

令和3年度

性の多様性に 関する困りごと 対応マニュアル

相談しやすい先生であるために

はじめに

性の多様性に関する困りごと 対応マニュアルについて

足立区では、第7次男女共同参画行動計画等の指針に基づき、平成29年2月に区職員や教職員、及び一般区民を対象とした研修の実施を行い、継続的に研修等を実施してきました。

また、令和3年3月には、区職員の適切な対応を示した「足立区LGBTガイドライン」が策定されました。本マニュアルは、教職員の方が日ごろ児童・生徒と接するうえで、理解しておくべき内容をQ&A形式にて紹介しておりますので、参考にご活用いただければ幸いです。

第一部 性の多様性に関する基礎知識 1**第二部 意識すること編** 5**相談しやすい先生でいるために意識すること** 6

相談を受ける際に意識する3つの手順 6

相談を受ける際に注意する3つのコト 7

第三部 日常生活編 9**①日常生活で気を付けるべき3つのポイント** 10**②日常生活のこんなときどうする？** 11

シーン1：制服を着たくないと言われたら...？ 11

シーン2：わたしも野球部に入れますか？ 12

シーン3：気づいていないだけかも 13

シーン4：トイレ・更衣室が使いづらい 14

シーン5：先入観をもって見ていませんか？ 15

シーン6：宿泊活動が心配 16

シーン7：子どもから相談を受けたら 17

シーン8：進路が心配 18

シーン9：男女に分かれた活動に違和感 19

③児童・生徒に正しい情報を伝えるために 20**参考文献・相談機関一覧** 21

第一部

性の多様性 に関する 基礎知識

対応の前提となる、性の多様性に関する基礎知識を紹介します。

相談しやすい先生であるために

第1部

性の多様性に関する基礎知識

基礎知識 1

性の構成要素について

1 法律上の性

戸籍や住民票に記載された性別。

戸籍や住民票に記載された性別は、出生届出書が受理された場合のほか、家庭裁判所の審判により変更され、記載されることがあります。

2 性自認 (心の性)

自分がどの性別であるか (又はないか) ということについての認識。

3 性的指向 (好きになる性)

「恋愛や性的関心の感情が、どんな性別に向かうか」を指します。例えばレズビアンは、女性として女性が好きな人のことを指します。

4 表現する性 (性表現)

服装などの外見、物腰、しぐさや言葉遣いといった、「らしさ」を表す性の表現を指します。

いわゆる「女性」と「男性」いずれかの性に当てはまる人だけではありません。

男

女

ではなく

性のあり方は
多様なものです。



にじいろはSOGIの多様性を表しており、現在、LGBTコミュニティを象徴する旗として国際社会で使われています

第1部

性の多様性に関する基礎知識

基礎知識 2

性的マイノリティとは

- 「LGBT」とは、レズビアン（女性同性愛者）・ゲイ（男性同性愛者）・バイセクシュアル（両性愛者）・トランスジェンダー（出生時に割り当てられた性別と性自認が一致しない人や、どちらの性別にも違和を感じる人）の頭文字からとった言葉で、性的指向・性自認が非典型な人々を表す言葉として用いられることがあります。そうした非典型の人々を広く総称して、セクシュアル・マイノリティ（性的マイノリティ、性的少数者）と呼びます。
- 性的指向や性自認は、自分の意思で変えられるものではありません。また、治す必要のあるものでもありません。

基礎知識 3

SOGI(ソジ)とは

- 「性的指向」(Sexual Orientation)と「性自認」(Gender Identity)の頭文字をとった言葉で、全ての人の性のあり方（セクシュアリティ）を人権として考えていく際に使われます。「性表現」(Gender Expression)からEを取って、SOGIE(ソギー)とする場合もあります。

基礎知識 4

SOGIとLGBT

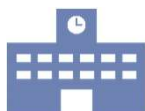
- 「SOGI」は、2006（平成18）年のジョグジャカルタ原則（※1）以降、国連の諸機関で広く用いられている概念です。性的指向や性自認の典型、非典型にかかわらず、全ての人の人権が尊重されるべきであるという文脈で用いられることが多い言葉でもあります。
- 「LGBT」という言葉は、「L」「G」「B」「T」以外の様々な性的少数者を含んでいるとは言えないのではないかと、いう指摘がされる場合があります。加えて、制度の適用に際して「LGBT」かどうかの証明を求めることにつながる恐れがあります。これは、いわゆるレッテル貼り・差別を恐れる当事者にとって抵抗が強い場合があるだけでなく、「LGBT」は個々人のアイデンティティに関わることであるため、第三者がその厳密な証明、アイデンティティを分類することは不可能である、などの問題もあります。
- 一方、「SOGI」の観点から考えれば、性的指向と性自認に関する課題としてさまざまな性的少数者を包括的に捉えることはもちろん、多数派（マジョリティ）も含めた課題として考えることができます。

※1 ジョグジャカルタ原則とは、性的指向および性自認に関して国際人権法がどのように適用されるかをまとめた国際文書です。人権諸条約に掲げられる権利は普遍的であり、すべての人に平等に認められるものでありながら、当事者の人たちが世界各地で差別や暴力にさらされていることに対して、2006年、元国連人権高等弁務官をはじめ、国連人権機関などの専門家によりつくられた文書です。

第二部

意識すること編

- ①性の多様性について理解し、正しい情報を常に身に付ける努力をしてください。
- ②当事者は必ず身近にいます。「個性」として受け止めてください。



相談しやすい先生であるために

第2部

相談しやすい先生でいるために意識すること

性の多様性に関することに限らず、児童・生徒にとって相談しやすい先生でいることが大切です。

そのために、相談を受ける際は、以下のことを意識しましょう。

はじめに

日常では

子どもには、先生が真剣に受け止めようとしているのか、そうでないかが伝わります。日頃から、子どもの気持ちを受け止めるように努めましょう。

理解を表すレインボーグッズの掲示や、学級文庫への関連書籍の配架、ホームルーム等で様々な人権課題を扱うことも効果的です。

手順1

聴く

■ 自分以外の人に初めて話すという子どもも少なくありません。

■ 安心して話せる環境をつくり、傾聴してください。 **7ページ**

■ 「話してくれてありがとう」を伝えるなど、その子が今後も安心して相談できるような声かけをしてください。

手順2

一緒に考える

自分のことを知ってほしい、受け入れてほしいと感じている場合

傾聴し、いつでも相談できるような関係を構築してください。 **7ページ**

実生活で困っていることがあり、解決のために相談してくる場合

内容は一人一人異なります。気持ちを受け止めたうえで、できる対応を考えてください。

第3部

手順3

(必要な場合) つなげる

ほかの人に話してもよい場合

■ 伝えてよい範囲を本人に確認し、管理職やスクールカウンセラー、養護教諭などでサポートチームを作って組織的に対応してください。

■ 保護者への連絡にも、本人の確認が必要です。

■ 必要に応じて、外部の相談機関とも連携して対応してください。

話をしないでほしい場合

■ 困ったとき、悩んでいるときはいつでも話を聞くことを話し、安心して相談できるようにしてください。

■ 書籍・DVDなど、必要に応じた情報を提供してください。

■ 相談機関は、匿名性を守りながら利用することができることを伝えてください。また、教員も利用できます。

相談を受ける際には下記に留意することも重要です。

注意する
コト1

慌てない

焦らない

丸投げ
しない

まずは3つの“ない”の基本姿勢が重要です！

- 「〇〇さんは、そう考えるんだね」とまずは共感します。
- その場の会話で解決を図る必要はありません。
- 「〇〇先生がその話に詳しいよ」などと話をすることで、相談者の信頼が失望に変わります。
- これからどうするか、今抱えている課題を整理して検討しましょう。

注意する
コト2

決めつけない

- 「男なんだから」「女なのに」など、児童・生徒のセクシュアリティを決めつけないようにしましょう。
- 「思い過ごしじゃないか？」「いつか治るよ」など、本人のセクシュアリティを否定してはいけません。
- まずは、先生が基礎知識を学ぶことが重要です。
- 「だったら〇〇じゃないの？」などと何かに当てはめようとせず、その子をそのままに受けとめてください。

注意する
コト3

広めない

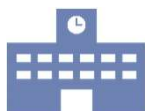
勝手に
共有しない

- 本人の許可なく、ほかの先生や保護者、生徒にセクシュアリティを暴露することを、【アウトティング】と言います。
- 本人が学校・家庭・地域で安全に過ごせなくなってしまうため、絶対にやってはいけない行為です。
- 生命の危険等、緊急性の高い場合を除き、情報共有が必要な場合は、共有してよい範囲を本人に確認し、了承を得る必要があります。
- 教員が相談機関を活用する際には、個人情報には触れることのないよう注意が必要です。

第三部

日常生活編

ここからは、日常生活で気を付けるべきことや、児童・生徒から実際に相談を受けた時にどのように対応すべきかを学びましょう。



相談しやすい先生であるために

① 日常生活で気を付けるべき3つのポイント

point

1 日頃から、3つを意識することから始めましょう！

1
性的指向や性自認は
人により異なること
を前提に対応する

児童・生徒のセクシュア
リティを決めつけないよ
うにしましょう。

2
固定観念や先入観、
偏見をもたない

内容は一人一人異なります。
気持ちを受け止めた上で、
できる対応を考えましょう。

3
性別や関係性を決め
つけるような表現は
避ける

まずは先生が基礎知識を
学び、その子をそのまま
に受け止めてください。

point

2 避けるべき言葉を知りましょう！

- ① **オカマ** いわゆる「女っぽい」等を指す言葉だが、侮辱的なニュアンスが強い。
- ② **オナベ** いわゆる「男っぽい」等を指す言葉だが、オカマ同様に侮辱的なニュアンスを含む。
- ③ **おとこおんな** いわゆる「男っぽい女」を指す言葉だが、侮蔑的なニュアンスが強い。
- ④ **オネエ** 女性的に振る舞う男性で、ゲイに限らない。
- ⑤ **ニューハーフ** 主に飲食店やショービジネス界で働くトランスジェンダー女性を指し、当事者の中には侮辱的と感じる人もいる。
- ⑥ **レズ** レズビアンの短縮形だが、歴史的に侮蔑的な意味合いで使われてきたため避けるべき言葉。
- ⑦ **ホモ** ゲイを指すことが多い言葉だが、歴史的に侮蔑的な意味合いで使われてきたため避けるべき言葉。
- ⑧ **そっち系** 性的少数者と思われる人に対し、からかったり侮蔑的に使われてきたため、避けるべき言葉。
- ⑨ **性転換手術** 実態に合わないため、使わない方がよい。「性別適合手術」と表現する。

point

3 言い換え表現を覚えましょう！

夫・妻・旦那様・奥様 → 配偶者・パートナー・お連れ合い

男らしい・女らしい → ○○さんらしい

お父さん・お母さん → 保護者の方・ご家族の方

彼氏・彼女 → 恋人

シーン1 制服を着たくないと言われたら...？



生徒A

「標準服が義務付けられていて、指定されたスカートを着用しているが、スラックスを選択できないの？」



生徒B

「『女の子なんだから、セーラー服で登校しなさい』と親から言われたんですが、着たくないんです...」



先生

「着用する制服のことで悩みがあったら、いつでも相談してね！」

気を付けたい
教師の一言

「嫌だっていうけど、セーラー服、すごく似合っていて素敵だよ。」



対応策

悩んでいる生徒の気持ちに寄り添って対応しましょう

- 性自認が法律上の性とは違う児童・生徒にとって、決められた性別の制服を着させられることは本当に苦痛です。
- スカートの嫌だという気持ちはあっても、性自認のことまではっきり認識しているとは限りません。そうしたモヤモヤした感情も、ストレスにつながります。
- 法律上の性を理由に一元的な対応をしないように注意し、児童・生徒ごとに対応を考えていく配慮も必要です。
- 児童・生徒の悩みを真摯に受け止め、本人の意思を確認するとともに、管理職に相談し、対応を進めましょう。



シーン2 わたしも野球部に入れますか？



生徒

「先生、部活の相談なんですけど、ここの野球部に私も入部できますか？」



先生

「出場する大会によっては制限があるかもしれないね」
「どうやって活動していくか、一緒に考えてみようか」

気を付けたい
教師の一言

「女子なんだから、女子が所属できる部活に入りなさい」



対応策

生徒が何を求めているのかをしっかりと把握しましょう

- 学校生活においては、部活動も重要な構成要素です。ときには勉学以上に、当人の可能性を拡げ、人間形成に大きく貢献することもあります。
- しかし部活動の場合、男女別の対応が様々な局面について回るため、校内の問題だけでなく、大会への出場などの場面で制限がある場合も想定されるので、本人の意向を踏まえ、できる限り調整を行います。
- 児童・生徒が何を求めているのか、それに対して、できることは何かを考えることが大切です。問われるのは、担当する顧問やコーチと可能性を探る、といった、相談を受けた先生の姿勢です。



シーン3 気付いていないだけかも（相談されていないだけかも）



先生A

「LGBTの人権問題の研修会のお知らせを見たけど、そういう生徒の相談を受けたことがないから、正直、必要あるのか、全然ピンとこないんだよね」



先生B

「とりあえず、ウチのクラスにはいませんしね」



先生C

「クラスにいないのではなく、安心して名乗り出られる環境ではないのかもしれないね」

気を付けたい
教師の一言

児童・生徒や同僚の前での、
「うちの学校にはいない」



対応策

当事者は、クラスにいるかもしれません

- 先生の実感としてはそうなのかもしれませんが、果たして「いない」と言えるのでしょうか。気付いていないだけではないのでしょうか。
- 児童・生徒だけでなく、学校の構成メンバーの中にも当事者はいるかもしれません。先生Bが当事者である可能性もあります。
- さらに、アイデンティティを模索する過程では、LGBTだと自覚していなくても、「同性の友人が好きだが、これは恋愛なのだろうか」「自分の性別がわからない」など、性的指向や性自認について悩む人も少なくありません。
- 「悩んでいる人がいない」と考えるのではなく、「安心して相談できる環境にない」ととらえ、常に10ページの「日常生活で気を付けるべき3つのポイント」を意識しましょう。



シーン4 トイレ・更衣室が使いづらい



生徒A

「体育の着替えの時間、自分のからだについて何も言われなくなかったので、できるだけ素早く着替え、見られないようにした」

「そのことで、先生に相談したんだけど、取り合ってもらえなかったんだ...」



生徒B

「私も先生に『困っていることはない？お手洗い？』と聞かれたので、『そうです、できれば男子トイレ...』という前に、『それならだれでもトイレがあるからぜひ使って』と言われた経験があるよ...」



先生

「困っていることをよく聞いて、本人の意向に沿って調整や話し合いを重ねることが必要だったね」

気を付けたい
教師の一言

「誰でもトイレがあるから、ぜひ使って」



対応策

決められた対応ではなく、まずは当事者の希望を聞き取りましょう

- 教育相談コーディネーター等を中心に、子どもたちからの相談を受けられる体制を作りましょう。
- 当事者が気持ちを受け止めて欲しいのか、または、困りごとがあり、それを解消したいのか、本人の話をよく聞いて、先生が整理をする必要があります。
- トイレでは、給食の準備時間など、「みんなと時間をずらして使用する」「教職員用のトイレを使ってよいことにする」「多目的トイレをだれでもトイレとして設定する」など、柔軟な対応が必要です。
- 更衣室も、「空き部屋を利用する」「職員のものを利用する」など、柔軟な対応が必要です。
- アウティングとならないよう、プライバシーの保護に留意が必要です。

7ページ



シーン5 先入観をもって見ていませんか？



生徒A

「おまえ、なよなよして女みたいだな、コッチか？」



生徒たち

(どっと笑う)



生徒B

「絶対に違う」
「おれ、そんなきもいもんじゃない」



先生

「なぜそれがおかしいの？みんなが笑っても、先生は笑わないな、おかしくないもの」

気を付けたい
教師の一言

「本人は直そうと頑張っているんだから応援しよう」



対応策

偏見が問題につながります

- 「男性が女性的な言動をすることは、男性同性愛者」「男性同性愛者を笑いものにしてもよい」という偏見が隠れています。
- 「性的少数者を笑いの対象にしている」「集団の中でそのことが承認されている」ことで、「性的少数者がカミングアウトできない環境を作っている」ことは問題です。
- こんな場面に遭遇したら、「なぜ、それがおかしいの？」と粘り強く問いかけます。
→ 「みんなが笑っていても、先生は笑わないな、おかしくないもの」など、見過ごさずに対応することが大切です。
他の人権問題と同様に扱いましょう。



シーン 6 宿泊活動が心配



先生

「みんなでお風呂に入りたくない人は先生に相談してね」



生徒

「修学旅行の時に、大きなお風呂じゃなくて、個別のお風呂を使いたいんですが...」



先生

「時間をずらしたり、個別のお風呂を使ったりして、一人で入れるようにしようか？」

気を付けたい
教師の一言

「どうして？そんなのわがままだろう？」



対応策

宿泊活動への参加のハードルを下げましょう

- 課外活動の中でも期間が長期で、団体行動となり、スケジュールも過密です。
- 中でも入浴は、決められた時間帯で、男女別に大浴場で済ますことになり、参加を断念するほど深刻な問題です。
- 個別のお風呂を使いたいという希望は、性の多様性以外の理由である可能性もあります。
- 「わがまま」ととるか、「よく勇気を出したね」と受け止めるかは、大きな分かれ道。
- 希望者には、「時間をずらして一人で入れるようにする」「教師の部屋のシャワーなどの使用を認めたりする」など、寄り添った対応を考えましょう。



シーン7 子どもから相談を受けたら



生徒

「先生に今日相談したこと、だれにも話さないで」



先生

「このことは親御さんは知っているの」



生徒

「いいえ、話したのは先生が初めてなんで」



先生

「わかったよ」
「先生に何か協力できることはあるかな？」気を付けたい
教師の一言

「同性愛は不道德なのでやめなさい」



対応策

聴く・考える・（場合によっては）つなげる
を行いましょう

- 多くの当事者が「親友に最初に話した」という一方、「学校の先生に最初に話した」という子も一定数います。
- 同性の友人に好意を伝えたところ、その友人が担任に相談し、担任が好意を伝えた本人に「同性愛はよくないことだ」と指導をしたことで、不登校になってしまったケースがあります。
- こうした場合への対処の経験が少なければ、指導上の迷いが起こり、同僚や保護者と情報を共有したくなるのも当然です。判断に迷った場合、相談機関を利用するという選択肢があります。
- 相談窓口では、SOGIに関する悩みも含む、様々な相談を受け付けています。教員から当事者本人にもぜひ利用を勧めてほしいと思います。



シーン 8 進路が心配



生徒

「先生、自分はこれからも（これからは）自分のままで、大学に通ったり、就活をしたり、結婚したりできるのかな？」



先生

「君がそうしたかったら、先生は応援するよ」

気を付けたい
教師の一言

「そんな風だと、希望する仕事につけないぞ」



対応策

働く当事者の大人たちの情報を示しましょう

- 当事者の子どもたちは、働き方のロールモデルをなかなか見つけられません。「自分が何がしたいか」よりも、「受け入れられやすい場所」「職種」など、消去法での選択になりがちです。
- 当事者の大人たちの経験を通して伝えると、参考になります。身近にいない場合は、書籍の手記などを活用しましょう。 [20ページ](#)
- 身近なロールモデルがいない子ども達にとって、似た境遇の人がいるということ、その人がしっかり社会生活をおくれているということは、強力な心の支えになります。



シーン 9

男女に分かれた活動に違和感



生徒A

「体育で、男子と女子で別の課題が決められているのがいやだ！」



生徒B

「教室の中で座る席が、男女できっぱり分けられていることに違和感がある」



先生

「気持ちは伝わったよ。対応を検討していくよ」

気を付けたい
教師の一言

「学校の仕組みだから、簡単には変えられないんだ」



対応策

「今まで通り」ではなく、柔軟な対応を

- 当事者の子どもたちにとって、授業の内容を男女で一律に分けてしまうシステムは、苦痛や違和感を引き起こす要因になりえます。
- 中学校学習指導要領解説 保健体育編（平成29年7月）には、「原則として男女共習で学習を行うことが求められる」とあります。
- 少しでも柔軟な対応や、当事者に対する適切な配慮ができるよう、男女混合名簿の活用や、児童・生徒の主体性に任せた座席設定など、先生方の工夫が必要です。



LGBTに関する間違った情報や、否定的な情報が社会にあふれています。LGBTに関する書籍を学校図書館、保健室に配架することを通じて、正しい情報を伝えてください。

絵本

- ・ 「タンタンゴはパパふたり」 (ポット出版)
- ・ 「あおいらくだ」 (北樹出版)
- ・ 「くまのトーマスはおんなのこ ジェンダーとゆうじょうについてのやさしいおはなし」 (ポット出版プラス)
- ・ 「王さまと王さま」 (ポット出版)
- ・ 「ピンクがすきってきめないで」 (講談社)

性の多様性に関する解説

- ・ 「『ふつう』ってなんだ? LGBTについて知る本」 (学研プラス)
- ・ 「13歳から知っておきたいLGBT+」 (ダイヤモンド社)
- ・ 「性の多様性ってなんだろう?」 (平凡社)
- ・ 「LGBTなんでも聞いてみよう 中・高生が知りたいホントのところ」 (子どもの未来社)
- ・ 「わたしらしく、LGBTQシリーズ」 (1~4巻) (大月書店)

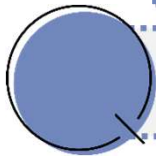
教職員向け資料

- ・ 「性同一性障害に係る児童生徒に対するきめ細やかな対応の実施について」 (平成27年4月30日 文部科学省)
https://www.mext.go.jp/b_menu/houdou/27/04/1357468.htm
- ・ 「性同一性障害や性的指向・性自認に係る、児童生徒に対するきめ細やかな対応等の実施について (教職員向け)」 (平成28年 文部科学省)
https://www.mext.go.jp/content/20210215_mxt_sigakugy_1420538_00003_18.pdf
- ・ 「性的指向および性自認を理由とするわたしたちが社会で直面する困難のリスト」 (第3版) (2019 LGBT法連合会)
[https://lgbtetc.jp/wp/wp-content/uploads/2019/03/困難リスト第3版\(20190304\).pdf](https://lgbtetc.jp/wp/wp-content/uploads/2019/03/困難リスト第3版(20190304).pdf)
- ・ 「LGBTってなんだろう? 自認する性・からだの性・好きになる性・表現する性」 (合同出版)
- ・ 「はじめよう! SOG Iハラのない学校・職場づくり性の多様性に関するいじめ・ハラスメントをなくすために」 (大月書店)



参考文献

- ・「足立区LGBTガイドライン」(令和3年3月 足立区)
- ・「多様な性について知るBOOK」
(令和2年3月 東京都)
- ・「LGBTQ基礎知識 みんなが多様な性を生きている。」
(渋谷区)
- ・「性的指向および性自認を理由とするわたしたちが社会で直面する困難のリスト」(第3版)
(2019 LGBT法連合会)
[https://lgbtetc.jp/wp/wp-content/uploads/2019/03/困難リスト第3版\(20190304\).pdf](https://lgbtetc.jp/wp/wp-content/uploads/2019/03/困難リスト第3版(20190304).pdf)
- ・「LGBTってなんだろう? 自認する性・からだの性・好きになる性・表現する性」(合同出版)
- ・「はじめよう! SOG Iハラのない学校・職場づくり性の多様性に関するいじめ・ハラスメントをなくすために」
(大月書店)
- ・「ヒューライツ大阪」によるジョグジャカルタ原則解説
<https://www.hurights.or.jp/archives/newsinbrief-ja/section4/2017/12/lgbti10201711.html>



相談機関一覧

あだちLGBT相談窓口
男女参画プラザ
03(3880)5222

原則

毎月第1月曜日
午後5時～午後8時
毎月第3土曜日
午後2時～午後5時

電話、または足立区ホームページの専用フォームにて要予約(1回50分)



よりそいホットライン
社会的包摂サポートセンター
0120(279)338
24時間365日対応

電話相談
※ガイダンスに沿って#4を押す

性自認および性的指向に関する専門LINE相談
LGBT相談@東京
毎週月曜・木曜
午後5時～午後10時
受付は午後9時30分まで
祝日・年末年始除く



セクシュアル・マイノリティ
電話法律相談
東京弁護士会

03(3581)5515
毎月第2・第4木曜
午後5時～午後7時
祝祭日の場合は翌金曜
電話相談

性自認および性的指向に関する専門電話相談
東京都
03(3812)3727
毎週火曜・金曜
午後6時～午後10時
祝日・年末年始を除く
電話相談



性の多様性に
関する困りごと
対応マニュアル
相談しやすい先生であるために

作成：令和3年12月 発行：足立区
監修：一般財団法人性的指向および性自認等により困難を抱えて
いる当事者等に対する法整備のための全国連合会
(LGBT法連合会)
担当：教育指導部教育指導課（足立区中央本町1-17-1）
TEL：03-3880-5974（直通） FAX 03-3880-5606
Mail：kyo-sidou@city.adachi.tokyo.jp