり、「性被害を克服すべき」と言わない
- 「どうしてそこにしたの?」「何をやってたの?」等「なぜ」と出る言葉をかけない
- 被害者の気持ちを代弁しない
- 被害者の気持ちをわかつつもりにならない

身近な人が被害にあつと、ショックを受け、どう対応してよいかわからなくなる傾向があります。まずは、**落ち着いて状況を判断し、周りに助けを求めることも考えながら、相手に寄り添うことが何よりも大切です。**

★セカンドレイブ(二次被害)しない!  
「もう平気でしょ」「忘れた方がいよ」などの相手に自分の価値観を押し付けるような言葉は、被害者を傷つけてしまいます。「話してくれてありがとう」「できることはなんでもするよ」と声をかけ、被害者にあつた人が話しやすい環境を作ってあげてください。

★被害者は100%悪くない!  
被害にあつた人を、「そんな服装で露を見せた」「しっかりしないから」のように原因がその人自身にあつたと責めることを、被害者非難(victim blaming)と言います。無意識にやってしまう傾向がありますが、被害者をさらに苦しめたり、周りにSOSを出しにくくさせてしまうので、気をつける必要があります。

もし自分や大切な人が、被害者・加害者になってしまったら **次ページ参照**

つづく

このポートフォリオはまだ途中です

もっと過去のものが気になる方は  
下記QRがWebサイトにアクセスいただき  
パスワードを入力してご覧ください



[bachiko.com](https://bachiko.com)  
PS 8585

最後までご覧くださりまして  
ありがとうございました



インスタ



ツイッター

[@bachiko85](https://twitter.com/bachiko85)

大体なんでもコレで見つかります



さんきゅ〜