

カミングアウトされたらどうする？

～子どもたちにもわかる性の多様性について～

SOGIE (ソジー) とは

好きになる性、心の性、表す性の組み合わせのことを SOGIE(ソジー) と言います。自分の意志で変えられるものではありません。お互いに理解し合うことが大切です。

体の性

(性的特徴・せいてきとくちょう)
生まれたときの性別など

Sexual Orientation (SO)

好きになる性

(性的指向・せいてきしこう)
どんな性別の人を好きになるか、
ならないか



Gender Identity (GI)

心の性

(性自認・せいじにん)
自分をどんな性別だと思うか
どちらでもある・ない など
あります

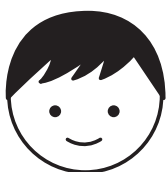
Gender Expression (E)

表す性

(性表現・せいひょうげん)
服装、しぐさ、言葉づかいなど

SOGIE はグラデーション

性のあり方はグラデーションのように境目がないものです。一人ひとり違って、人の数だけ種類があります。



例：体の性・男性

心の性・どちらでもない

好きになる性・男性、女性

表す性・どちらかという男性より



気をつけたい言葉の言い換え

- ホモ → ゲイ
- レズ → レズビアン
- 元男・元女 → トランスジェンダー
- 女らしい男らしい → ○○さんらしい
- 彼氏・彼女 ※ → 恋人・パートナー

※ 性的指向は人によって様々なので決めつけて話さないようにしましょう。



言ってはいけない言葉

おかま・オネエ・おなべ・ニューハーフ

LGBTQ+（エルジービーティーキュープラス）とは

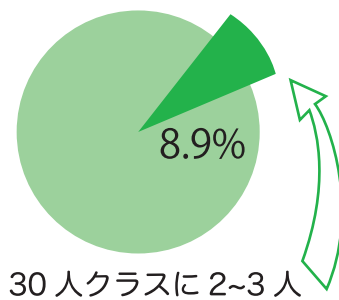
レズビアン、ゲイ、バイセクシャル、トランスジェンダー、クィアやクエスチョニングの頭文字からなる言葉です。性のあり方はグラデーションであり、紹介する言葉ですべてを表すことはできないため「+」を付けています。

性的マイノリティとは

体の性と心の性が同じで、好きになる性は異性というパターンに当てはまらない人のこと。LGBTQ+（エルジービーティーキュープラス）とも言います。

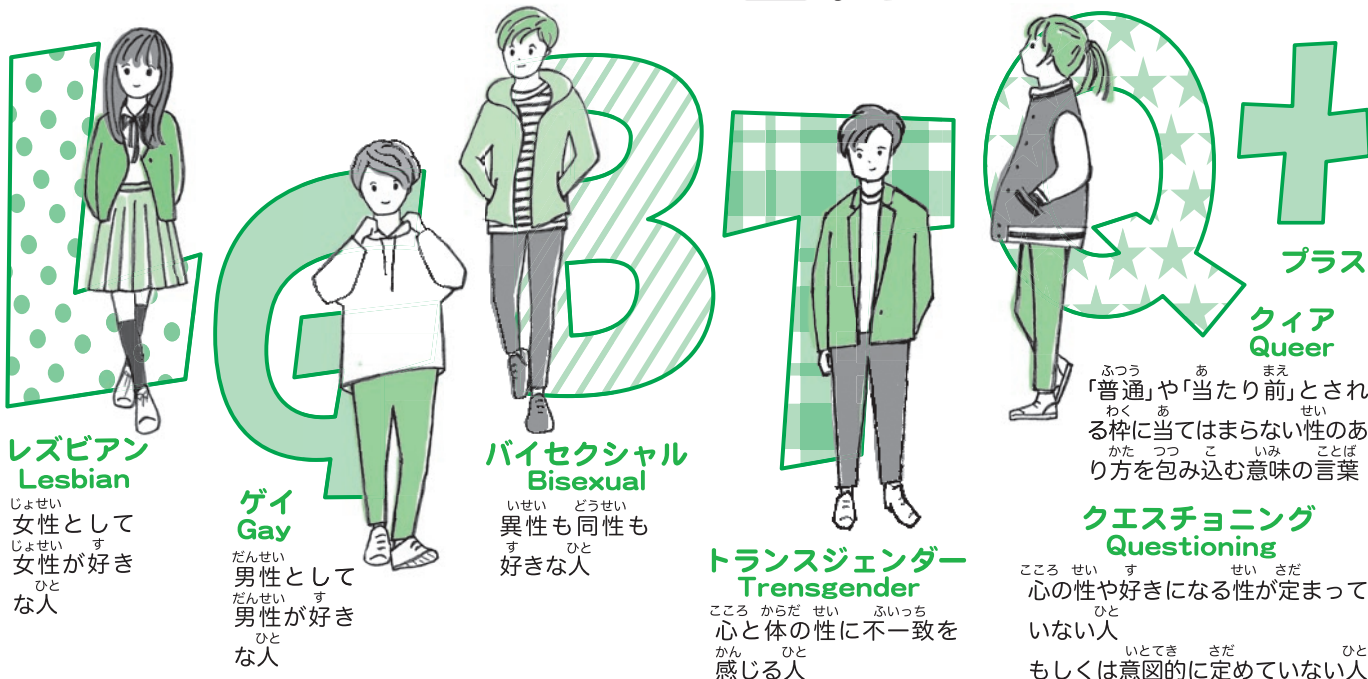
※ この冊子では「LGBTQ+」を LGBTQ+ を含む性的マイノリティの総称として使用しています。

＜日本の LGBTQ+ 層の割合＞



出典：電通 LGBTQ+ 調査 2020

いないのではなく“言えない”だけ



カミングアウトとは

本人が性のあり方について他の人に打ち明けることをカミングアウトといいます。

【カミングアウトを受けたら】

- 「話してくれてありがとう」と伝えましょう。
あなたを信頼して話してくれたことに感謝の気持ちを伝えようと良いでしょう。
- 「何かできることはある？」と聞きましょう。
相手が何かに困っていたら、困りごとに対応してあげましょう。

【カミングアウトを受けて気を付けること】

- その人が LGBTQ+ であることを本人の同意なく他の人に言うことを **アウティング** といいます。アウティングによって学校に行けなくなってしまうこともあるので、絶対にやめましょう。アウティングしないためには本人に「誰に伝えているか・誰に伝えてよいか」確認し、本人の気持ちを大切にしましょう。
- SOGIE に関する差別や嫌がらせ（SOGIE ハラスメント）をしないようにしましょう。
誰もが安心して過ごせる環境をつくっていくことが大切です。

アライ（ALLY）とは

アライとは LGBTQ+ を、支援していこうという気持ちを表している人を言います。アライが増えることによって、誰もが自分らしく生きられる社会の実現に近づいていきます。6色のレインボーグッズを身に付けたりすることで、アライであることを表すことができます。

※ 男女平等推進センターでレインボーリボンを配布しています。