

## 当事者から相談を受けたら…

### カミングアウトとは

他者に知られていない自らの性に関することを、本人が自発的に公にすることを、「カミングアウト」といいます。

### アウトティングとは

本人が公にしている自らの性のことを、本人の了解を得ずに、他人が公にすることを「アウトティング」といいます。カミングアウトは、あなたを信頼して打ち明ける行為であり、その信頼を裏切るアウトティングは絶対に許されない行為です。

### All y (アライ) になろう

All y (アライ) ※は、性的少数者を理解し、支援する人々のことです。

性的少数者について知ること、性のあり方は人それぞれであるということ意識しましょう。そして、身近な人が自分の性について悩んでいるとき、それを受け止めてあげるだけでも、それがアライなのです。

※「同盟」「味方」の意味



### レインボーフラッグ

上から赤・橙・黄・緑・青・紫の6色のこのフラッグは、性の多様性を尊重する意思や連帯を表現するものとして用いられています。

一人ひとりの個性が尊重され、すべての人が自分らしく生きることができる社会を、みんなで作っていきましょう。

## ひとりで悩まず相談してください

### 【相談窓口】

相談無料・秘密厳守です

相談室

#### ◆人権相談

##### 金沢地方法務局

みんなの人権 110 番 ☎ 0570-003-110

子どもの人権 110 番 ☎ 0120-007-110

平日 8:30~17:15

#### ◆こころの相談

##### 石川県こころの健康センター

心の相談ダイヤル ☎ 076-237-2700

平日 9:00~12:00、13:00~16:00

面接相談（予約制） ☎ 076-238-5750

平日 8:30~17:15

#### ◆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

☎ 0120-279-338

24 時間 365 日

どんな人の、どんな悩みにも寄り添って一緒に解決する方法を探します。音声ガイダンスに従って、相談したい内容の番号を選んでください。



性的少数者に関する相談は 4 番です

# じぶんらしく 生きるために



## みんなに知っておいてほしい 性の多様性のこと



編集 野々市市男女共同参画推進員

発行 野々市市市民協働課 令和3年3月

〒921-8510 野々市市三納 1-1

TEL 076-227-6029

野々市市

## 知っていますか？いろいろな性のかたちがあること

### SOGIE、LGBT とは

S  
O  
G  
I  
E

#### SOGIE (ソジー・ソギー)

**S**exual **O**rientation ①性的指向  
**G**ender **I**dentify ②性自認  
**G**ender **E**xpression ③性表現

- ① 好きになる相手・性的対象が誰(同性・異性・両性)であるか
- ② 自分の性別をどう認識するか
- ③ 言葉遣いや振る舞い、服装などに表現される「らしさ」のこと

L  
G  
B  
T

#### LGBT (エルジービーティー)

**L**esbian ①レズビアン  
**G**ay ②ゲイ  
**B**isexual ③バイセクシュアル  
**T**ransgender ④トランスジェンダー

- ① 女性の同性愛者
- ② 男性の同性愛者
- ③ 両性愛者
- ④ 出生届・戸籍上の性とは違う性で生きる人、生きたい人

性的少数者を指す言葉として、認知度が高まってきた「LGBT」という表現ですが、すべての人に当てはまる表現として、近年では、SOGIEという言葉が使われるようになってきています。

### 性を構成する4つの要素

**体の性** … 生まれたときに決められた性  
(生物学的性)

**心の性** … 自分の思う性  
(性自認)

**好きになる性** … 恋愛対象となる性  
(性的指向)

**表現する性** … 見た目や服装などに表れる性  
(性表現)

多くの方は、「体の性」と「心の性」が一致していますが、「体の性」と「心の性」が一致しない人もいます。

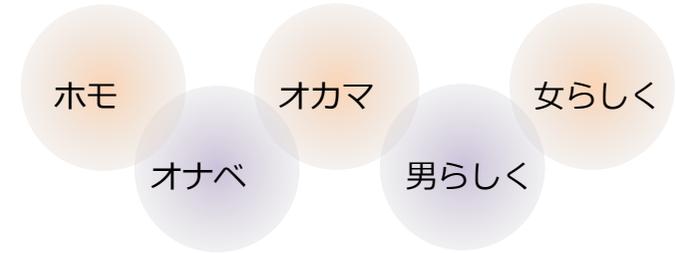
また、体の性の区分があいまいな人、自分の性がわからない人など、いろいろなひとがいます。



いろいろな「体」のかたち、「心」のかたち、「好き」のかたち、「表現」のかたちがあります。一人ひとりにその人らしさがあるように、「性」のかたちにも、いろいろあることは当たり前のことなのです。

## 悩んだり、苦しんだりしている人がいます

### こんな言葉を使ってはいませんか？



もしかしたら、あなたの気軽な言葉に傷ついているかもしれません。「身近にいない」でなく「身近にいるかもしれない」という認識を持つことが必要です。



### 性的少数者の割合は…

企業等の調査によると、日本国内には約9%性的少数者がいるとされています。これは、左利きの方やAB型の人と同じくらい身近な存在です。

でも、今の社会では、周囲の無理解や偏見を恐れて、誰にも伝えない当事者がたくさんいます。

### 日ごろから気を付けたいこと

自分の言葉や行動が、知らない間に誰かを傷つけることがないように、普段の生活の中でも心がけましょう。

例えば…

- 性的指向や性自認に関するうわさをしない
- 「ホモ」「オカマ」などの差別的な言葉を使わない。
- 性別を決めつけない会話を心がける

