

性の多様性をよりよく理解するためのHANDBOOK

# 多様な性があることを 知っていますか？



## —誰もが自分らしく生きるために— 性の多様性について

**知ろう！** 性の多様性について正しい知識を持とう！

**理解しよう！** 当事者を理解する人を増やそう！

**変わろう！** （無意識の偏見） アンコンシャス・バイアスを取り払おう！



# 多様な性のあり方(セクシュアリティ)

## 戸籍・法律上の性

戸籍(法律)上で登録された性別  
(出生時は、体の特徴に基づいて登録される)

## ジェンダー・アイデンティティ (性自認)

自分の性別をどう認識しているか

## 性的指向

恋愛感情や性的感情がどの性に向いているか

## 性別表現

服装やしぐさ、言葉づかい

性別は「男性」と「女性」と思われるがちですが、性のあり方は多様で、一人ひとり違います。ジェンダー・アイデンティティと生まれた時の法律上の性が異なる人や異性が好きと限らない人もいます。



ジェンダー・アイデンティティは女性ですが、  
出生時は男性と言われました。  
女性として男性を好きになります。  
(トランスジェンダー女性)

ジェンダー・アイデンティティは男性ですが、  
出生時は女性と言われました。  
男性として男性を好きになります。  
(トランスジェンダー男性/ゲイ)



ジェンダー・アイデンティティも  
出生時の性別も女性です。  
女性として男性も女性も好きになります。  
(バイセクシュアル)



※セクシュアリティは多様で、上記は一例です。

※「ジェンダー・アイデンティティ」や「性的指向」が、わからない、決められない、決めたくない人もいます。



# LGBTとは

性のあり方が少数派の人たちを「LGBT」や「性的マイノリティ」と呼ぶことがあります。

日本国内における性的マイノリティの方々の割合は、およそ5~10%と言われています。(左利きの人々と同程度の割合) <sup>※1</sup>

※1 出典: 東京都パートナーシップ宣誓制度をよりよく知るためのハンドブック

L

## Lesbian レズビアン

女性として女性を好きになる人

G

## Gay ゲイ

男性として男性を好きになる人

B

## Bisexual バイセクシュアル

異性も同性も好きになる人

T

## Transgender トランスジェンダー

ジェンダー・アイデンティティと出生時の戸籍・法律上の性が異なる人



## [LGBTQ]

Qは クエスチョニング Questioning(性のあり方がわからない、決めたくない、決めない人)の頭文字です。その他の性のあり方を含めてLGBTQ+(プラス)ということもあります。例えば、ノンバイナリー(ジェンダー・アイデンティティが「男性」「女性」で言い表せない人)やアセクシュアル(性的指向が特定の誰かに向かない人)など、性の多様性を表すための言葉が生まれています。

# 困っていること

## 学校に関すること

- 制服のこと  
制服などで男女分けが苦痛に感じた。
- いじめのこと  
「おかま」「ホモ」など差別的な呼称で呼ばれた。
- 相談相手のこと  
こころを許すことができる先生や友達がない。
- 進路のこと  
不登校になり、希望する進路をあきらめた。

## 就職・仕事に関すること

- 就職活動のこと  
履歴書等の性別欄が障壁となり、希望する会社をあきらめた。
- 職場でのいじめのこと  
職場でハラスメントを経験した。
- 環境のこと  
職場で周りからの理解・協力が得られない。
- 福利厚生のこと  
配偶者や家族の定義に同性パートナーが含まれず、手当や休業などの必要な制度を利用できない。

## 医療・福祉に関すること

- メンタルヘルスのこと  
周囲の理解がなく、精神的に不安定になり、自傷に及んだ。
- 病気のこと  
病院での告知の際、親族でない事を理由に拒否された。
- DVのこと  
パートナー間での暴力を相談することができない。
- 老後のこと  
望む性別で福祉施設に入居できるのか不安。

## 住宅・災害に関すること

- 賃貸住宅のこと  
同性カップルであることを理由に入居を拒否された。
- 住宅ローンのこと  
ペアローンが組めず希望の住宅を購入できない。
- 災害時の支援物資のこと  
下着・ひげそり・生理用品等、支援物資が男女別で必要なものが受け取れない。
- 災害復興住宅のこと  
世帯ごとに取り扱われるため、同性パートナーと入居できるのか不安。

# こんなときは

## カミングアウトされたら

カミングアウトするということはとても勇気がいることです。

あなたを信頼しているメッセージであり、打ち明けた人も、打ち明けられた人も対等です。

- 「話してくれてありがとう」と伝えましょう。
- 「何かできることはないか」「一緒に考えよう」と共感し、支える姿勢を示しましょう。
- 情報共有の希望範囲を確認しましょう。(自分のみにとどめて欲しい/自分の他に伝えたい・伝えている/必要なら○○さんに伝えて欲しい)



## アウティングに注意

アウティングは本人の許可なくLGBTであることを他の人に暴露することです。

自分のセクシュアリティを他人に知られたくない人にとってアウティングは重大な人権侵害です。本人の同意なしに他の人に話してはいけません。

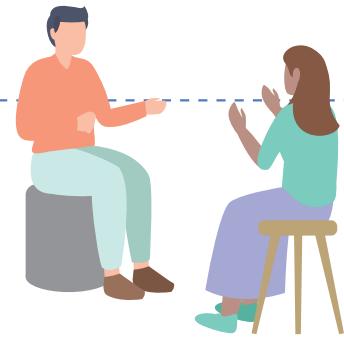
## [SOGI(ソジ)～他人ごとから自分ごとへ]

性的指向 (Sexual Orientation = SO)<sup>※1</sup>とジェンダー・アイデンティティ (Gender Identity = GI)<sup>※2</sup>の頭文字をとった言葉で、すべての人の性のあり方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」(ソジ)とする場合もあります。

SOGIは性的マイノリティの人だけではなく、異性が好きな人やジェンダー・アイデンティティと出生時の戸籍・法律上の性が一致している人にも関係するテーマです。

※1 性的指向: 恋愛感情又は性的感情の対象となる性別についての指向

※2 ジェンダー・アイデンティティ: 自己の属する性別についての認識に関するその同一性の有無又は程度に係る意識「性的指向及びジェンダー・アイデンティティの多様性に関する国民の理解の増進に関する法律」より





# 今日からできること

性的マイノリティの人に対するいじめや差別、偏見は人権問題です。多様な性があることを知り、人それぞれの性のあり方を尊重することが大切です。



性的マイノリティであることを理由にいじめたり、性のあり方を笑いのネタにしたりしてはいけません。

自分の周りに性的マイノリティの人人がいるかもしれないと思って行動しましょう。

「彼女（彼氏）いるの？」と性的指向を決めつけたり、見た目で性別を決めつけたりする表現に気をつけましょう。



性的マイノリティに対する理解と支援の意思を表明している人のことをアライ(Ally)といいます。

## [レインボー]

6色のレインボー（赤・橙・黄・緑・青・紫）は、性的マイノリティの国際的な象徴とされています。アライであることの表明にも使われます。



# ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会の実現を目指して

令和6年4月施行の条例「品川区ジェンダー平等と性の多様性を尊重し合う社会を実現するための条例」では、ジェンダー平等と性の多様性の尊重の視点に基づいた施策を推進するための基本理念を定め、性別や性的指向、ジェンダー・アイデンティティにかかわらず、一人ひとりがその人らしさを発揮しながら、互いに尊重し合い、誰もが自分らしく生きられる社会の実現を目指しています。

性的マイノリティ当事者の方々が日常で直面している困難を解消するためには、区全体で性の多様性に対する理解を深め、差別や偏見をなくしていく必要があります。

区民、事業者、教育関係者の皆様と一緒に取り組みを進めていくことで、様々な生活の場面での困難や生きづらさの解消につなげていくことができます。誰もが自分らしく生きられる社会にしていくために、性の多様性の理解について皆様のご協力をお願いします。



## 「東京都パートナーシップ宣誓制度」の活用

東京都パートナーシップ宣誓制度は、「東京都オリンピック憲章にうたわれる人権尊重の理念の実現を目指す条例」に基づき創設され、性的マイノリティのパートナーシップ関係にあるお二人からの宣誓・届出を、東京都が受理したことを証明（受理証明書を交付）する制度です。

品川区では、パートナーシップ関係にある方の生活上の不便を軽減し、性別等にかかわらず誰もが暮らしやすい環境につなげていくために、東京都パートナーシップ宣誓制度の受理証明書を活用した行政サービスを提供しています。



## 相談窓口

### 品川区ジェンダー平等推進センター

にじいろ相談 (LGBTQ専門相談)

◎予約優先 (年末年始を除く)

●面接相談 [事前予約制]

**TEL.03-5479-4104**

※電話相談の予約もお受けします。

●電話相談 [予約不要]

**TEL.03-5479-4105**

[第2土曜日]

10:00~11:45／13:00~16:15

[第4水曜日]

14:00~19:45

※自分の性や性的指向、ジェンダーアイデンティティなど

に関する悩みについて専門相談員がお受けします。

こころのカウンセリングSNS相談

(LINEの友だち追加から)

友だち追加はこちらから ➡



◎専門相談員がお受けします。

月・水曜日 (年末年始を除く)

15:00~19:30

女性相談員による総合相談

(法律相談、カウンセリング相談、DV相談)

●詳細はお問い合わせください

**TEL.03-5479-4104**

(平日9:00~17:00／年末年始除く)

Tokyo LGBT相談 専門電話相談

(東京都)

**TEL.050-3647-1448**

(火・金18:00~22:00／祝日・年末年始除く)

Tokyo LGBT相談 専門電話相談

(事業者の方向け)

(東京都)

**TEL.050-3138-4011**

(火・金10:00~17:00／祝日・年末年始除く)

Tokyo LGBT相談 専門LINE相談

(東京都)

**LGBT相談@東京**

(月・水・木17:00~21:30／祝日・年末年始除く)



よりそいホットライン

(一社)社会的包摂サポートセンター)

**TEL.0120-279-338**

(24時間対応)

### 品川区ジェンダー平等推進センター

開館時間 9:00~21:30 (事務室 9:00~17:00)

休館日 保守点検日、年末年始  
(事務室 土・日曜日、祝日、年末年始)

〒140-0011

品川区東大井5-18-1 きゅりあん3階  
TEL: 03-5479-4104 FAX: 03-5479-4111

ホームページはこちらから ➡

