

性の多様性を知って偏見をなくそう

「男らしさ」「女らしさ」じゃなく「自分らしさ」へ
～男女共同参画社会を目指して～



「人間の性はいくつありますか？」と聞かれた時、あなたは何と答えるでしょうか？
「男性」と「女性」の2種類と答える方が多いかもしれません。

しかし、実際には単純に2つにわけすることはできません。人の性のあり方(セクシュアリティ)は、みなさん一人ひとりが違うように、人によってさまざまに異なっています。

「男性」か「女性」かといったように、性別で単純に2つにわけて考えるのではなく、一人ひとりのその人の存在を大切にすることが大切です。

この冊子で、性の多様性を通じて、一人ひとりの性のあり方が大切にされる社会について、考えてみましょう。



LGBTという言葉を知っていますか？

L ：レズビアン	女性に魅力を感じる女性
G ：ゲイ	男性に魅力を感じる男性
B ：バイセクシャル	男性、女性の両方に魅力を感じる人
T ：トランスジェンダー	生まれたときとは異なる性を生きる人

LGBT とは、上記の頭文字をとった略称です。ただし、人によって性のあり方（セクシュアリティ）はさまざまですので、この4つにあてはまる場合も、あてはまらない場合もあります。あてはまるから正しい、あてはまらないから間違っているということはありません。どのようなセクシュアリティであっても、一人ひとりの性のあり方それ自体が大切なのです。

なお、「オカマ」「ホモ」「レズ」「オナベ」といった言葉は差別語で、相手を深く傷つけてしまう言葉です。誰に対しても使うことがあってはならない言葉です。



セクシュアリティは無限

性のあり方（セクシュアリティ）は大きく分けて4つの要素で考えることができます。ただし、どの要素にあてはまるか明確に区別できない場合や、4つ以外の要素が関係することもあります。また、セクシュアリティは固定的なものではなく、変化することもあります。セクシュアリティは無限の数があると言えます。

【からだの性】	生まれた時に割りあてられた性。中には生まれつきのからだの構造や、第二性徴のあらわれ方が、他の男女と異なる人もいます。
【こころの性】	自分の性をどう認識しているかという事。女性として生まれ育てられてきたが、自分は男性と思っているという場合や、自分は男性でも女性でもないと考えている場合など様々です。
【魅力を感じる性】	どの性に魅力を感じるか、感じないか、ということ。特定の性に魅力を感じる人もいれば、複数の性に魅力を感じる人もいます。
【表現する性】	自分の性をどのように表現するかということ。

●たとえば…

	例① からだの性は女性で、こころの性は男性。魅力を感じる性は女性で、表現する性は男性。(トランスジェンダー)		例③ からだの性は男性で、こころの性も男性。魅力を感じる性は男性と女性の両方。(バイセクシャル)
	例② からだの性は男性で、こころの性と魅力を感じる性は女性。表現する性も女性。(トランスジェンダーのレズビアン)		例④ からだの性は男性で、こころの性も男性。魅力を感じる性は男性で、表現する性は男性。(ゲイ)

これらの例は多様なセクシュアリティのほんの一部です。セクシュアリティに対する理解は少しずつ広まってきていますが、依然として、誤解や偏見は根強く、セクシュアリティを理由として、からかわれたり、いじめられたりすることも多くあります。自分のセクシュアリティについて、誰にも相談できずに、悩んでいる人もいます。苦しんで思いつめるあまり、命にも関わるような場合もあります。

多様な性のあり方について、みなさん一人ひとりが理解して、誰もが過ごしやすい環境づくりのために、どうしたらよいか考えてみましょう。



カミングアウトを受けたら

それまで秘密にしていた自分の「こころの性」や「魅力を感じる性」などのセクシュアリティについて、誰かに打ち明けることを「カミングアウト」といいます。

もし親しい友だちから、セクシュアリティを打ち明けられたら…。その時どうしたらいいのでしょうか？

絶対にやってはいけないことが「アウティング」です。「アウティング」とは、本人の了解を得ずに、秘密にしていることを別の人に話すことです。セクシュアリティは個人のプライバシーに関わる大事なお話です。それを勝手に他の人に広めることはやめましょう。自分のセクシュアリティについて、他の人に知られることは、からかわれたり、いじめられたりすることにもつながってしまうかもしれません。

あなたが信頼できる友だちだからこそ、プライバシーにも関わる大事なことを教えてくれたのです。

〈カミングアウトを受けた時、どんな心構えをしたらいいのでしょうか〉

1. 相手の言葉にきちんと耳を傾けましょう

勇気を出して伝えてくれた事に対し、「勘違いじゃない？」とか「そのうち治るよ」などと、決めつけないようにしましょう。相手は緊張して、うまく話せないこともあるかもしれません。話を聞いて驚いたり困ってしまったとしても、すぐに否定をせずに、最後まで話を聞いてみましょう。また、大げさにからかったり、相手が傷つくような言葉は言わないようにしましょう。

2. どうしてほしいかを聞いてみましょう

カミングアウトは、ただ自分の気持ちを聞いてほしいだけの場合もあれば、何かを助けてほしい場合もあります。何か困っていることがあるのか、聞いてみましょう。

3. 誰にカミングアウトをしているか聞いてみましょう

自分以外にもカミングアウトをしている人がいるのか聞いてみましょう。「あなたには言ったけど、他の人には知られたくない」と思っているかもしれません。勝手に人に話すことは「アウティング」になります。

4. 話してくれたことに誠意をもって答えよう

相手は話す前にとっても緊張していたかもしれません。具体的に助けることができなくても、あなたに話したことによって気が楽になるかもしれません。話してくれた相手に対して、誠意をもって答えましょう。



Check!!

これを読んで、LGBT に関することを知りましたが、「〇組の〇〇は LGBT じゃないのか？」というような、あぶり出し行為をすることは絶対にやめましょう。そのような行為は、友達の居場所を奪ったり、いじめにつながる可能性があります。



相談窓口の紹介 (LGBT 当事者や、カミングアウトを受けた人の相談などもできます)

【チャイルドライン】	【チャイルドライン】は 18 才までの子どものための相談先です。あなたが抱えているいろいろな思いを、誰かに話すことで、少しでも楽になるよう思いを受け止め、どうしたらいいか一緒に考えます。 TEL : 0120-99-7777 (毎日午後 4 時から午後 7 時まで) ※電話代はかかりません。携帯電話や、公衆電話からも無料でかけられます。 URL : https://childline.or.jp
【よりそいホットライン】	LGBT 当事者であることや、性別違和感について、誰にも話せないでいることなど、セクシュアリティに関わる悩み、困りごとについて相談にのります。 TEL : 0120-279-338 (24 時間フリーダイヤル) URL : https://www.since2011.net/yorisoi/

あなたが誰かを傷つけているかも？

みなさんは「ステレオタイプ」という言葉を知っていますか？

男性は「男らしく」「たくましく」するべき、「男性は仕事をして家庭を養うもの」、また、女性は「女らしく」「やさしく」するべき、「女性は家事や育児をして料理ができて当然」と考えている人も多いかもしれません。こういった「無意識のうちに抱いてしまっている固定観念や思い込みのこと」を「ステレオタイプ」と言います。

あなたの言った言葉が、知らないうちに誰かを傷つけているかもしれません。普段自分が使っている言葉について、考えてみましょう。

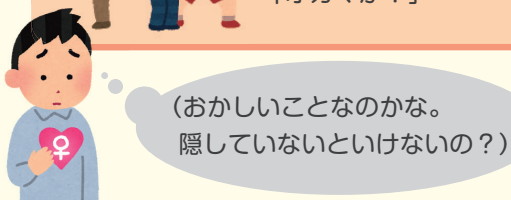
次の絵を見て、みなさんはどのようなことを感じますか？

心は男、だけど体は女なので、どちらのトイレも入りづらい。どっちに入ればいいの？



●あなたが感じたことを書きましょう

「おまえ、女っぽいな」
「男らしくない」
「オカマか？」



●あなたが感じたことを書きましょう

表にある言葉で、自分にあてはまるものに○をつけてみましょう。

真ん中から右側が「男らしい」、左が「女らしい」とイメージされる言葉です。しかし、左右どちらにも○をつけた人もきっといるはず。それは「男らしさ」「女らしさ」ではなく、「あなたらしさ」です。どちらに○をつけても、それが自分らしさだからよいのです。

謙虚	涙もろい	やさしい	我慢強い	たくましい
かわいい	おしゃれがすき	繊細	スポーツがすき	背が高い
家庭的	気が利く	サバサバしている	頼りがいがある	行動的
ピンク色がすき	料理がすき	穏やか	ゲームがすき	黒色がすき
花がすき	迷うことが多い	流行に敏感	決断がはやい	車がすき
感情的	子どもがすき	勉強がすき	力が強い	理性的