

# 「LGBT」と「SOGI」

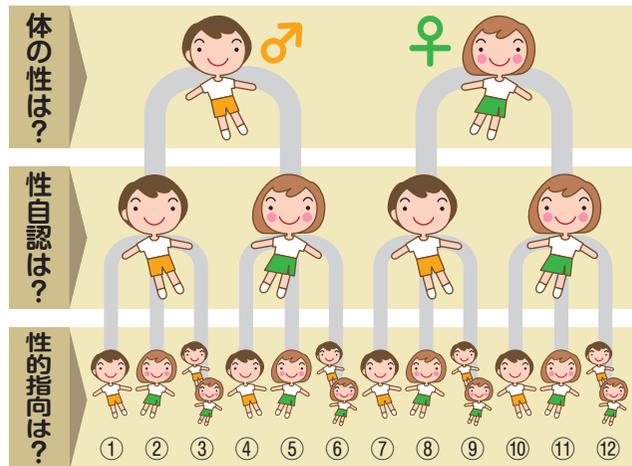


LGBT は、レズビアン、ゲイ、バイセクシュアル、トランスジェンダーのそれぞれの頭文字を組み合わせた用語です。「LGB」は性的指向、「T」は性自認に関する用語です。性的マイノリティの総称としても使用されますが、LGBT 以外にも多様な「性」があります。

一方、最近使われることが増えた SOGI (ソジ・ソギ) という言葉は性の要素である性的指向 (Sexual Orientation) と性自認 (Gender Identity) の頭文字を組み合わせた用語です。

SOGI はすべての人が持っている要素であり、すべての人の多様な性的指向や性自認のあり方が保障されるべきという考えに基づいています。

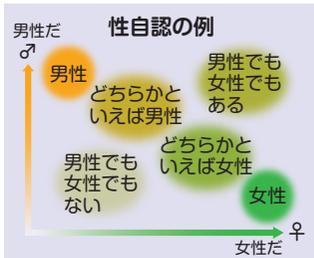
## 自分の性のあり方を考えてみましょう



- レズビアン …… ⑤⑬ ● ゲイ …… ①⑦
- バイセクシュアル …… ③⑥⑨⑫ ● トランスジェンダー …… ④～⑩
- ストレート (シスジェンダー・ヘテロセクシュアル) …… ②⑭

上の図は、多様な性のうち LGBT とストレートをわかりやすく表現したものです。

実際には、体の性や性自認、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。



## 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

## 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。毎月第4土曜日 13時半～17時半 (入退室自由)



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6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」「性的少数者」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（せいぶつがくてきせい）

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

## 性自認（せいじにん）

自分が認識する自分の性

シスジェンダー：生物学的性と性自認が一致する人

トランスジェンダー（T）：生物学的性と性自認の同一性に違和感を感じる人

エックスジェンダー（X）：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（Q）：自分の性を男性・女性のどちらとも決めていない、わからない人

など

## 性的指向（せいてきしこう）

自分が恋愛・性愛の対象とする相手の（自認する）性

ヘテロセクシュアル：性自認と異なる性のみ性的指向が向いている人

ホモセクシュアル：性自認と同じ性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（L）：性自認と性的指向がともに女性の人

ゲイ（G）：性自認と性的指向がともに男性の人

バイセクシュアル（B）：性的指向が男女両性に向いている人

アセクシュアル（A）：いずれの性にも性的指向が向いていない人

パンセクシュアル（P）：相手の性を条件としない人

など

## 性表現（せいひょうげん）

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。

# 「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。



# 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伴って他人に暴露する「アウティング」は、絶対に行ってははいけません。

# 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。拒絶されたりどうしよう、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・性自認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ます。

# アライ Allyとは

Allyとは、英語の「Alliance（支援）」が語源となっており、性の多様性を理解し支援する方のことです。ひとりひとりが性のあり方は多様であることを「当たり前」と認識し、互いに尊重して生活することで、社会全体での理解へとつながっていきます。また、多様性を象徴する「虹色」をあしらったグッズを身につけることで、周囲に性の多様性への理解があることを表現することができます。