



性の多様性
に関する相談

みえにじいろ相談



相談は無料、秘密厳守です。

- ご本人だけでなく、周囲の方からの相談もお受けします。
- 相談は同じような悩みを経験した専門相談員がお受けしています。

◆SNS相談

毎月第2金曜日14:00～20:00、毎月第4日曜日13:00～19:00



LINEの友だち追加
はこちらから



◆電話相談 ☎ 059-233-1134

毎月第1日曜日13:00～19:00、毎月第3金曜日14:00～20:00

【お問合せ】

三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」

〒514-0061 三重県津市一身田上津部田 1234

休館日／毎週月曜日（月曜日が祝日の場合はその翌平日）

TEL／059-233-1131 FAX／059-233-1135

URL／<https://www.center-mie.or.jp/frente/>

開館時間／9:00～19:00

E-mail／frente@center-mie.or.jp

毎月 金 土 日 相談窓口

毎月	金	土	日	相談窓口
第一	—	—	☎	電話相談 13:00～19:00
第二	💬	—	—	SNS相談 14:00～20:00
第三	☎	—	—	電話相談 14:00～20:00
第四	—	—	💬	SNS相談 13:00～19:00

※電話相談、SNS相談ともに年末年始および休館日は除きます

性のあり方は 人それぞれ

「性」の要素

からだの性 (生物学的性)

染色体、外性器、内性器から
判断される性別のこと

好きになる性 (性的指向)

恋愛や性愛の対象となる性別のこと

こころの性 (性自認)

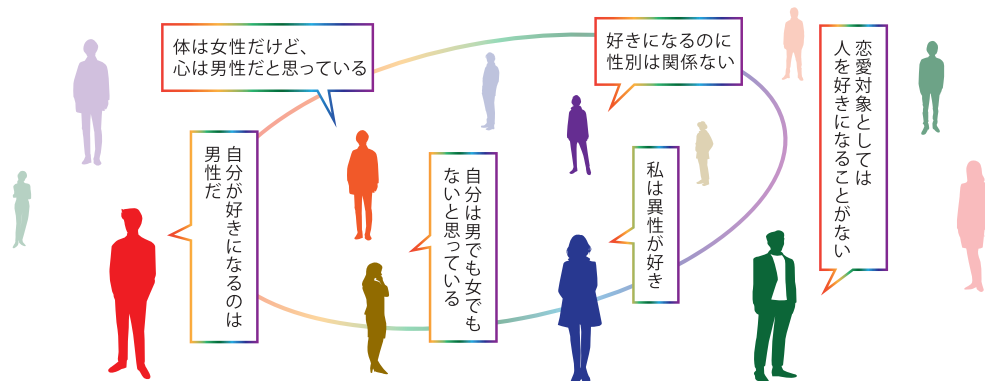
自分が感じている性別のこと

表現する性 (性別表現)

ふるまいや見かけの性別のこと

・SOGIE (ソジー)

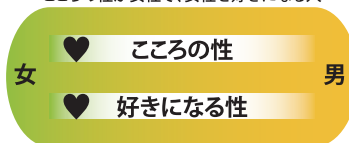
「性」の要素の組み合わせによって、一人ひとりの性のあり方が決まると考えられます。これは特定の性的指向や性自認の人だけを対象とする表現ではなく、誰もが持つ性のありようを表す言葉です。



・SOGIE (ソジー) の中のLGBTQ+

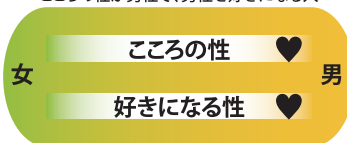
レズビアン

こころの性が女性で、女性を好きになる人



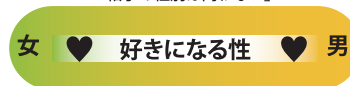
ゲイ

こころの性が男性で、男性を好きになる人



バイ/パンセクシュアル

好きになる性が「男性か女性が変わることがある、一定ではない」「男性・女性どちらも好きになる」「相手の性別は問わない」



その他にも…

■ノンバイナリー/IXジェンダー

こころの性が「男性か女性が変わることがある、一定ではない」「男性・女性どちらもである/ないと感じる」

■アロマンティック

性別に関係なく、他者に恋愛感情を抱かない

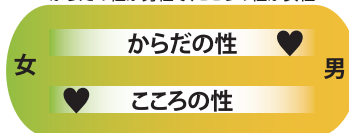
■アセクシュアル

性別に関係なく、他者に性的に惹かれない

※「電通LGBTQ+調査2023」を基に分類
※その他にも多様な性のあり方があります

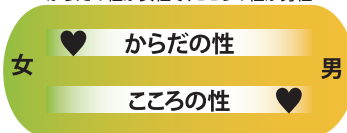
トランスジェンダー (MTF)

MTF (Male to Female)
からだの性が男性で、こころの性が女性



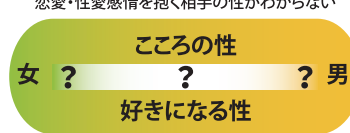
トランスジェンダー (FTM)

FTM (Female to Male)
からだの性が女性で、こころの性が男性



クエスチョニング

こころの性がわからない、恋愛・性愛感情を抱く相手の性がわからない



・Ally (アライ) になろう

●アライとは？

英語の Ally (「支援者」「同盟」「味方」) に由来する言葉で、性的マイノリティの方を理解し支援するという考え方や、その考えを持つ人のことです。

●アライになるには？

- ①多様な性のあり方について知る
 - ②その人のありのままを受け入れる
 - ③普段の言葉遣いを見直す
- ・差別用語を使わない
 - ・「女」「男」二つの性別を前提とした話をしない
 - ・異性愛前提の話をしない…など

・親ができること

自分の子が LGBTQ+だと知ったら、気持ちが揺れるのは無理もありません。それでも子どもは、親に一番の味方でいてほしいと願っています。「受容する。悲観しない。分かち合う。」ことが大切です。

【対応のポイント】

- ・「男、女だから」と強制・否定をしない
- ・治そう・戻そうと思わず、ただ受け止める
- ・育て方が間違っていたと悲観しない
- ・専門機関に相談する
- ・LGBTQ+の子を持つ親の集まりに参加する



人の性はグラデーション。
自分の性のあり方も他の人の性のあり方も大切にしていくことで、
誰もが生きやすく、自分らしくいられる社会になっていきます。