

一人ひとりが今日からできること

差別的な言葉は使わない

たとえ発言した人に悪意がなくても、差別的な言動に傷つく当事者がいます。

差別的な言葉の例: ホモ、レズ、おかま、あっち系、そっち系

性のあり方を決めつけない

性のあり方は人によって様々です。

見た目や先入観で他の人の性のあり方を決めつけないようにしましょう。

例1: 恋人について会話をするとき、「彼氏」「彼女」ではなく性別を問わない「パートナー」「恋人」などの言葉を使う。

例2: 相手が恋愛や性愛に興味があるという前提で話さないようにする。

カミングアウトを受けたら

カミングアウトは当事者にとってとても勇気のいる行動です。カミングアウトを受けた側は、肯定的に受け止めることが望まれます。

焦らず、否定せず、最後まで話を聞いてください。

「伝えてくれてありがとう」という気持ちを伝えると、安心感につながります。

他の人に聞かれない、安心してゆっくり話ができる場所で聞きましょう。

また、対応のための情報共有が必要な場合は、アウトティングを防ぐためにも、誰に伝えているのか、誰になら話しているのかを確認しましょう。

アライ(ALLY)

アライ(ALLY)とは、性的マイノリティについて理解・共感し、応援する人たちのことを指す言葉です。

英語の同盟、支持者を意味する言葉が語源とされています。

6色のレインボーは性の多様性を表す象徴とされています。レインボーカラーのアイテムを身につけて、アライであることを表明することができます。

相談窓口

よりいホットライン【セクシュアルマイノリティ専門ライン】

厚生労働省の補助事業として、(一社)社会的包摂サポートセンターが実施する24時間フリーダイヤルの相談窓口です。

TEL:0120-279-338(無料)

※ガイダンスが流れたら「4」を選択してください。



みんなの人権110番【全国共通人権相談ダイヤル】

差別や虐待、ハラスメントなど、様々な人権問題についての相談を受け付ける相談電話です。電話は、おかけになった場所の最寄りの法務局につながります。相談は、法務局職員又は人権擁護委員が対応します。

受付時間 平日午前8時30分から午後5時15分まで
TEL:0570-003-110



山形県パートナーシップ宣誓制度

本制度は、性的マイノリティのカップルが、互いの人生において、互いに協力して継続的に生活を共にすることを約束した関係であることを宣誓するものです。

申込みにより県が交付する「山形県パートナーシップ宣誓書受領証」を活用することで、行政や民間の各種サービスが利用でき、またパートナー同士の関係性の説明が円滑に行えるようになることが期待されます。

交付番号	
山形県パートナーシップ宣誓書受領証	
山形県パートナーシップ宣誓制度実施要綱の規定に基づき、お二人がパートナーシップの宣誓をされたことを証します。	
【本人】	【パートナー】
様	様
(平成 年 月 日生)	(平成 年 月 日生)
令和 年 月 日	
山形県知事 ○○ ○○	

○この受領証の提示を受けた方は、山形県パートナーシップ宣誓制度の趣旨を十分に理解くださいますようお願いいたします。	
※「本人」欄は、山形県、山形市に在住する方が対象です。申請・発給は郵送です。	
○氏名 (姓姓を併記していただく場合、戸籍上の氏名)	【本人】
○子の氏名	【パートナー】
(年 月 日生)	(年 月 日生)
○特記事項	
○返送連絡先 (この欄の記入は必須です。)	
私が死傷や障害等緊急の場合、パートナーへ連絡してください。	
パートナー	本人
連絡先	住所署名

詳しくは県ホームページをご覧ください。

山形県パートナーシップ宣誓制度 検索



【お問い合わせ先】 山形県しあわせ子育て応援部
多様性・女性若者活躍課
TEL:023-630-3269

令和7年3月発行

リサイクル適性
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

性の多様性への理解を深めましょう

互いを認め合い、共に助け合い、誰もが希望する生き方で輝ける山形県を目指して



山形県

多様な性のあり方

性のあり方(セクシュアリティ)は、人の個性や生き方に関わる大切なものです。

性には様々な要素があり、その要素の組み合わせによって、多様な性のあり方が存在します。虹を構成する様々な色のようにグラデーションを成しているということもできます。

<性を構成する主な4つの要素>

生物学的性 (Sex)

出生時の身体的特徴などを
もとにして判断される性別

性的指向 (Sexual Orientation)

自己の恋愛または性愛の対象となる性別についての指向

性自認 (Gender Identity)

自己の性別についての持続
的な認識

性別の表現 (Gender Expression)

自己の性をどのように表現
するか
見た目やしぐさ、言葉づかい
などの表現に係る性

SOGIとは

性的指向(Sexual Orientation)と性自認(Gender Identity)の頭文字をとってSOGI(ソジ・ソギ)という言葉が用いられることもあります。

SOGIは性的マイノリティであるか否かに関わらず、全ての人が持つ性のあり方を表現するための言葉です。

LGBTQとは

LGBTQ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・クエスチョニング又はクィアの頭文字をとった言葉で、性的マイノリティを表す総称の一つです。

L レズビアン (Lesbian)
性自認が女性で、性的指向が女性に向く人。女性同性愛者

G ゲイ (Gay)
性自認が男性で、性的指向が男性に向く人。男性同性愛者

B バイセクシュアル (Bisexual)
性的指向が同性にも異性にも向く人。

T トランスジェンダー (Transgender)
出生時に割り当てられた性別と性自認が異なる人。

Q クエスチョニング (Questioning)
自身の性のあり方について特定の枠に属さない人、わからない人、決めていないなどの人。

Q クィア (Queer)
かつては「奇妙な、風変わりな」という意味の侮辱的な言葉だったが、現在は規範的でない性のあり方を誇りをもって表現するために用いられる。

他にも多様な性のあり方があります。
カテゴライズするのではなく、その人らしさを尊重することが大切です。

参考: ・シスジェンダー(Cisgender)
出生時に割り当てられた性別と性自認が同じである人。
・ヘテロセクシュアル(Heterosexual)
性的指向が異性に向く人。異性愛者

性的マイノリティの人たちは身近にいます

各種調査(※)によると、国内全体のおよそ3.5%から10%の方が性的マイノリティであるという結果が出されています。

「性的マイノリティであることを周りに打ち明けない(打ち明けられない)人が身近にいるかもしれない」という認識を持つことが大切です。

(※)
・国立社会保障・人口問題研究所「家族と性と多様性にかんする全国アンケート2023」
・株式会社LGBT総合研究所「LGBT意識行動調査2019」



性的マイノリティが抱える困りごと

性的マイノリティの中には、性の多様性に関する偏見や無理解のため、日常生活の様々な場面において困りごとを感じている方もいます。

<困りごとの例>

- ・「ホモ」「レズ」「おかま」などの差別的な言葉により傷つけられる。
- ・無視や仲間はずれなどのいじめを受ける。
- ・戸籍上の性別と外見が異なるため、名前を呼ばれる際の周囲の目が気になり、病院への受診を控えてしまう。
- ・同性カップルであること理由に、アパートなどへの入居を断られる。
- ・家族や友人などにカミングアウト(下記参照)できない。
- ・学校や職場でアウティング(下記参照)される。



カミングアウト

カミングアウトは、これまで公にしていなかった自分の性のあり方(性的指向や性自認など)を本人が他者に表明することです。カミングアウトは、本人の意思や判断のもとに行われるべきであり、他人が強要するものではありません。

アウティング

アウティングは、本人の同意なく、その人の性のあり方(性的指向や性自認など)を第三者に暴露してしまうことです。たとえ善意であっても、または悪気がなかったとしても、本人の意向を確認しない場合はアウティングになります。アウティングは本人のプライバシーを侵害する行為であり、最悪の場合、自死などの命の危険につながる可能性もあるため、決して行ってはいけません。