

「不安」や「困りごと」



性的マイノリティの方は、幼少期から自身の性や他人との違いに違和感を感じ始めると言われています。また、周囲の理解不足や、身近にはいないことを前提として扱われることで、次のような差別、不安や困難を抱えることがあると言われています。

周囲にカミングアウトしている人がいなくても、これらで困っている人がいるかもしれないと想像してみてください。



コミュニティスペース「にじのひろば」

自身のセクシュアリティに関わらず、安心して過ごせるコミュニティスペースを開設しています。性の多様性に関する相談も受け付けています。原則毎月第4土曜日 13時半～17時半(入退室自由)



相談窓口

★印は土日祝日・年末年始を除く

【専門相談】

- みやぎ男女共同参画相談室「LGBT(性的マイノリティ)相談」
022-211-2570 (第2・第4火曜 12時～16時)★
- よりそいホットライン(性別の違和や同性愛などに関わる相談)
0120-279-226 (宮城・岩手・福島県専用ダイヤル)
音声ガイダンスに従い、4番を選択(24時間 365日年中無休)

【その他の相談窓口】

「学校生活」について

- 仙台市教育相談室：**022-214-0002** (9時～17時)★
- 各学校のスクールカウンセラー

「職場」について

- 宮城労働局 総合労働相談コーナー：**022-299-8834** (9時～16時半)★

「パートナーからの暴力(DV)」について

- 仙台市「女性への暴力相談電話」：**022-268-5145** (月曜～金曜 9時～17時(火曜のみ 19時まで))★
- 仙台市「男性のための電話相談」(詳しくは市ホームページでご確認ください)
- みやぎ男女共同参画相談室「男性相談」：**022-211-2557** (水曜 12時～17時)★

「性暴力」について

- 性暴力被害相談支援センター宮城(けやきホットライン)
0120-556-460 ※土曜日は男性相談員による相談も行います(祝日・年末年始を除く月曜～金曜 10時～20時、土曜 10時～16時 上記時間以外は、国の夜間休日コールセンターに繋がり、24時間 365日相談を受け付けます)

「メンタルヘルス」について

- 仙台市精神保健福祉総合センター
はあとライン：**022-265-2229** (10時～12時、13時～16時)★
ナイトライン：**022-217-2279** (年中無休 18時～22時)

「介護」について

- 各区役所・宮城総合支所障害高齢課、秋保総合支所保健福祉課
- お住まいの地域の地域包括支援センター

仙台市パートナーシップ宣誓制度

性的マイノリティの方々が自ら望む生き方を選択し、安心して暮らすことができる環境づくりを目的とした制度で、一方または双方が性的マイノリティであるお二人が仙台市に対し宣誓を行い、市が受領証等を交付するものです。詳しくは市ホームページをご覧ください。



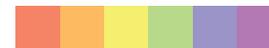
リーフレットに関するお問い合わせ：仙台市男女共同参画課 (022-214-6143)

令和7年3月発行

性の多様性を知る

「LGBT(エルジービーティー)」や「性的マイノリティ」「SOGI(ソジ・ソギ)」という言葉を知っていますか。ひとりひとりに個性があるように、性は実に多様なものです。誰もがありのままの自分らしく暮らすことができるまちの実現に向け、性の多様性について「知る」ことから始めてみましょう。

仙台市 仙台人権啓発活動地域ネットワーク協議会



多様な「性」とは

「性」について、次の4つの要素から考えてみましょう。

生物学的性

身体的特徴（外性器や染色体等）に基づき、出生時などに割り当てられる性【からだの性】

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*

*理解増進法上で定義されており、その性質は、本人のその時々主張を指すものではなく、自身の性別についてのある程度の一貫性を持った認識を指すものとされています。

- ・シスジェンダー：生物学的性と自己の属する性別についての認識が一致する人
- ・トランスジェンダー：生物学的性と自己の属する性別についての認識が異なる人
- ・エックスジェンダー：自分の性を男性・女性のどちらでもある、どちらでもない、または場合によって変わるとしている人
- ・クエスチョニング：自分の性が男性・女性のどちらともわからない人

など

性的指向

自分が恋愛・性愛の対象とする相手の性【好きになる性】

- ・ヘテロセクシュアル：自己の属する性別についての認識と異なる性へのみ性的指向が向いている人
- ・ホモセクシュアル：自己の属する性別についての認識と同じ性へのみ性的指向が向いている人（レズビアン、ゲイ）
- レズビアン：自己の属する性別についての認識と性的指向がともに女性の人
- ゲイ：自己の属する性別についての認識と性的指向がともに男性の人
- ・バイセクシュアル：性的指向が男女両性である人
- ・アセクシュアル：いずれの性にも性的指向が向いていない人

など

性表現

服装やしぐさ、口調などにより、自分が外部に表現したい性

4つは独立した要素で、どれか1つが決まれば他が決まるものではなく、組み合わせも多様です。

「SOGI」と「LGBT」

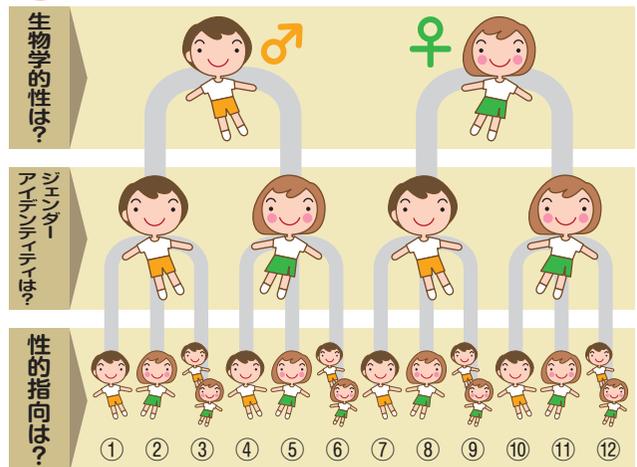


SOGI（ソジ・ソギ）という言葉は性の要素である性的指向（Sexual Orientation）とジェンダーアイデンティティ（Gender Identity）の頭文字を組み合わせた用語です。

SOGI は LGBT も含めたすべての人の性のあり方を指す言葉として使われています。

LGBT 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それぞれの頭文字を組み合わせた用語です。性的マイノリティの総称として使用されることもありますが、LGBT 以外にも多様な「性」があります。

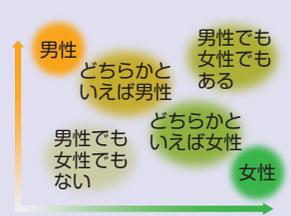
自分の性のあり方を考えてみましょう



- レズビアン ……⑤⑪
- ゲイ ……①⑦
- バイセクシュアル ……③⑥⑨⑫
- トランスジェンダー ……④～⑨
- シスジェンダー・ヘテロセクシュアル ……②⑩

上の図は、多様な性のうちLGBT とシスジェンダー・ヘテロセクシュアルをわかりやすく表現したものです。実際には、生物学的性やジェンダーアイデンティティ、性的指向などは、右の図のように男性と女性に明確に分けられず、ひとりひとりが多様なあり方をもっています。

ジェンダーアイデンティティの例



カミングアウトとアウティング



「カミングアウト」とは、本人が自分の意思で、自身の性についてほかの人に公表することです。

一方、本人の意思に沿わないカミングアウトの強要や、本人の同意なくその方の性に関わることに他人に暴露する「アウティング」は、絶対に行ってはなりません。

カミングアウトされたら

カミングアウトは、とても勇気のいる行動です。拒絶されたらどうしよう、今までの関係が崩れるかもしれないなど、大きな不安を抱えながら、それでもあなたを信頼し話してくれたのです。まずは「話してくれてありがとう」と伝えてみてください。その後は、本人の気持ちに寄り添い、必要に応じて、その方の同意を得たうえで、信頼できる人や裏面の相談窓口にご相談してみてください。

アウティングとパワハラ

いわゆる「パワハラ防止法」により、以下の3つの要素を満たす場合、パワハラに該当するものとされ、事業主は雇用管理上必要な措置を講じなければならないものとされています。

- ①優越的な関係を背景とした言動であって
- ②業務上必要かつ相当な範囲を超えたものにより
- ③労働者の就業環境が害されるもの

職場における性的指向・ジェンダーアイデンティティに関する侮辱的な言動やアウティングについても3つの要素を満たす場合にはパワハラになり得ます。

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とは

この法律（いわゆる理解増進法）は、性的マイノリティの方々に限らずすべての国民が性的指向及びジェンダーアイデンティティを有するものであることを前提に、すべての国民が性的指向及びジェンダーアイデンティティの多様なあり方を互いに自然に受け入れられるような社会の実現に資することを目的としています。