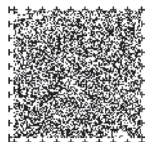


みんなで知る性の多様性

おおいたにじいろブック



大分県



音声コード
Uni-Voice

このパンフレットを読んでいただく皆さまへ

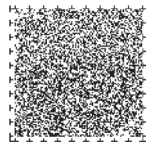


どのような性別の人を好きになるのか、自分の性別をどう認識しているか、などといった「性のあり方」は人それぞれです。価値観や感情などが人によって異なるように、性のあり方も一人ひとりで違います。

大分県は、多様性を認め合い、誰もが自分らしく生きることができる社会の実現を目指しています。このたび、皆さまの理解に役立てていただくため、性の多様性について学ぶパンフレットを作成しました。

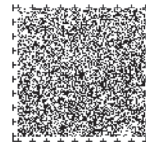
性の多様性や、性的少数者の困りごとなどを知り、個々に異なる性のあり方それぞれを尊重することが大切です。そして学校、職場など、さまざまな場面で私たちができることを考え、行動につなげてほしいと願っています。

性の多様性について考えることは、共生社会への第一歩でもあります。お互いの違いを尊重し合い、誰もが安心して暮らせる大分県を、一緒につくっていきましょう。



目次

1. 性のあり方は多様？	04
2. SOGIE と LGBT	05
3. カミングアウトとアウティング	06
4. 性的少数者の困りごと	08
5. さまざまな場面でできること	10
①学校 ②職場 ③医療機関 ④災害時 ⑤日常生活で大切にしたいこと	
6. パートナーシップ宣誓制度、相談窓口について	16
7. 支援団体の紹介	18
8. 監修者からひとこと	19



1. 性のあり方は多様？



誰もが「異性」を好きになるものなの？

みんなが自分の性別に違和感なく生きてるの？

答えは
NO
です



一人ひとりの「性のあり方」は虹のようにグラデーションであると
言われているよ。

性を構成する
4つの要素

4つの要素の組み合わせによって、多様な「性のあり方」が存在します。
「性のあり方」は一人ひとり、それぞれ違います。

法律上の性

出生時に、生物学的な身体の特徴により割り当てられ、戸籍などに記載される

性的指向

恋愛感情や性的な関心がどの性別に向いているか、向いていないか

性別表現

服装や髪型、言葉づかい、しぐさなど、自分の性別をどう表現するか

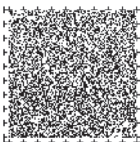
ジェンダーアイデンティティ(性自認)

自分の性別についてのある程度の一貫性を持った認識



法律上の性は変更が認められることもあるんだって(P15参照)

自分自身の「性のあり方」についてあらためて考えてみよう！



2. SOGIE と LGBT

S ^ソ **O** **G** ^ジ **I** **E**

Sexual Orientation 性的指向 **Gender Identity** ジェンダーアイデンティティ (性自認)

これに **Gender Expression** (性別表現)を加えて **ソジー SOGIE** といいます。

SOGIとは、性的指向とジェンダーアイデンティティ(P4参照)を表す言葉です。すべての人にそれぞれのSOGIがあります。

LGBTとは、レズビアン、ゲイ、バイセクシュアル、トランスジェンダーの頭文字をとった言葉です。性的少数者を表す言葉として定着していますが、**L、G、B、T**以外にも、さまざまな性のあり方があります。

SO	性的指向に関する言葉 Sexual Orientation	GI	ジェンダーアイデンティティに関する言葉 Gender Identity
-----------	----------------------------------	-----------	--

L レズビアン / Lesbian
女性で、性的指向が同性に向く人
女性同性愛者

T トランスジェンダー / Transgender
生まれた時に割り当てられた性別と異なる性を生きる人、生きることを望む人

G ゲイ / Gay
男性で、性的指向が同性に向く人
男性同性愛者

N ノンバイナリー / Nonbinary
性のあり方が男性か女性かという性別二元論にとられない人
日本では「Xジェンダー」ともいう。
※トランスジェンダーに含まれる

B バイセクシュアル / Bisexual
性的指向が男女どちらにも向く人

H ヘテロセクシュアル / Heterosexual
性的指向が異性に向く人
異性愛者

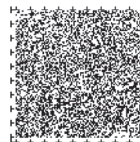
C シスジェンダー / Cisgender
生まれた時に割り当てられた性別に違和感がなく性自認と一致し、それに沿って生きる人

A アセクシュアル / Asexual
他者に性的に惹かれない人
アロマンティック / Aromantic
他者に恋愛愛的に惹かれない人



Q クエスチョニング / Questioning
自身の性のあり方について特定の枠に属さない人、わからない人、決めていない人など

◇性のあり方は多様であり、上記以外の表現もたくさんあります。



3. カミングアウトとアウトティング

カミングアウトとは

自分の性のあり方を自覚し、誰かに伝えることを「カミングアウト」といいます。

性的少数者がカミングアウトすることは、一般に勇気が必要なことで、極めて困難な状況を伴うことがあります。

なぜなら、自らの性のあり方を明らかにすることによって、差別や偏見を受けてしまうことが懸念されるからです。信頼する人を選んで行う場合が多いのですが、必要に迫られて行う場合もあります。

「普通に見える」や「そのうち治る」など、安易な声かけをするのはやめましょう。また、どの範囲までその情報を知らせているのか、知らせたくないのか、何かしてほしいのか、してほしくないのかなど、確認することも大切です。



カミングアウトは **本人が決めること** です

いつ・誰に（どの範囲まで）・どのようにカミングアウトする（しない）かは、当事者自身が決めることです。周囲が強制することはできません。

アウトティングとは

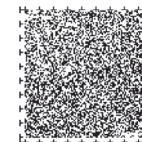
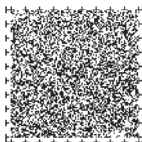
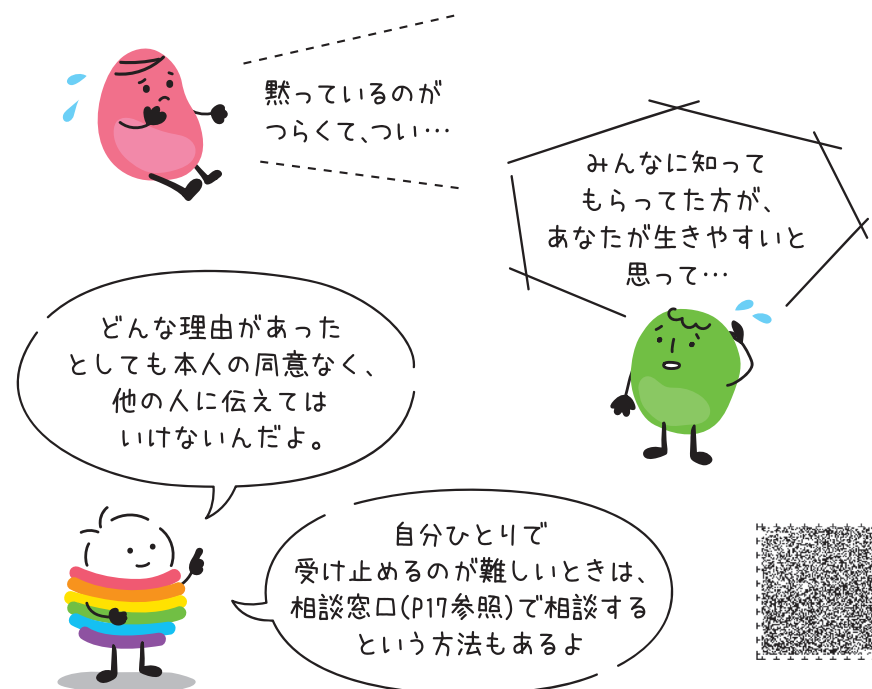
第三者が、本人の同意なく、その人の性のあり方を暴露してしまうことを「アウトティング」といいます。

アウトティングは許されない行為です

ある人がゲイである、トランスジェンダーである、といったその人の性のあり方は、機微な個人情報のひとつです。アウトティングは、プライバシーの侵害につながり、生命にかかわるほどの深刻な影響をもたらす可能性があります。

本人のためを思ってのつもりでも、本人の意思を確認せずに、周囲に話したり、相談したりしてはいけません。

また、打ち明けられたことを受け止めきれずに、他人について話してしまうようなこともいけません。本人の了解なしに、決して他人に話さないようにすることが大切です。



4. 性的少数者の困りごと

困りごとはさまざまな場面で生じます。「アライ」としてできることを考えてみよう！

学校でのいじめや嫌がらせ

制服が嫌で学校に行けなくなった

アウティングや拒絶、排除の不安

自己肯定感、自尊心などへの悪影響

家庭や地域での疎外感

カミングアウトできず、親に恋人や結婚などの心配をされたことがストレスだった。

就職活動

職場でのハラスメント

年金・介護・終活

パートナーとの関係 (病院、住居、社会保険)

LGBの人の声

「ゲイ」や「レズビアン」であることで笑いをとる人がいる。そんな中でカミングアウトしたら否定されたり、いじめにあったりすると思う。

カミングアウトできず、親に恋人や結婚などの心配をされたことがストレスだった。

職場の人には言っても理解されない。彼氏がいるのか？とか、結婚を早くしなさい。子どもを産みなさい。とか、言われる。

恋人を友人としてしか紹介できない。

パートナー名義で家を購入したが、将来的に相続権がない。もしパートナーに不幸があれば、家や共有貯金も何もかも取り上げられるかもしれない。

トランスジェンダーの人の声

学生時代、制服のスカートを着ることがとても嫌だった。

身分証明書の提示の際に、本人であると納得してもらえないまでに必要以上の時間と説明がいる。

外出先、会社、どこに行っても「あの人は男？女？」という言葉や対応、視線にさらされ、常にストレスを感じている。

ライフステージによって変わる悩みもあるんだね。

その他にも

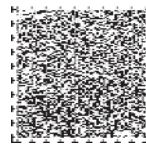
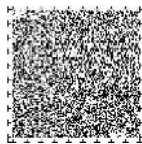
- 私の場合は、はっきりと体と心の性が違う、というわけでもなかったし、どっちつかずで中途半端な自分がとても嫌だった。
- 自分がXジェンダーだという自認が遅れたため、そこに行きつくまでの間、女はこうあるべきという周りの目とそれに合わない自分を責めたり、責められたりした。

- 友人にカミングアウトをした。相手も理解してくれたと思ったが、だんだんと疎遠になってしまった。

アライ(Ally)とは

性の多様性について理解し、共に考え、支援や応援をする人のことを「アライ」といいます。

※Alliance(同盟・提携)が語源。

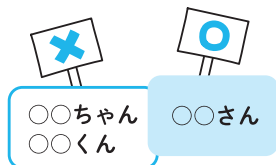


5. さまざまな場面でできること [学校]

「性の多様性」を尊重する学校・クラスづくり

[対応例]

- 不要な男女分けを見直す
- 性別で呼び方を分けない



不要な男女分けって? /

例えば、「クラス委員は男女1人ずつ」などこれまで当たり前だったことに意味があるのか考えてみよう。



- 不適切な発言は放置しない
- 教室・図書館・保健室など、手に取りやすいところに本やパンフレットを置いたり、ポスターを貼ったりする。レインボーグッズ(P15参照)をさりげなく置く

- 研修などにより教職員の理解を深める
- 保護者向けに、配布物や学級懇談会などで性の多様性について伝える



県内の高校での取り組み事例

毎年1年生を対象にLGBTQの研修を行っています。事前の準備により、教職員の理解も深まっており、生徒からもさまざまな声をもらっています。



生徒の声①

性的少数者というくくりで考えてしまうことが多いけど、みんなそれぞれが違う体・心を持っているので、何かでくくるのは良くないと思った。

生徒の声②

自分自身も既存の枠組みのようなものに違和感を感じることもあるので、話を聞いて少し楽になった。



学校での困りごとの軽減

[対応例]

- 性別の区別なく、制服や体操服を選べるようにする
- 男女別ではないトイレも使いやすいようにする
- 更衣室として、保健室や多目的トイレなどを用意する
- 体育または保健体育で、別メニューを設定する

大分県内の学校では、性別に関わらず、自由に選択できる制服の導入が進んでいます。



生徒の声

トランスジェンダーというわけではないけど、普段からズボンが好き。制服でもズボンを選べるようになって良かった。スカートはヒラヒラして動きにくくて嫌だったし、選べることでみんなが過ごしやすくなると思う。

児童・生徒によって必要な対応は違うので、本人がどうしたいか、何をしてほしいのか、しっかりと確認し、進めていくことが大切です。

配慮の前提条件として、カミングアウトを促すことはやめましょう。いつ、誰に、どのようにカミングアウトする(しない)は本人が決めることです。

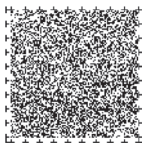
大切なこと!



県内の中学校での取り組み事例

性の多様性を受け入れるために学校はどうあるべき?すべての生徒が過ごしやすい学校生活とは?と考え、2021年に校則の変更を検討しました。2022年から既存の制服の中であれば性別に関わらず自由に組み合わせ可、髪の毛のルールも男女統一にしました。

これにより「セーラー服×スラックス」や「詰め襟×スカート」を選択する生徒、長髪にする男子生徒が現れました。しかし、女性は抵抗なくスラックスを着用できても、身体的な性別が男性の生徒でスカートを着用できたのは現在までに1人と、実際に自由な選択をするのは難しい面があります。



[職場]



誰もが安心して過ごせる職場づくり

[対応例]

- 履歴書の顔写真添付不要、性別欄廃止(または男・女の二択ではなく自由記述)
- 通称名の使用を認める



県内企業
経営者の声

トランスジェンダーの方は戸籍上の名前ではなく通称名の使用を認めています。本人の精神的苦痛が軽減される形で勤務していただきたいと考えており、本人からも「ありがたい」という声をいただいています。

- 性別情報を不用意に扱わない

トランスジェンダー
当事者の声

戸籍上の性別は変更していません。事情を知っているにも関わらず、氏名と共に、書類上の性別を記載した社内メールを送る上司もいれば、それに腹を立てて、上司に苦言を呈してくれる同僚もいて、傷ついたり、励まされたりを繰り返す毎日です。

2020年6月に施行された、いわゆる「パワハラ防止法」の指針で、性的指向や性自認は「機微な個人情報」と明記されています。企業などはアウティングの防止対策を講じることが義務付けられています。

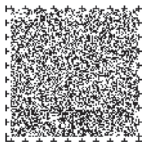


職場の飲み会などで、結婚や恋愛といったプライベートの話題で嫌な思いをしている当事者もいるんだよ。

当事者をサポートするための制度・環境づくり

[対応例]

- 同性パートナーを家族として扱い、家族手当や結婚手当の支給、慶弔休暇などの対象とする
- 性の多様性についての研修を行う
- 相談窓口の設置



県内企業
担当者の声

相談窓口では、本人の希望やプライバシーを尊重して話し合うようにしています。また、相談対応者のための研修を開催するなど、安心して相談できる環境づくりを行っています。

[医療機関]



不安なく医療を受けられる現場づくり

[困りごとへの対応例]

問診票に答えづらい

問診票は、「性別()」と自由記述にする。「答えづらい項目はスタッフに直接お話しください」と記載するなどの配慮があると安心できます。

本名で呼ばれたくない

性別を憶測されたりするのが嫌で、フルネームで呼ばれたくない人もいます。番号などで呼称する、問診票に「希望する呼称」欄を設ける、など検討してみましょう。

法的な家族でないため、パートナーにもしものことがあったら…

自分の身に何かあったとき、家族ではなく、同性パートナーなどに病状説明や手術の同意などを望む人もいます。手術の同意は本来、本人しかできず、家族に限定する法的根拠はありません。大事な人に何かあった時、手助けできる工夫が必要です。

[災害時]

非常時に備え知っておきたいこと

災害時には、平時とは異なり十分な対応が難しくなります。性的少数者の困りごとを想定し、対応を事前に検討しておくことが特に重要です。



[ジェンダーアイデンティティや性別表現に関する困りごとの例]

- 避難者名簿に戸籍上の性別と名前を記入することに抵抗があり、避難所にいけない
- 生理用品、下着などの男女別の物資を受け取りにくい
- 身体を見られて不審がられないか心配、見られたくなくて入浴できない
- 男女別のトイレや更衣室が使いづらい

[パートナーに関する困りごとの例]

- 同性パートナーとの関係を説明しにくい。周りの目が気になり、一緒に過ごしにくい
- 安否確認の際、同性パートナーは法的な親族ではないとして、安否を教えてもらえないことがある



[日常生活で大切にしたいこと]

自分の性のあり方を基準にしない

- 外見や自分の価値観で、その人の性のあり方を決めつけない
- 社会には、さまざまな性のあり方が存在します。(性的少数者と比べて)自分たちは普通、ノーマルだなどという表現はやめましょう



できることを行動にうつそう

- 性的少数者をネタにした笑いやからかいに、同調しない。できれば、「面白いと思えません」、「不快に感じます」などと否定してみる

- 性別を特定しない「呼び方」にする

表現の例	
奥さん、ご主人、 彼、彼女	→ パートナー、お連れ合い、 配偶者、お付き合いされている方
お父さん、お母さん	→ 保護者の方
息子さん、娘さん	→ お子さん



- 否定的な言葉を使わない。オカマ、オネエ、ニューハーフ、ホモ、そっち系などといった言葉、レズビアンを「レズ」と短縮した表現は、歴史的な経緯もあり侮辱的なニュアンスを感じる人もいます

- 「アライ」として、レインボーグッズを身につける

知っておきたいこと

ソギハラ

SOGI (性的指向やジェンダーアイデンティティ) を理由にした差別的な言動や嘲笑、嫌がらせなどのハラスメントのことを SOGIハラといいます。パワハラ防止法 (改正労働施策総合推進法) におけるパワハラに含まれ、SOGIに関する企業の対応が法律上の「義務」とされています。

レインボーカラー

6色 (赤、橙、黄、緑、青、紫) のレインボーカラーは、性の多様性への理解と共感を表すシンボルとして世界中で使われています。レインボーカラーを用いたグッズを「支援したい」という意味で身につけることは、アライを表明することにもつながります。

戸籍の性別変更

生活上の性別と法律 (戸籍) 上の性別が違っていると、困ることがたくさんあります。性同一性障害特例法ができ、2004年から家庭裁判所で戸籍上の性別を変更できるようになりました。しかし、「2人以上の医師による性同一性障害の診断」のほか、「生殖機能がないこと」、「変更後の性別の性器に近い外観であること」などの要件を満たした場合に限って認められ、多くの場合で手術が必要でした。

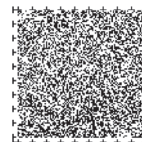
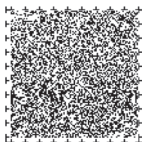
最高裁判所は2023年10月、生殖機能要件は憲法違反であり無効としました。性器の外観要件については、ホルモン治療で起こる外観の変化によって要件を満たすとの判断がなされ、手術なしで戸籍上の性別変更を認める例も、性別を問わず出ています。

※2024年7月時点での情報です。法改正などの可能性がありますので、最新情報を確認ください。

このパンフレットを読んで性の多様性のことがわかってきたかな？
大切なのは、多様性を理解して一人ひとりと向き合うことなんだよ。



ここで紹介した事例はほんの一部。日常生活のさまざまな場面で「自分にできることは何か?」と考えてみようね。



6. 大分県 パートナーシップ 宣誓制度



制度の概要

この制度は、性的少数者のパートナーシップ関係にある人が、人生のパートナーと安心して暮らすことができるよう、大分県として応援するものです。受領証を提示することで、県や県内市町村の行政サービス（公営住宅への入居、公立病院での手術同意など）を利用できるようになります。また、民間企業にも制度の応援企業登録などによりサービスの適用を働きかけていきます。

この制度の導入をきっかけに、性的少数者の安心感の醸成や、生活上の困りごとの軽減など、暮らしやすい社会づくりにつなげていきます。

※パートナーシップ宣誓制度は、法律上の効果(婚姻や財産の相続、税金の控除など)が生じるものではありません。

宣誓の事前連絡



事前にネットまたはメールで連絡
→宣誓日時と方法を調整

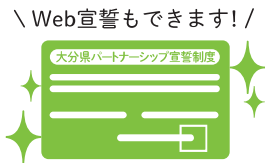
※プライバシーは保護されますので、安心して連絡してください。

宣誓書の提出



事前確認のため、必要書類を大分県庁担当課に郵送または持参にて提出

宣誓(受領証の交付)



Web宣誓もできます!/
対面または、Web上で宣誓・本人確認要件を満たしている場合は受領証を交付

宣誓者の喜びの声



家族として認めてもらえてうれしかった。

後に続くカップルが出たらうれしい。



多様性が認められて安心した。

病院や不動産屋などで、関係を説明するのに便利だと思った。

多くの人々の理解が進むことが期待できる。

大分県パートナーシップ宣誓制度 応援企業の募集

パートナーシップ宣誓制度の民間サービスを広げるため、応援企業などを募集しています。

●詳しくはこちらをご覧ください。

<https://pref.oita.jp/soshiki/13700/partnershipkigyou.html>



LGBTなどに関する相談窓口

ジェンダーアイデンティティや性的指向など、専用の窓口で相談をお受けしています。

大分県では、ジェンダーアイデンティティや性的指向などの悩みについて、相談窓口を開設し、大分県公認心理師協会に所属する公認心理師や臨床心理士により、ご本人やご家族、友人などからの相談をお聞きしています。

相談は無料で秘密は守られます。匿名での相談も可能です。安心してご相談ください。

受付時間

毎週水曜日・金曜日 19:00~22:00

相談時間は、お一人1回:最大30分を目安とします。

電話

専用電話

070-4793-4407

SNS

LINEで友だち追加
→チャットで相談



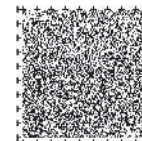
メール

madoguchi-oita13710@au.com

メールでの相談を希望される場合は、上記アドレスをお願いします。
なお、回答は相談開設日となります。



詳しくはコチラ▶




7. 大分県内のLGBT関連 支援団体

APU COLORS (APU カラーズ)

 立命館アジア太平洋大学のLGBTQsサークルです。LGBTQsの居場所を作ったり、理解を深めたり、広める活動をしています。学外の方も参加できるイベントを日英二言語で開催しています。詳しくはInstagramをご確認ください。



お悩みコンシェルジュ Endne (エンデネ)

 「誰もが安心して生きられる地域社会」を願い、動き回る公認心理師。
【モヤるユースとその周りの方へ贈る『居場所ツドエバ』】を県内各地で開催しています。(25歳以下:無料、26歳以上:はあとマネー+場所への寄付やオーダー)




SOGIEおおいた・多様な性への理解を広げる会



～すべての人のセクシュアリティが尊重され、それぞれが自分らしく輝ける社会へ～「SOGIE」への理解を広げようと、交流会や勉強会、講演・啓発活動をしています。




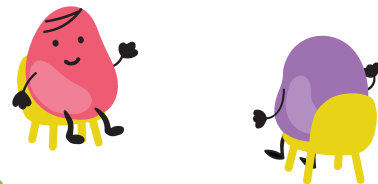
はろっと! おおいた

 大分県及びその周辺の地域に在住するLGBTQ+ 当事者の居場所や交流の場を提供し、交流をとおして生きづらさを軽減することを目的として活動しています。予約不要、途中入退室可。参加費は無料ですが、一人1つお菓子を持参してください。



性のお話ができるおへや mami25 (マミニコ)

 性のお話ができるおへや mami25 マミニコ LGBTQやSOGIEを含めたみんなの性のお話を、親子講座や公民館などで開催しています。講座は包括的性教育のコンセプトを軸に、人間関係やジェンダー平等について、人が幸せに生きていくために大人も子どもも性別も問わず話し合える形式です。1年に1～2回、講師の先生を迎えて講演会も開催しています。



8. 監修者からひとこと



SOGIE(LGBT) サポートチーム ココカラ!
共同代表/弁護士 森 あい

いろいろな人がいることが当たり前になっている地域は豊かで生きやすい。異性を愛する人や、生まれた時に届けられた性別に違和感なく生きる人ばかりではなく、同性を愛する人や、生まれた時に届けられた性別ではない性別で生きる人、生きたいと願う人などもあります。それは大分でもそうです。けれども、ここでは生きづらからと、出て行かざるをえなかったり、帰ってきたくても帰ってこられなかったりすることがあります。この社会をどういう社会にしたいか、この社会をどういう社会にするかという点で、誰もが当事者。

この冊子をきっかけに、大分県が、一人ひとりを大切にする、より豊かな場所“豊の国”となることを願っています。

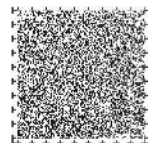
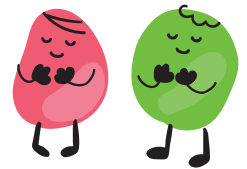


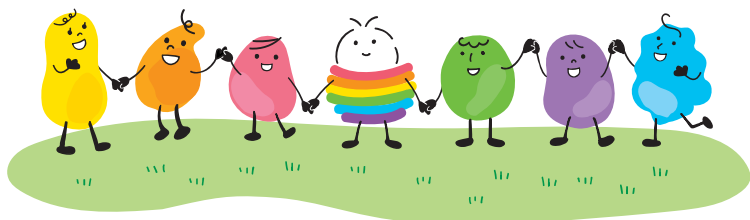
お悩みコンシェルジュ Endne/公認心理師
布施 順子

「人が一番やってはいけないことは、自分自身を責めること」恩師から言われた言葉です。男女に押し込まれることに居心地の悪さを感じる自分、恋愛感情というものがわからない自分…「自分はおかしい。存在していてよいのだろうか」と悩み苦しんでいた子ども時代、学校に書籍もなく、相談できる大人もいませんでした。

大学生の時に、渋谷区で始まったパートナーシップ証明は、今や人口の85%近くをカバーするまでに広がり、当時は想像できなかった変化が着実に起きています。

この冊子が、セクシュアリティについてモヤっている(特に若い)方々が生き延びていくための一助となることを願っています。生活する場、働く場…地域全体が心理的安全性を保障する場となりますように。





にじいろブックのPDFデータは、こちらから閲覧・印刷ができます。

おおいたにじいろブック 検索



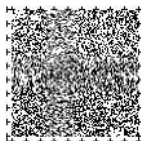
[発行] 大分県

[監修] SOGIE(LGBT)サポートチーム ココカラ! 共同代表/弁護士 森 あい
お悩みコンシェルジュ Endne/公認心理師 布施 順子

発行年 2024年8月 初版 第1刷発行
2025年3月 第2刷発行

お問い合わせ

大分県生活環境部 人権尊重・部落差別解消推進課
〒870-8501 大分市大手町3-1-1
TEL:097-506-3176 FAX:097-506-1751
E-mail: a13710@pref.oita.lg.jp



音声コード
Uni-Voice



大分県人権ホームページ
ココろちゃんの部屋

<http://www.pref.oita.jp/site/kokoro/>

