

多様な性のあり方

人の性別は、出生時の身体的特徴などから判別されますが、性のあり方は、多様で複雑です。性について考えるときに、次の4つの要素の組み合わせから考えることができます。

性の4要素

◆法律上の性

出生時の身体的特徴をもとに戸籍等に記載されている性

◆心の性（性自認）

自分がどの性別であるか、またはないかについての認識。男性または女性と感じている人もいれば、どちらにも当てはまらない、わからないという人もいます。

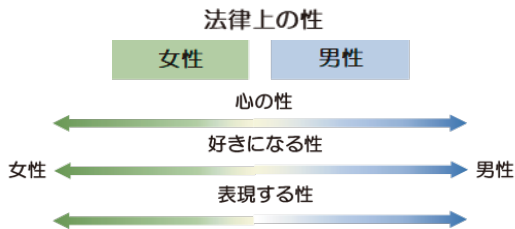
◆好きになる性（性的指向）

恋愛対象や性的な関心が主にどの性に向くかまたは向かないかという概念。同性または異性に向いている人もいれば、同性にも異性にも向いている人、または恋愛感情が生じない人もいます。

◆表現する性（性表現）

服装や言葉づかい、立ち振る舞いなど社会に向けて表現する性

「心の性（性自認）」、「好きになる性（性的指向）」、「表現する性（性表現）」は「男性」と「女性」に明確に分けられるものでなく境界線がないことから、「性はグラデーション」とされているとされています。



SOGI (ソジ) について

●性的指向 (Sexual Orientation) と
●性自認 (Gender Identity) の頭文字をまとめたもの。
LGBTだけではなく、私たち一人ひとりの様々な性のあり方について考えるときに用いられる言葉です。

相談窓口

ひとりで抱えこまずに、相談してみませんか。

●セクシャルマイノリティ相談 (函館市女性センター)
本人や家族のほか周りの方からの相談も受け付けます。

0138-23-4188 13:00~17:00
(毎週水曜日)

●よりそいホットライン (一般社団法人社会的包摂サポートセンター)
性別や同性愛などに関わる相談専用回線があります。

0120-279-338 24時間通話無料
(セクシュアルマイノリティ専用回線 #4)

●よりそいホットラインチャット
性的指向や性自認に関することでお困りの方へ
相談員が情報を提供します。



対応時間 16:00~22:00 (月・金・日曜日)

●にじいろ法律相談 (札幌弁護士会)
本人や家族のほか周りの方からの相談も受け付けます。

080-6090-2216 17:30~19:30 (毎月第2火曜日)
11:30~13:30 (毎月第4金曜日)

●にじいろtalk-talk
(NPO法人北海道レインボー・リソースセンターL-Port)
月に2回セクシュアリティに関するLINE相談を行っています。

対応時間 19:00~22:00

LINE @ebx1820z
X(旧Twitter) @LLinq2018



●つながるにじいろonライン
(一般社団法人SOGIE相談・社会福祉全国協議会)
家族や先生など本人以外の方からの相談も
受け付けます。

毎日 17:00~22:00



〈発行〉 市HP「性の多様性について」

函館市市民部市民・男女共同参画課
〒040-8666 函館市東雲町4番13号
TEL: 0138-21-3470 FAX: 0138-21-3195
MAIL: danjokyodo@city.hakodate.hokkaido.jp



植物油インキを使用して印刷しています。

多様な性のあり方

LGBTを知っていますか？



令和8年3月発行

LGBTってなんだろう？

LGBTとは、次の言葉の頭文字をとって組み合わせた言葉で、性的少数者（セクシュアルマイノリティ）を表す言葉の一つとして使われています。

L esbian(レズビアン)

自分を女性と認識し、女性を好きになる人



G ay(ゲイ)

自分を男性と認識し、男性を好きになる人



B isexual(バイセクシュアル)

同性を好きになることもあれば、異性を好きになることもある人



T ransgender(トランスジェンダー)

戸籍など法律上の性と性自認が一致しない人、違和感のある人



LGBT以外にもさまざまな性のあり方が存在します。

例えば、Xジェンダー（性自認が女性／男性と明確に二分できない人（両性・中性・無性・不定性など多様））や、クエスチョニング（心の性や好きになる性について、迷っている人、決まっていない人、あえて決めていない人）、アセクシュアル（他人に性的関心を抱かない人）など様々な人がいます。

性的指向や性自認は、本人の意識で変えられるものではありません。

それぞれの生き方を尊重し、誰もが自分らしく、いきいきと活躍できる社会をみんなでつくっていきましょう。

周りにはいないと思っていませんか？

日本にLGBT等性的少数者の方がどれくらい存在するのか、民間団体や自治体などが調査しており、人口の約3～10%とする調査結果が報告されています。（函館市の人口約24万人中の3%は約7,200人にあたります。）

～あなたの周りにいないのではなく、気付いていないだけかもしれません～

- 自分の性のあり方を知られると、孤立したり、差別を受けるのではないかと不安を抱えている人がいます。
- 自分の性的指向や性自認を受け止められずに悩んだり、苦しんだりしている人がいます。
- 性的少数者が身近にいることを意識し、差別的な言動をしないようにしましょう。

職場の同僚や友人関係、家族や親戚にも「LGBT等性的少数者の方がいるかも知れない」という想像力を持つようにしましょう。

カミングアウトされた時は・・・

カミングアウト（自分の性のあり方を打ち明けること）をされるのは、あなたが信頼されている証です。

- まずは真摯にその話に耳を傾けましょう。
- 本人が何に困っているのかをくみとり、一緒に考える意識、態度をもちましょう。

その人の性のあり方を本人の同意なく第三者に暴露してしまうことを「アウトティング」と言います。

プライバシーの侵害になる「アウトティング」は絶対にしてはいけません。



アライ～LGBT等性的少数者の理解者・支援者

LGBT等性的少数者のことを理解し、支援しようとする人のことを「アライ」（Ally “同盟” という意味）といいます。

性の多様性についての正しい知識を身につけ、悩んでいる当事者の方がいたら、落ち着いて話を聞き、受け止める。誤解や差別的な言動を見聞きしたときは、見て見ぬふりをしないで指摘するといった行動が、当事者の方を勇気づけます。積極的に「アライ」を表明しましょう。

こんなこと言っていないませんか？

あなたは、こんな言葉を使っていませんか？
日常の何気ない言葉に傷ついている人がいます。

男らしくない。おまえオカマか。

ここには同性愛者とかいないよね。

いつまでも結婚しないとソッチの人だと思われるぞ



当事者によって感じ方は異なりますが、このような言葉に傷つく人もいます。当事者の中には、「ホモ」「オカマ」「レズ」などといった表現をあえて使う人もいますが、だからといって当事者以外が安易に用いて良いわけではありません。

函館市パートナーシップ宣誓制度

2022年4月から、一方または双方が性的少数者であるお二人がお互いを人生のパートナーであることを市に宣誓し、市が受領証等を交付する「函館市パートナーシップ宣誓制度」を導入しました。この制度に法的効力はありませんが、性の多様性への理解が進み、市民一人ひとりがかけがえのない個人として尊重され、人生のパートナーや大切な人と安心して暮らせるようになることをめざします。

また、札幌市等、他の制度導入自治体と連携し、制度の相互利用等を行っています。

LGBTフレンドリー企業 推進アドバイザー派遣事業

企業等における性の多様性を尊重した取組を支援するため、市内の事業所へアドバイザー（社会保険労務士）を派遣します。

他にも、市民理解の促進を図るための取組を進めています。



詳しくはこちら