


世田谷区立男女共同参画センターらぶらすインフォメーション

性別にとらわれることなく、誰もがその個性と能力を発揮できる世田谷へ。



2026年5月

らぶらすは、土日祝日も通常開館しています。

月	火	水	木	金	土	日
27	28	29	30	01 • せたがやにじいろ ひろば電話相談	02 • 女性のための悩み ごと・DV相談 • 男性相談	03 憲法記念日 • 女性のための悩み ごと・DV相談
04 みどりの日	05 こどもの日 • 女性のための悩み ごと・DV相談	06 振替休日 • 女性のための悩み ごと・DV相談 • 男性相談	07 • 女性のための悩み ごと・DV相談	08 • せたがやにじいろ ひろば電話相談	09 • 女性のための悩み ごと・DV相談 • 女性のための働き 方サポーター • 男性相談	10 • 女性のための悩み ごと・DV相談
11 	12 • 女性のための悩み ごと・DV相談 • 女性のための働き 方サポート相談	13 • 女性のための悩み ごと・DV相談 • 男性相談	14 • 女性のための悩み ごと・DV相談	15 • せたがやにじいろ ひろば電話相談	16 • 女性のための悩み ごと・DV相談 • 男性相談	17 • 女性のための悩み ごと・DV相談
18 休館日	19 • 女性のための悩み ごと・DV相談 • 女性のための働き 方サポート相談	20 • ニットクラブ • 女性のための悩み ごと・DV相談 • 男性相談	21 • 女性のための悩み ごと・DV相談	22 • せたがやにじいろ ひろば電話相談	23 • にじいろひろば 交流スペース • 女性のための悩み ごと・DV相談 • 女性のための働き 方サポート相談 • 男性相談	24 • 女性のための悩み ごと・DV相談
25	26 • 女性起業家のための Instagram活用講座 • 女性のための悩み ごと・DV相談	27 • 女性のための悩み ごと・DV相談 • 男性相談	28 • 女性のための悩み ごと・DV相談 • 女性のための起 業・経営相談	29 • ミモザクラブ かんたんあみもの	30 • 女性のための悩み ごと・DV相談 • 男性相談	31 • 女性のための悩み ごと・DV相談



5月の講座・イベント情報



女性のためのニットクラブ

5月20日(水) 13:30~16:00
要予約、参加無料
※キャンセル待ちのみ受付中



女性起業家のためのInstagram活用講座

~お客さまとつながる発信のコツ~
5月26日(火)18:30~20:00
要予約、参加無料

せたがやにじいろひろば 交流スペース

5月23日(土) 13:00~15:00
要予約、参加無料



内容詳細は
らぶらすHPをご覧ください！
<https://laplace-setagaya.net/>

- 5月1日から申込受付開始： 5月23日(土)開催 『にじいろ交流スペース』
6月17日(水)開催 『女性のための夜ニットクラブ』
6月20日(土)開催 『はじめての起業ステップ講座』
7月19日(日)開催 『がん経験者のためのからだココロのケア講座』
- 5月15日から申込受付開始： 6月28日(日)開催 『メンズリブラボ』

らぶらすは、三軒茶屋駅から徒歩7分。
無料Wifi、授乳室と子どもスペースがご利用いただけます。
研修室と活動コーナーのご利用は、お問い合わせください。



世田谷区立男女共同参画センターらぶらす

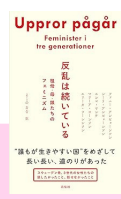


図書・資料コーナーからのお知らせ



5月の新着図書

気になるあの本をらぶらすで見つけられるかもしれません！



『ようやくカレッジに行きまして』 / 『13歳からのメンタルヘルスの教科書』 / 『反乱は続いている』 / 『多様性どう向き合うか』 / 『言いたいことが言えないひとの政治学』 / 『押し付けられる結婚』 / 『あなたのモヤモヤに効く世界文学』 / 『禅COJI コジコジと禅のことば』 / 『老後ひとり、暮らしています。』

※紙幅の都合上、副題等は割愛させていただきました。

注目の図書・資料

らぶらす所蔵、おすすめ本です！

『世界を変えた50人の女性科学者たち』

(著)レイチェル・イグノトフスキー
(訳)野中モモ



神経細胞の成長因子を発見した神経科医、参政権をも勝ち取った植物学者、深海の探検家海洋生物学者など、男性中心とされてきた様々な科学的な分野で、発見・発明し、世界を変えた50人の女性たちが紹介されています。現代よりも女性が科学を学ぶことを許されなかった時代に、どう差別に對抗し、研究を続けていったのか、一人ひとりのエピソードが書かれています。

『中・高年シングル女性

ひとりで暮らすわたしたちのこと』(著)和田静香



著者は中高年シングル女性当事者。コロナ禍後に生活が困窮し「私が悪い、私のせいだ」と悩む日々を経験。当時は構造の問題を「知る術がなかった」と振り返ります。仕事・住居・お金・老後など中高年シングル女性のありのままの姿や思いを、調査や取材をもとにリアルに詳述。困難な状況が明らかになる一方、当事者同士のつながりや社会運動への参加など、一縷の希望を感じる事例も。

図書・資料コーナーのご案内

- らぶらす図書・資料コーナーではおよそ2万3千冊の書籍やDVD、行政資料を所蔵しています。
- 住所の確認できる書類をお持ちいただければ、その場で利用者登録ができます。
- 1回につき3点まで、2週間の貸出が可能です (DVD資料は1週間)。★貸出時間：9：00～21：30



今月のおすすめ講座

女性起業家のためのInstagram活用講座

～お客さまとつながる発信のコツ～

こんなお悩みはありませんか？

- ・投稿していても、なかなか反応がない
- ・“なんとなく”の投稿で終わらせている
- ・自分の商品やサービスの伝え方が難しい

あなたの想いと事業の魅力が伝わり、お客さまから選ばれる、Instagram発信のコツをお伝えします。

【日程】

5月26日(火)18:30～20:00

【講師】 志鎌 真奈美さん

Shikama.net 代表、ウェブ解析士チーフ、SNSマネージャー



相談のご案内

女性のための悩みごと・DV相談
女性のための働き方サポート相談
女性のための起業・経営相談
男性相談

セクシュアル・マイノリティのための
せたがやにじいろひろば電話相談

らぶらすでは、上記の相談を定期的を実施しています。実施時間などの詳細は、らぶらすホームページをご覧ください。右下のQRコードからアクセスできます。

「らぶらす 相談」で検索 🔍



らぶらすでは、中学生～大学生世代に自習室と、親子向けに子ども室を開放しています。利用時間などの詳細は、らぶらすにお問い合わせください。

世田谷区立男女共同参画センターらぶらす

開館時間 9：00～22：00
休館日 毎月第3月曜日(祝日の場合は、その翌日)及び年末年始
〒154-0004
世田谷区太子堂1-12-40 グレート王寿ビル3～5階
電話 03-6450-8510 FAX 03-6450-8511
らぶらすHP <https://laplace-setagaya.net/>



【電車】東急田園都市線・世田谷線「三軒茶屋」駅下車徒歩7分
【バス】東急バス・小田急バス「昭和女子大」下車
小田急バス(駒沢陸橋～北沢タウンホール)「三軒茶屋」下車
※駐輪場のご利用を希望される方は、らぶらすまでお問合せください