

# 多様な性のあり方

セクシュアリティとは、**性のあり方**。3つの軸でとらえることができます。

## からだの性

からだの状態からみる性



## こころの性

自身の性別を  
どう思うかという性



## 好きになる性

どの性別の人を  
好きになるかという性



みなさんはセクシュアリティやLGBTQという言葉を知っていますか？セクシュアリティは性のあり方、LGBTQはセクシャルマイノリティ(性的少数者)を表す言葉の一つです。

国内のLGBTQの人口比率は5~8%、約13人~20人に1人とされています。性別は多様であり、男女だけではありません。また、好きなものや外見から判断できるわけではないし、どの性別であっても「こうあらねばならない」ということはありません!ありのままのあなたでいいのです(^\_^)

**L:レズビアン** / こころの性が女性で女性を好きになる人

**G:ゲイ** / こころの性が男性で男性を好きになる人

**B:バイセクシュアル** / 女性も男性も好きになる人

**T:トランスジェンダー** / 生まれたときに割り当てられた性に違和感を持つ人

**Q:クエスチョニング** / 自分の(心の)性がわからない・  
意図的に決めていないまたは決まっていない人

LGBTQ以外にも  
さまざまな人々があります

いろいろなものの見方や考え方があります。  
それぞれの個性や立場を尊重できるようになろう!

**セクシュアリティは十人十色☆みんなちがってみんないい♪**

困ったときは相談してね

- ほけんしつハートダイヤル **025-263-9032** 月~金(祝・年末年始除く) 9:00~17:00
- 子どもの人権110番 **0120-007-110** 月~金(祝・年末年始除く) 8:30~17:15
- よりそいホットライン **0120-279-338** 年中無休 24時間
- 新潟市性的マイノリティ電話相談 **025-241-8510** 毎月第1月曜 17:30~20:00

チャット  
SNS  
でもOK!!

## 自分の弱点やコンプレックスを 個性として受け入れよう

弱さ・悩み・コンプレックスは欠点ではなく、個性ととらえて生かす。完璧な人間など存在しない!

## 自分で自分を大切にしよう

自分らしくは自分を生かすこと。自分の素直な意見や気持ちに耳を傾ける。自分を大切にするとまわりの人にも自然と優しくなる!

## 自分の思いを伝えよう

伝えなければ分かってもらえない。否定されることを恐れない。ぶつかることも成長するチャンス!

## 自分らしく 生きるために



## 新しいことに チャレンジしよう

たとえ失敗しても経験になる。自分らしさを見つけるヒントが得られる!

## 素直に人の助けも借りよう

自分の手に負えないことは、素直に人を頼れることも強さ。得意なこと自分らしさを発揮する!

### 新潟市アライマーク

新潟市の花、チューリップを性の多様性の象徴である6色レインボーで彩ったもの。バッジやシールにして理解を深めた人に配付しています。



Ally NIIGATA

※アライ:みかた

## もっと知りたいあなたへ

LGBTに関する本はたくさん出版されています。書籍をいくつかと動画サイトをご紹介します。

### <子ども向け書籍>

- 日本放送協会「NHKハートをつなごう LGBT BOOK」(太田出版)
- 渡辺大輔「いろいろな性、いろいろな生きかた」(ポプラ社)
- QWRC&徳永桂子「LGBTなんでも聞いてみよう 中・高生が知りたいホントのところ」(子どもの未来社)

### <保護者向け書籍>

- 薬師実芳「LGBTってなんだろう? -自認する性・からだの性・好きになる性・表現する性-」(合同出版)
- 遠藤まめた「先生と親のためのLGBTガイド もしあなたがカミングアウトされたなら」(合同出版)

### <ホームページや動画で知るには>

- 法務省「多様な性について考えよう!～性的指向と性自認～」

<http://www.moj.go.jp/JINKEN/LGBT/>

