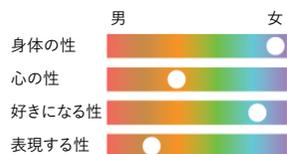


## 性の在り方は グラデーション

性の在り方はグラデーションのように境目がなく、個人によって異なるといわれています。例えば、下の図のように戸籍上は「女性」で、心の性はどちらかという「男性」、好きになる相手は「女性」で、「男性」のファッションが好き(表現する性)という方もいるように、明確に分けられない方や2つの性の間で揺れ動いていると感じる方もいます。また、心の性と好きになる性は、自分の意思などで変えられるものではありません。

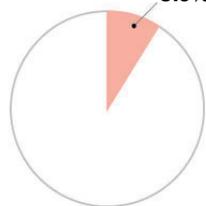


## 近くにいないのではなく 気付いていない可能性も

LGBTQの方は日本の全人口の8.9%という調査結果もあり、これは例えば左利きの方とほぼ同じ割合です。周囲の否定的な反応を恐れて打ち明けられない方も多いといわれています。

■LGBTQ+層の割合

8.9%



※出典: 朝日新聞「電話ダイバーシティ・ラボ」が2020(令和2)年12月に実施した「LGBTQ+調査2020」

## LGBTQとは?

典型的とされてきた性の在り方にとらわれない人々(性的マイノリティ)を表す言葉の一つ。「LGBT」とも表すほか、さらに広がりを出す意味で+を付けた「LGBTQ+」などと表現する場合があります。

### Lesbian 「レズビアン」

心の性が女性で、同性を好きになる方。女性の同性愛者

### Gay 「ゲイ」

心の性が男性で、同性を好きになる方。男性の同性愛者

### Bisexual 「バイセクシュアル」

心の性にかかわらず、同性も異性も好きになる方。両性愛者

### Transgender 「トランスジェンダー」

身体の性と心の性が異なる方。好きになる性は個人によります

### Questioning 「クエスチョニング」

自分の性分からない方や迷っている方、決めていない方など。心の性にも、好きになる性にも用います

※典型的とされる性の在り方以外を包括的に表す「Queer(クィア)」の「Q」として使うこともあります

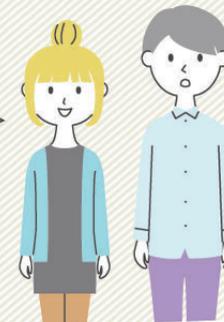
## 多様性を尊重する社会へ

# LGBTQ

今回の特集のテーマは「LGBTQ」。これまで典型的とされてきた「男性」や「女性」といった性にとらわれない、さまざまな性の在り方を考えてみましょう。

【詳細】男女共同参画課 ☎211-2962

私は○○が好きです。



私の性別は、○○です。

## 性を考える4つの要素

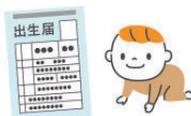
性の在り方には主に4つの要素があるといわれており、個性や違いを受け入れ、認め合うためにそれらの要素を知っておくことが大切です。

※表現する性以外の3つの要素とすることもあります

### 身体的性

体つきや性遺伝子などによる生物学的な特徴から、出生届により戸籍などに記載された性別です。

※「法律上の性」とする考え方もあります



### 好きになる性

恋愛感情や性的な関心が向かう性別を表す言葉。異性、同性、両性に向かう方のほか、誰に対してもそのような感情を抱かない方もいます。性的指向ともいいます。



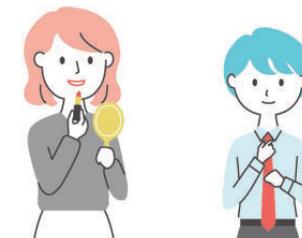
### 心の性

身体の性にかかわらず、自分が認識している性別のこと。性自認ともいいます。

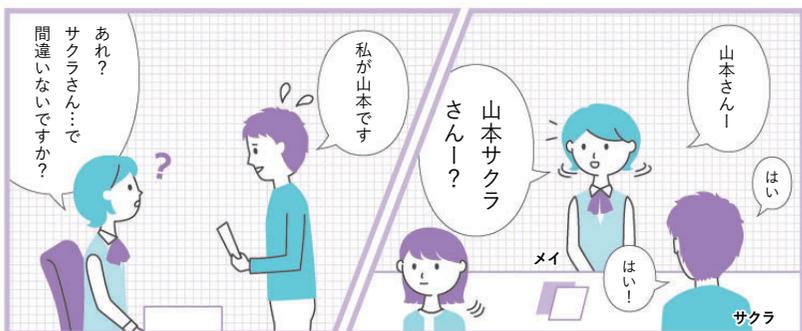


### 表現する性

服装や髪形、しぐさや言葉遣いなど、自分自身が性別をどのように表現するかということ。



## 窓口など公の場で



### 名前や容姿で判断しない

本人確認書類の提出を受けたときに、写真や記載されている性別、氏名と、本人の服装や容姿などから受ける印象により本人かどうか確信が持てないときは、生年月日や住所など、他の方法で確認するといった工夫を試みましょう。

### ！ LGBTフレンドリー指標制度

市では性的マイノリティーに関する企業での取り組みを進めることを目的として、当事者の方が利用しやすいサービスや、同性パートナーへの福利厚生があるといった取り組みをしている企業を、LGBTフレンドリー企業として61社登録・公表しています(8/19現在)。



札幌 フレンドリー指標 [検索](#)

## 打ち明けられたら



### 相手の話を受け止める

自分の性の在り方を打ち明けることを「カミングアウト」といい、いつ誰に話すかは、本人が決めること。カミングアウトをしない自由もあり、周囲から促されるものでもありません。打ち明けられたときには、最後までしっかり聞くことが大切です。また、本人の許可なく第三者に話すことは「アウティング」といい、相手をひどく傷つけ、追い詰めてしまう許されない行為です。絶対にやめましょう。

### ！ 理解して支える人になる

LGBTQの方たちを理解し、支援する人を「ALLY(アライ)」と呼びます。知識を身に付けることはその第一歩。自分の言動が相手にどう影響を与えるか想像してみることが大切です。まずはご自身のできることから始めてみましょう。

## こんな場面に出会ったことはありませんか？

LGBTQの多くの方は、さまざまな悩みを抱え、困難に直面しています。悪意がない無意識の言葉でも、意図しない形で誰かを傷つけ、つらい思いをさせているかもしれません。

## 友人や同僚と



### 多様性を認める表現を

恋愛対象は異性だけとは限りません。女性の恋人は「彼氏」、男性の恋人は「彼女」と想定されがちですが、「恋人」や「パートナー」など性別にとらわれない表現を覚えておきましょう。

### ！ 性別を限定しない言葉を使う

お互い納得している場合を除いて、状況により性別を限定しない言葉遣いも大事です。

**言い換え** ・男らしい、女らしい → ●●さんらしい  
**の例** ・息子さん、娘さん → お子さん

## 学校や職場で



### 差別的な言動には同調しない

学校や職場など、日常生活における差別的な言動は、向けられている本人はもちろん、周囲の人も傷つけている可能性があります。みんなと一緒に笑わない、話題を変えるなどの対応のほか、時には良くないと指摘することも必要です。

### ！ 性別を笑いの対象にしない

自分と他人の違いは、差別や笑いの対象とするものではなく、互いに認め合うものです。

**良くない例** ・同性同士で仲が良いことを冷やかす  
・「こっち系？」「オネエっぽい」とからかう

## 札幌市の取り組み

### LGBTほっとライン ☎728-2216

木曜16時～20時(年末年始を除く)

性別の違和感や同性愛などの悩みを電話で相談できます。本人のほか、家族やカミングアウトを受けた方など、どなたでもお電話ください。お話しした内容が外部に漏れることはありません。

### パートナーシップ 宣誓制度

一方が双方が性的マイノリティーである二人が、互いを人生のパートナーとして約束した関係であることを市長に宣誓する制度です。予約制のため、希望する方は事前に男女共同参画課☎211-2962へご連絡ください。

札幌 パートナーシップ宣誓 検索

## 誰もが自分らしく 生きられる社会へ

社会にはいろいろな方が生きていて、誰もが一人一人違っていています。今回の特集で見てきた多様な性の在り方を知ることは、自分自身や周囲の人を理解するきっかけとなるかも知れません。多様な在り方をお互いに尊重し合い、誰もが自分らしく生きられる社会を、一緒につくっていきましょう。

小さなストレスが重なることは多いです。性別を間違われたり、意外な場所で身分証の確認を求められたりするなどの直接的なことのほか、カフェで他の女性に渡されている膝掛けを私には渡してもらえないといった「あれ、これって男性と思われたのかな」という、間接的なこともたくさんあります。そうした中には「そもそも性別で分ける必要ないよね」と感じるものも。このような、考えなくてもいいはずの日常の一つ一つの引っ掛かりが積み重なることで、自分が否定されるように

とても大変なんです。見ないように工夫して心にふたをしている方も多いと思います。今後、社会に望むことは、私は当事者として活動していますが、「私は性的マイノリティーです」とって表立って言いたいわけではないんです。性的指向って誰にでも話すことじゃないですよ。でも今はまだ、誰かが表明しないと「自分の周囲にはいない」と思われてしまうのではないかと感じています。社会と一緒に生きていることが当たり前前の世の中になるよう、一歩ずつ

つ進められたらいいですね。最後に、現在悩んでいる方に伝えたいことはありますか？ 私はカミングアウトが絶対に正しいことは考えていません。その選択は個人のもの。これは、皆さんに伝えたいことです。また、今まさに性に違和感を覚えた方もいるかもしれません。40代・50代で初めて感じる方もいます。そのことに悩み、苦しくなることもあるかもしれません。同じような悩みを抱える仲間がいます。一人じゃないことを、知ってほしいです。

### さっぽろレインボープライド

LGBTQ、アライ、さまざまな人が「自分らしさ」を表現し、つながりを見つめる場所を目指すイベント。みんなで歩くパレードも行います。市では、9/17(土)18時～22時にテレビ塔をレインボーカラーに点灯します。  
日時 9/17(土)、18(日)12時～17時。パレードは18(日)14時開始、参加には当日の13時までに会場内で受け付けが必要  
会場 中央区南1西2～3  
詳細 同実行委員会Eメールsprrainbowpride@gmail.com



## 当事者の方に インタビュー

さっぽろレインボープライド  
実行委員会 実行委員長

やなぎ や ゆ み  
柳谷 由美さん

2010年からLGBTQに関する啓発活動や、当事者向け交流イベントなどを開催。自身もレスビアンであることを公表し、2018年から「さっぽろレインボープライド」の実行委員長を務めている。

「自身の性」について意識したきっかけは？

中学生までは意識したことではなく「自分は女性だから、好きになったり結婚したりするのは男性なんだろうな」と漠然と思っていましたが、高校生の頃に女の子から告白され、違和感なく受け止めることができました。その時、「そういう生き方もあるよ」ということを、教えてもらったような感覚でした。

カミングアウトしようと思った理由は？

打ち明けようと思ったのは24歳の頃で、それまで高校では性的マイノリティーであることを広められていじめに遭い、大学もなじめずに中退、社会人になっても職場に言えずに離職ということが続き、ふさぎ込んでいる時期でした。性的マイノリティーである自分を本当の意味では肯定できず、悩みの根本を親にも友達にも言えずにいて。そういったことが自分一人を抱えきれ

ご家族の反応は？

私の家族の場合はほうほうずき付いていたようで、自分の言葉で伝えた時は「自分の生きたいように、自分らしく生きたい良いんじゃない」と言ってくれました。今では良き理解者として、応援してくれています。

生活の中で壁を感じることは？

私の心の性は女性ですが、いわゆるボーイッシュな見た目性別を判断されて、心に



2019年開催時のさっぽろレインボープライド