

日本人の約10人に1人*がLGBTなどの性的少数者だといわれています。8割以上*の人が周囲にLGBTはいないと感じているようですが、存在に気づかないだけかもしれません。私たち一人ひとりが身近なテーマとして考えることで、多様性を認め合う社会へとつながります。

*LGBT総合研究所 [LGBT意識行動調査2019] 参照

当事者が 困っていること

性のあり方についてこのような悩みや困りごとがあります

トイレや更衣室の
利用に困っている

学校や職場で
からかわれている

理解してもらえず
孤立感がある

恋愛話や
恋愛相談をしにくい

まわりから
偏見の目で
見られてつらい

制服や服装を
どうすればいいか
悩んでいる

自分の性のあり方が
わからない

進学や就職、
将来に不安がある

家族や友人にどう伝えれば
よいかわからない

*掲載している内容は
あくまで一例です

相談窓口

専門家に話すことで希望を見つけられるかもしれません

[法務省]

みんなの人権110番

差別や虐待、ハラスメント等さまざまな人権問題の
相談を受け付ける相談電話（平日昼間）

TEL.0570-003-110

WEB
から



[札幌弁護士会]

にじいろ法律相談

LGBTに関することを弁護士に相談できる。相談料は無料
（第2火曜夕方・第4金曜昼） ※法律トラブル専門

TEL.080-6090-2216

WEB
から



[（一社）社会的包摂サポートセンター]

よりそいホットライン

さまざまな悩みを相談でき、セクシュアルマイノリティ
専門ラインもあり（24時間対応）

TEL.0120-279-338

WEB
から



[特定非営利活動法人チャイルドライン支援センター]

チャイルドライン

近くの人に言えないことを相談できる
子ども専用の相談窓口（18歳まで）

TEL.0120-99-7777

WEB
から



[（福）北海道いのちの電話]

北海道いのちの電話

名前を明かさずに、年齢や性別に関係なく
無料で相談できる（24時間対応）

TEL.0120-783-556

WEB
から



[特定非営利活動法人あなたのいばしょ]

あなたのいばしょ

年齢や性別を問わず、無料・匿名で利用できる
チャット相談窓口（24時間対応）

WEB
のみ



栗山町総務課

〒069-1512 北海道夕張郡栗山町松風3丁目252番地

TEL: 0123-72-1111 FAX: 0123-72-3179

LGBTQ+ SOGI

知ることからはじまる

教えて!

LGBTQ+のこと

自分らしく生きられる社会へ



栗山町

All4

LGBTQ+について知っていますか？

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（体と心の性が異なる人）という言葉の頭文字を合わせた言葉です。多様性のある性のあり方をLGBTQ+と総称し、その当事者を示すことの多い言葉です。

L レズビアン 女性として、同性を好きになること	B バイセクシュアル 異性も同性も好きになることがある人	Q クエスチョニング 自分の性のあり方を探している人や、性別を決めたくない人
G ゲイ 男性として、同性を好きになること	T トランスジェンダー 生まれたときの性別と、自分が感じている性別に違和感のある人	+ 〈プラス〉 LGBTQ+に当てはまらない多様な性のあり方の人

性のあり方はグラデーション

性のあり方は、男性、女性ときっぱり分かれるものではありません。人それぞれに違いがあり、その状態は連続的（グラデーション）です。また、人生の中で変化することもあります。どのあり方も、その人らしさとして尊重されることが大切です。

性を構成する 4つの要素

<p>1 からだの性</p> <p>出生時の生物学的な性別にもとづいた性別。戸籍上の性別でもあります。</p>	♂ ♀	<p>3 好きになる性（性的指向）</p> <p>異性が好き、同性が好き、どちらの性も好き、好きという感情がない人もいます。</p>
<p>2 こころの性（性自認）</p> <p>自分自身が感じている性別。決められない、決めたくないなど思いは人それぞれ。</p>	♡	<p>4 表現する性（性表現）</p> <p>服装や話し方など、外見や行動で表れる性の表現。こころの性と性表現が同じとは限りません。</p>

性的指向 (Sexual Orientation)、**性自認 (Gender Identity)** の頭文字をとった略称を **SOGI (ソジ)** といい、LGBTQ+だけでなく、すべての人にかかわる性のあり方の概念です。

SOGI
性的指向および性自認（ジェンダーアイデンティティ）

POINT

性のあり方は一人ひとり違っており、虹のようにグラデーションであると表現されます。

- 性的指向 男 ←→ 女
- 性自認 男 ←→ 女
- からだの性 男 ←→ 女
- 表現する性 男 ←→ 女

すべての人が持つ「性のあり方」



相手を尊重して行動しよう！

カミングアウト

LGBTQ+であることを伝えること

自分の性のあり方を、他の人に打ち明けることを「カミングアウト」といいます。ここから悩んでいること、思っていることを他の人に話すことは、とても勇気のいることです。この人なら信頼できるから話しても大丈夫、または自分を理解してほしいと願う気持ちがあります。だれに・いつ・どのように伝えるかは、本人に決める権利があります。



もしカミングアウトがあったら

- 家族
- 友人
- 学校
- 職場

- 打ち明けてくれたことへの感謝を伝えましょう。
- 困っていること、望んでいることを聞くなど、相手を支える姿勢をとりましょう。
- これまで打ち明けた人、だれかに伝えてもいいのか確認し、本人の了解なしに他の人に言わないよう注意しましょう。
- おどろくかもしれませんが、相手に思いやりのところをもちましょう。

やってはいけない アウティング

本人にないしよで他の人に話さない

本人の同意なく、性的指向や性自認を他人に伝えることを「アウティング」といいます。信頼して打ち明けてくれた本人を傷つけることとなります。もし、だれかに相談した方がいいと思っても、かならず本人の同意を得ましょう。勝手に言いふらすことはプライバシーの侵害、ハラスメントになりますのでやめましょう。



アウティングは人権侵害です

悪意がなかったとしても、本人の許可や同意がないのにアウティングすることはいじめやハラスメントにつながります。

してはいけないこと

- カミングアウトの内容を本人の許可なく周囲に話す。
- 本人が公表していない性のあり方をSNS等で公開する。
- 「あの人、同性パートナーがいるらしいよ」といったうわさ話をする。

気づかずにやっていますか！

広げよう! アライの輪

アライとは？

英語のAlly（味方／同盟）が語源で、LGBTQ+の人を理解し、支援する人のことです。アライを表明するレインボーフラッグやステッカーを掲示する企業や団体も増えています。アライが増えると、だれもが生きやすい社会になっていきます。

個人でできること

- 多様な性について学ぶ
- 性別を限定するような発言をしない
- 偏見や差別的な発言をしない
- 相手の価値観を尊重し、話を聞く
- プライバシーを守る