

満天のほし

心を空っぽにして  
すべてを受け入れるスペースを  
作ったら、

静かに考えてみよう。

みんなが同じなんてこと  
あるの？

みんなの個性を認めて  
みんなで輝き合おうよ。



# イチから学ぼう LGBT

## LGBT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の  
頭文字をとった総称であり、セクシュアル・マイノリティ(性的少数者)を指します。

LGBT以外にも、多様な性のあり方があります。

本冊子では、様々な性のカタチを総称してLGBTとしています。

関市 市民協働課

発行

〒501-3894 岐阜県関市若草通3丁目1番地  
電話: 0575-23-7711 ファクス: 0575-23-7744  
shiminkyodo@city.seki.lg.jp

# LGBTとは？

下の4つの頭文字をとった、  
セクシュアルマイノリティ(性的少数者)  
の総称の一つ

平成28年8月10日、関市では、  
LGBTへの理解をより広く深めるために、  
その取り組みを始める決意として  
「LGBTフレンドリー宣言」をしたよ



関市イメージ  
キャラクター  
「関\*はもみん」

**L** **esbian**  
レズビアン

**女性  
同性愛者**

**G** **ay**  
ゲイ

**男性  
同性愛者**

**B** **isexual**  
バイセクシュアル

**両性愛者**

**T** **ransgender**  
トランスジェンダー

からだところの性が  
一致しない人

**性同一性障害** トランスジェンダーのうち、  
性別適合手術などを望む人の  
医学的な診断名

このほかにも もっと様々なセク シュアリティ(性のあり方)が存在

誰ひとりとして 同じ「性」 をもっている人は いない

## LGBT以外の多様な性のカタチ

**シスジェンダー**

出生時に割り当てられた  
性別と性自認が  
一致している人

**Xジェンダー**  
(エックス)

性自認が男性・女性  
どちらかと  
認識していない人

**クエスチョニング**

性自認もしくは性的指向が  
まだはっきりと  
していない人

**パンセクシュアル**

全てのセクシュアリティが  
恋愛や性愛の  
対象になる人

**Aセクシュアル**  
(エイ・ア)

他者に性的感情を  
抱かない人

**ヘテロセクシュアル**

恋愛・性的対象が  
異性の人

※性同一性障害という言葉は、APA(米国精神医学会)においては2013年に「性別違和」に変更され、WHO(世界保健機関)においては2019年に精神疾患から外され「性別不合」に変更されることが決定しました。

# 「性」の4つの要素

女

男

## からだの性 生物学的性

性染色体、外性器、内性器  
などから判断されます。

## こころの性 性自認

自分の性別を  
どのように感じるのか。

## 好きになる性 性的指向

恋愛や性愛の対象となる  
性別のこと。

## 表現する性

ふるまいやみかけのこと。

## レズビアン

※こころの性が女性で、女性を好きになる人



## ゲイ

※こころの性が男性で、男性を好きになる人



レズビアン、ゲイはこころの性で決まります。

## バイセクシュアル

※異性と同性、どちらの性別も好きになる人

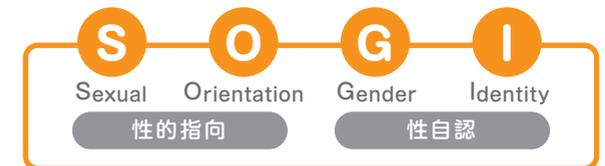


## トランスジェンダー

※出生届・戸籍上の性別とは違う性別で生きる人、生きたい人



**SOGI**とは  
(ソジ・ソギ)



セクシュアルマイノリティに限らず、すべての人に関わる性の要素であり人権の問題です。

性的指向が同性に向く人もいれば、同性・異性の両方に向く人、他者に恋愛感情を抱かない人、自分を「男性」もしくは「女性」と感じる人、どちらの性別でもないと感じる人、自分を男性とも女性とも決めたくない人など、グラデーションのように、ひとりに様々な性のカタチがあります。

誰もがそれぞれの性的指向や性自認を持っており、それらを考えることはすべての人の「生きやすさ」につながります



# 学校の中で困っていること



## 恋愛の話

彼氏(彼女)いるの?  
(異性愛を前提)

お前  
彼氏いるの?



か、彼氏...

## 呼称

Aくん

Bちゃん

性別に違和を感じている  
トランスジェンダーにとっては、  
「俺」「僕」「私」など、  
どの一人称を使ったらいいのか  
戸惑ってしまう場合があります。  
また、「くん」「ちゃん」など  
男性・女性の呼ばれ方に  
苦痛を感じる人がいます。

こころの性とは異なる  
トイレ・更衣室を  
利用することに  
苦痛を感じる人がいます。

## トイレ・更衣室



## 健康診断

他の人からからだを  
見られることに  
苦痛を感じる人がいます。



## 修学旅行

お風呂と一緒に入る時に  
他の人からからだを見られることに  
苦痛を感じる人がいます。



## 制服

特にトランスジェンダーの場合、  
こころの性と異なる制服を  
着ることに苦痛を  
感じる人がいます。



## 電話相談

24時間 通話無料

よりそいホットライン

0120-279-338

➔ 性別や同性愛などに関わる相談  
(電話をかけた後「4番」を押してください)

レインボー・ホットライン

0120-51-9181

毎月第1月曜 19時～22時

LINE  
相談も  
実施



# 実際のエピソード



## 20代 トランスジェンダー

中学生の時に「うちのクラスには  
そういう人(LGBTを含むセクシ  
アルマイノリティ)はいないから」  
と先生が話しているのを聞いて、  
自分の存在を否定されたようで  
とてもショックを受けました。



## 20代 レズビアン

ホモ・レズといった言葉がネタと  
して使われていて、友達だけでは  
なく先生も一緒になって笑って  
いるのを見て、自分のセクシ  
アリティがばれたら絶対に生きて  
いけないと思いました。



## 30代 ゲイ

家族で見ていたバラエティ番組  
でセクシュアリティのことが笑い  
のネタになっていました。その時  
に親が「こういうことで人の笑い  
を取るのはいくれないよね」と話を  
していて親にカミングアウトして  
も大丈夫かも…とカミングアウト  
するきっかけになりました。



## 30代 バイセクシュアル

学生の時に友達がLGBTのこ  
とをネタとして話をしているのを  
聞いて、先生が「世の中にはいろ  
んな人がいる。同性で結婚ができ  
る国もある」と話をしてくれたのが  
嬉しかったです。

# みんなでアライ(Ally)になろう！

## アライとは？

??

LGBTの友だちをやさしく受け入れる人  
英語のAlly(「支援者」「同盟」「味方」)に由来する言葉

### アライが増えると...

みんながカミングアウト  
しやすくなる  
カミングアウトしなくても、  
安心して生活できる



みんながアライが増えれば  
みんなが幸せになるよ

## 君もアライに!

### 1 知る!



いないわけ  
ないじゃん

- 君の周りにもLGBTの友だちはいるよ
- LGBTのことを知る

### 2 変わる



差別用語を  
使っている人を  
注意してね

- 普段の何気ない会話で「ホモ」「レズ」「おかま」といった差別用語を使わない
- LGBTの人たちが嫌がる言動はしない
- 友だちからカミングアウトを受けたらそれは信頼の証。「ありがとう」を伝えよう

カミングアウトの内容を勝手に広めることは本人の居場所を奪ってしまうことになるかもしれないよ



本人の許可のない人に本人の秘密を話すことは絶対にダメ!!

### 3 受け入れる

- 「誰かが」違うのではなく、「誰もが」少しずつ違っている。ありのままを受け入れよう