

多様な性

知っていますか？

わたしたちは、一人ひとり
異なる自分らしさを持っています。

その一つが「性」であり、
性はグラデーションのように多様です。

しかし、多様な性への無理解から
生きづらさを抱える人たちもいます。
誰もが自分らしく生きられる社会をつくるために

まず、「性」について
知ることからはじめませんか。



性のあり方の3要素

わたしたちの性は、「女性」「男性」いずれかに分けられるものではありません。3つの要素が混ざりあって、一人ひとりの性のあり方を決定づけています。



女性



男性

①からだの性

外性器・内性器・性腺・染色体の 状態や性ホルモンのレベルなどから定められるからだのつくり。

両性の身体的特徴を持って生まれる場合もある。
からだの性の特徴から戸籍の性が割り当てられる。

②こころの性

自分で自分自身の性別をどのように認識しているかという「**性自認**」を意味する。

「からだの性」と一致する人も、しない人等もいる

③好きになる性

恋愛や性愛の性を表す「**性的指向**」のこと。自分で選びとるというより、多くの場合思春期ごろに気づくもの。

性的指向は、異性に向かう異性愛、同性に向かう同性愛、男女両方に向かう両性愛、男女どちらにも恋愛感情を抱かない人等がある。

性はグラデーション

それぞれ異なるからだの性

受精卵から赤ちゃんとして生まれてくるまでの過程（性分化）で、からだの違いが作られます。**一人ひとりが異なる特徴**を持って生まれてきます。

【染色体】

“体の設計図”である遺伝子を含む集合体です。多くの人は46本持っていてそのうちの2本が性染色体といわれ、多くの男性がXY、多くの女性がXXです。

【性腺】

精子や卵子を形成し、また男性ホルモンや女性ホルモンを産生する器官です。多くの男性は精巣、多くの女性は卵巣です。



【内性器】

体の内部の生殖機能を司る器官です。多くの男性は精巣上体など、多くの女性は子宮や卵管です。

【外性器】

体の外部の生殖機能を司る器官です。多くの男性は陰茎と陰嚢、多くの女性は陰核と陰唇です。

出典：一般社団法人日本内分泌学会ホームページ「性分化疾患」2021.7閲覧

性分化疾患（DSD : Disorder of Sex Development）

日本では、年間約300人※の赤ちゃんが、一般的な男の子・女の子とは異なる性分化を経て生まれてくるといわれています。

内性器だけに影響が現れ、からだの外からはわからないこともあれば、赤ちゃんの外性器が予想していたのと違うように見えることもあります。

※出典：「からだの性の成り立ちについて」英国性分化疾患家族の会（2019）

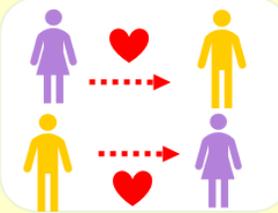
SOGIとLGBTQ



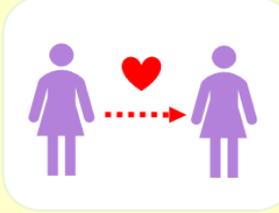
SOGI（ソジまたはソギ）とは？

誰もが持つ性的指向（Sexual Orientation）と性自認（Gender Identity）のことです。みんなが多様な性のひとりです。性的指向や性自認は、成長の過程や時期によりゆらぐこともあります。

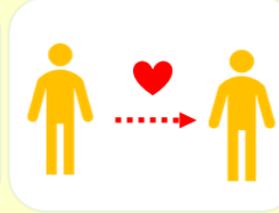
性的指向（Sexual Orientation）



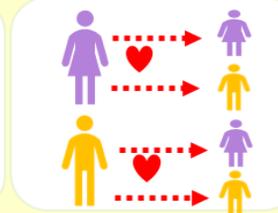
Heterosexual
ヘテロ
セクシュアル
異性愛者
恋愛対象が
異性に向いている



Lesbian
レズビアン
女性の同性愛者
こころの性が
女性で
恋愛対象も女性



Gay
ゲイ
男性の同性愛者
こころの性が
男性で
恋愛対象も男性



Bisexual
バイ
セクシュアル
両性愛者
恋愛対象が
女性にも男性にも
向いている

など

性自認（Gender Identity）



Cisgender
シスジェンダー
からだの性と
こころの性が一致
している人のこと



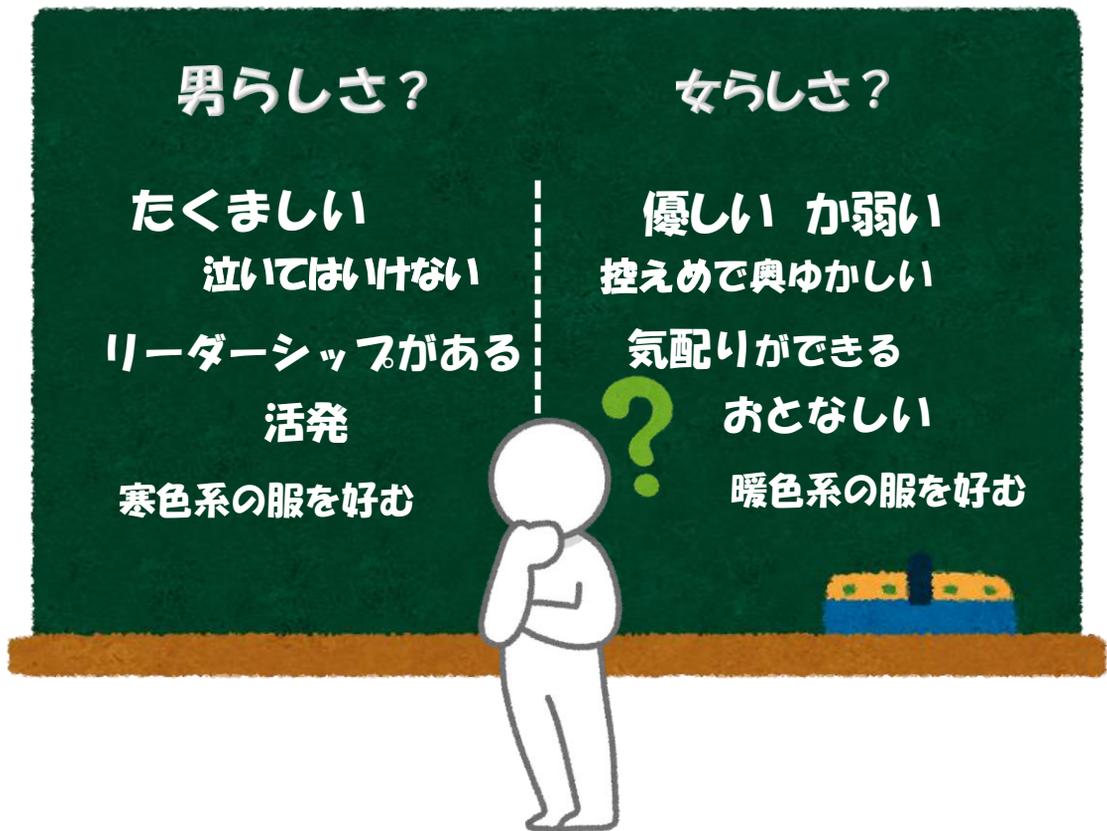
Transgender
トランスジェンダー
からだの性とこころの
性が一致しないため、
からだの性に違和感を
持つ人のこと

など

LGBTQとは？

Lレズビアン・**G**ゲイ・**B**バイセクシュアル・**T**トランスジェンダー、**Q**クエスチョニング（自分自身のセクシュアリティを決められない、分からない、または決めない人）の頭文字をとって性的少数者を表す言葉の一つとして使われることがあります。

社会的・文化的な性 ジェンダー



ジェンダーとは？

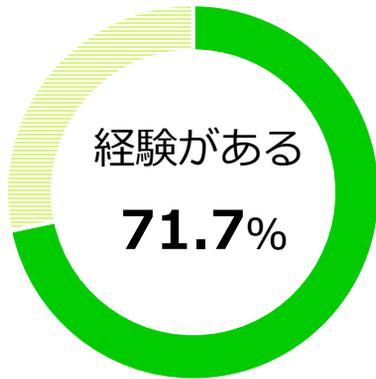
特定の社会が男性及び女性に“ふさわしい”と考える社会的に構築された役割、態度、行動、属性を指します。 【参考：世界保健機関（WHO）】

「男らしさ」「女らしさ」といった枠の中で「こうあるべき」と決めつける規範意識は、一人ひとりの個性や能力を見過ごすだけでなく、その枠に当てはまらない人への偏見や差別を生み、多くの人の生きづらさにつながっています。

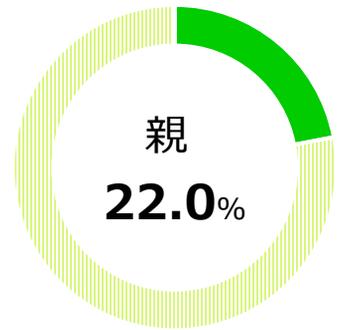
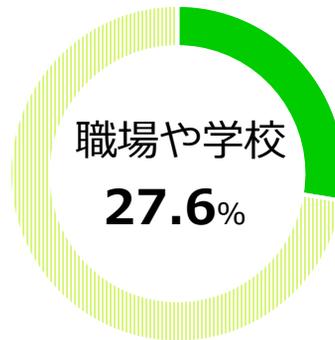
性的少数者の生きづらさ

LGBT当事者の現状

職場や学校での差別的発言



LGBT・性的少数者
カミングアウトの状況



※カミングアウトとは、自分の性のあり方を他の人に打ち明けること。

出典：「LGBT当事者の意識調査」2016宝塚大学看護学部日高研究室

社会の現状 (埼玉県)

学校で性的マイノリティについて学んだ経験
(n = 5606)

	経験がある	この形で学んだことがない
学校で図書館などを利用して自ら調べた	4.4%	92.4%
学校の授業で学んだ	10.9%	86.1%
学校が開催した講演会などで話を聞いた	5.4%	91.4%

「この形で学んだことがない」が8割以上

性のあり方に対する考え (n = 5606)

	思う 「どちらかという とそう思う」含む	思わない 「どちらかという とそう思わない」含む
性のあり方は人それぞれである	88.0%	10.6%
男の子は男の子らしく女の子は女の子らしく育てるべきだ	47.4%	51.1%

半数近くが「思う」と回答

出典「埼玉県多様性を尊重する共生社会づくりに関する調査報告書」
(令和3年埼玉県) ◆対象：埼玉県内に住む18歳以上64歳以下の方

性的少数者の困難の特徴

存在が見えにくい

ジェンダー規範を強要・強制される

家庭や地域など周囲の人に頼れない

～日常で直面する困難～

性的少数者の声

SOGI（性的指向・性自認）を理由とした困難は、日常の様々なところがあり、性的少数者をはじめとした人たちにとって大きな壁となっています。

学校



- 学校で「男のくせに」「気持ち悪い」「ホモ」「おかま」「レズ」などと侮辱的な言葉を投げかけられ、自尊感情が深く傷つけられた。
- 性的指向について、教員や同級生「うちの学校にはいない」と言われ、何も言い返すことができなかった。

仕事



- 性別違和があるにも関わらず、戸籍性の姿を強制されたり、性自認の性別の服装を非難され苦痛を感じた。
- 取引先との商談や飲み会の席で、信頼して打ち明けていた上司に「こいつゲイなんですよ」とアウティングされた

生活



- パートナーが入院したが、病室での付き添いや看護をさせてもらえなかった。
- 地方では、周囲に性的指向や性自認等についてカミングアウトしづらく、心から打ち解けられる友人ができず、住み慣れた土地を結局離れて都会に出ざるを得なかった。

出典：「性的志向及び性自認を理由とするわたしたちが社会で直面するリスト（第3版）」LGBT法連合会（2019年）

カミングアウトとアウティング

カミングアウトとは

性的少数者が、自身の性的指向や性自認について他者に伝えること

カミングアウトをするかどうかは、本人の自由意志によるべきであり、カミングアウトしようとするのを止めたり、カミングアウトを強制することは不適切です。



カミングアウトされたとき（こころがけるポイント）

- 1 カミングアウトは、**信頼している証**。落ち着いて話を聞き、受け止めましょう
- 2 必要に応じて、誰に伝えているのか、誰に伝えてよいのかを確認しましょう
- 3 一人で受け止めきれない時や、誰かに相談したい時には、匿名で利用できる相談窓口などがあります。

アウティングとは

カミングアウトされた人が、（善意であっても）本人の同意なく第三者に話してしまうこと。

※直接口頭で話す以外にも、SNSなど不特定多数の人に情報を流す行為もアウティングにあたります。

性的指向や性自認というセンシティブな情報を意に反して明かされることは、当事者の方が非常に傷つき、精神的に追い込まれる（強い不安感や緊張感）等の可能性があるため、十分注意しましょう。

人権
侵害



いまできること

性的少数者にとって、周りにどんな人がいるのか、どんな環境であるかで、生きやすさは変わっていきます。「自分をわかってもらえる人がいる」ことは、大きな安心につながります。誰もが多様な性を理解し行動していきましょう



多様な性を理解し行動するために

性のあり方は、多様であると認識し、正しい知識を身に付ける

「ホモ」「オカマ」「レズ」「オネエ」といった言葉を使ったり、からかいのネタにしない

性別に中立な言葉を使用する

(例) 「彼氏」「彼女」→「パートナー」「恋人」

性的指向や性自認に対し「どこかおかしいのでは」「問題があるのでは」「気持ち悪い」などとうわさ話をしない

性別にとらわれた「男らしさ」「女らしさ」を押し付けたりしない

個人のプライベートを必要以上に詮索しない

誤解や差別的な言動を見聞きしたときには、見て見ぬふりをしないで声をあげる

カミングアウトをされた時には落ち着いて話を聞き、受け止める

アウトティング（本人の同意なくその人の、性的指向や性自認を公にすること）をしない。

など

みんなちがってあたりまえ

顔や声が異なるように性のあり方も

人それぞれです

性別にとらわれることなく

互いの違いを認め合い

尊重しあえる社会は

誰にとっても生きやすい社会であり

こうした社会は

一人ひとりの意識からつくられていくのです



ひとりで悩まず相談してください

多様な性に関する悩み等を相談できる窓口です。

にじいろ県民相談（埼玉県LGBTQ県民相談）

☎ **0570-022-282**

毎週土曜日 18時～22時（最終受付時間21時30分）
（年末年始を除く）

LINEによる相談 ①または②のいずれかで登録を行えます。

①右の二次元コードを読み込む。

②LINEアプリのホーム画面で「埼玉県_にじいろ県民相談」
を検索し登録する。

※相談料無料（通話料及びSNSのデータ通信料は相談者の負担）



性的指向・性自認に関する悩み
がある方及びその周りの方など
の相談を受けています。

（埼玉県内に在住、通学及び
在勤の方）

よりそいホットライン（一般社団法人社会的包摂サポートセンター）

☎ **0120-279-338**

※LGBTQの相談は、ガイダンスにそって#4を押してください

FAX: **0120-773-776**（通話による聞き取りが難しい方）

※ 24 時間、無休、相談料・通話料は無料

どんな人のどんな悩みにもより
そって、一緒に解決する方法を
探します。

埼玉県男女共同参画推進センター（With You さいたま）

☎ **048-600-3800**（さまざまな悩み相談）

☎ **048-600-3700**（DVに関する相談）

月～水曜日、金・土曜日 9時30分～20時30分

日曜日、祝・休日 9時30分～17時（木曜日・年末年始を除く）

家族、パートナー
DV、人間関係などの相談を受
けています。

埼玉県立精神保健福祉センター（精神保健に関する相談に限る）

☎ **048-723-6811**（さいたま市の方を除く）相談予約へ

※来所相談予約受付時間

月曜日～金曜日 9時～17時（祝日・年末年始を除く）

精神保健に関する問い合わせ・
来所相談を受けています。

埼玉県立精神保健福祉センター（埼玉県こころの電話）

☎ **048-723-1447**（さいたま市の方を除く）

月曜日～金曜日、9時～17時（祝日・年末年始を除く）

こころの健康や悩みに関する
電話相談です。

埼玉県立総合教育センター よい子の電話教育相談

（県内の小・中・高校生・青少年〔原則 18 歳まで〕に関する相談）

子ども用 **#7300** または **0120-86-3192**

保護者用 **048-556-0874**

※ 電話は24 時間、無休

Eメール相談 **soudan@spec.ed.jp**

※Eメール相談の受信確認・返信は、平日の9時～17時

いじめ、不登校、学校生活、
性格、行動などに関する相談を
受けています。

相談先はいろいろあるよ



相談先を知っていると心強いね