



Marble

～好きな色で生きる～



～もくじ～



冊子で使われている用語の解説	・・・ 2
ハラスメント・無意識の差別について	・・・ 6
カミングアウトとアウティングについて	・・・ 7
アライについて	・・・ 8
盛岡市の活動・Marbleの活動について	・・・ 10
参考文献、参考サイト一覧	・・・ 11

～ごあいさつ～

みなさんこんにちは！私たちは岩手県立大学レインボーサークルの「Marble(マーブル)」です。Marbleでは朝読書会や性の多様性を学ぶ勉強会などの活動を通して「一人一人の性はどれ一つとして同じものではなく、唯一無二の個性」だと知りました。これらを知りMarbleは性の多様性を尊重していくためにも、多くの人に性の多様性について知ってもらうことが必要だと思いました。そのためこの冊子ではLGBTやSOGIをはじめとした用語解説をはじめ、ハラスメントや無意識の差別、あまり知られていないセクシュアルマイノリティ等についてまとめました。

サブタイトルにある「好きな色で生きる」には一人一人が持つ個性、一として同じ色のないグラデーションのようなもの、それが性のあり方であると考え、セクシュアルマジョリティもセクシュアルマイノリティも関係なく、すべての人が「自分の色」（好きな色）を大事にしていけるようにという願いを込めました。この冊子が多くの人に読んでいただけるよう、一生懸命作成しました。ぜひお手に取って読んでいただけたならば幸いです。

※この冊子は、令和3年度盛岡市市民協働推進事業としてMarbleと盛岡市が協働で作成しました。



岩手県立大学レインボーサークル
Marble一同

～この冊子で使われている用語の解説～

LGBT

レズビアン（女性同性愛者 **L**esbian）
ゲイ（男性同性愛者 **G**ay）
バイセクシュアル（両性愛者 **B**isexual）
トランスジェンダー（こころの性と身体の性が一致していない方 **T**ransgender）

セクシュアルマイノリティを総称している。



セクシュアルマイノリティの総称であるLGBTだけど、LGBTQやLGBTQ+、LGBTQIAPKなどの上記されている4つだけではなくセクシュアリティが加えられた言葉もあるよ！

性自認（性の自己認識）

Gender Identity

性自認とは、自分の性をどのように認識しているのかを示す概念のこと。こころの性と言うこともある。シスジェンダー（こころと身体の性が一致している人）やトランスジェンダー以外にも身体的な性（生物学的な性）に関係なく、女性・男性という枠組みに当てはめられないという性、複数の性のあいだで不規則であったり場面や状況に応じて揺れ動く性、自身の性がわからない、決められないこともある。

性的指向 Sexual Orientation

性的指向とは、人の恋愛・性愛がどのような対象に向かうのかを示す概念のこと。ヘテロセクシュアル（異性愛者）レズビアン、ゲイ、バイセクシュアル以外にも、他者に対して恋愛感情や性的欲求を抱かない、恋愛・性愛の対象に性別の概念を前提にしない場合もある、相手の知性や、アニメや漫画などの作られたキャラクターに恋愛的性的魅力を感じることもある。

SOGI (ソジ・ソギ) **Sexual Orientation** and **Gender Identity**

「性的指向(好きになる性)」と「性自認(こころの性)」のそれぞれの英訳のアルファベットの頭文字をとった、人の属性を表す略称。セクシュアルマイノリティの総称であるLGBTと異なり、SOGIは「どんな性別を好きになるのか」「自分自身をどのような性だと認識しているのか」という言葉であるため、体と心の性が一致しており異性が好き、という人も含めてすべての人が持っているものである。(以下の例以外にも様々な属性がある)

性別に関係なく人を好きになる
こころの性は中性

女性が好き
こころの性は男性

人に恋愛・性愛感情を抱かない
自分の性を決めていない



性表現

性表現とは「見た目や言動で表す性」のこと。服装やメイクの仕方などはこの性表現の一部。性表現はあくまで「(社会からのまなざしを想定して)このような性としてふるまいたい」といった主観的なもの。性表現と性自認は必ずしも一致するわけではない。

性関係指向

パートナー(交際者)との関係のあり方。モノガミーとポリアモリーに分類できる。

モノガミー (Monogamy)

1対1で交際するスタイル、もしくはそのような交際スタイルの人。

ポリアモリー (Polyamory)

すべてのパートナーの合意を得た上で複数のパートナーと交際するスタイル、もしくはそのような交際スタイルの人。

～あまり知られていないセクシュアル・マイノリティ～

アセクシュアル (Asexual)、 アロマンティック (Aromantic)

他者に対して性的欲求を抱かないセクシュアリティをアセクシュアル、他者に対して恋愛感情を抱かないセクシュアリティをアロマンティックという。「恋愛をしないようにしている・避けている」「宗教の関係で恋愛ができない」といった意識的に恋愛をしない人を指すわけではない。アセクシュアルと一口に言っても、他者に対して恋愛感情はあるが性的欲求は抱かないロマンティック・アセクシュアル（ノンセクシュアル）や他者に対して性的欲求・恋愛感情を抱かないアロマンティック・アセクシュアルなどがある。

クエスチョニング (Questioning)

自身の性自認や性的指向が定まっていない、もしくは意図的に定めていないセクシュアリティのこと。あえて自分の性自認や性的指向を決めない方が生きやすい、まだ決めかねている、どのセクシュアリティもピンとこない、わからないなどの同じクエスチョニングでも理由は異なる場合がある。クエスチョニングには「性自認について指す場合」「性的指向について指す場合」「性自認・性的指向の両方を指す場合」の3パターンがある。

サピオセクシュアル (Sapiosexual)、 サピオロマンティック (Sapioromantic)

相手の知性に性的魅力を感じるセクシュアリティをサピオセクシュアル、相手の知性に恋愛的な魅力を感じるセクシュアリティをサピオロマンティックという。（ここでいう知性とは、学歴や社会的地位のことではなく、ユニークなジョークを話す人や知的な会話をするような知的側面を意味する。）

デミセクシュアル (Demisexual) 、 デミロマンティック (Demioromantic)

精神的に深いつながりがない初対面の人や、知り合ったばかりの人に対し恋愛感情や性的感情を抱かず、強い絆や愛情、つながりを持った相手にのみ性的欲求を抱くセクシュアリティをデミセクシュアル、恋愛感情を抱くセクシュアリティをデミロマンティックという。

リスセクシュアル (Lithsexual)

リスセクシュアルとは、性的指向（どんな性の人に性的欲求を持つか）に関わる概念で、自身は性的欲求があり他者に対して性的な感情を抱くこともあるが、他の人から性的な感情を持たれたくないセクシュアリティのこと。リスセクシュアルの中にもグラデーションがあり、「たとえ好きな人であっても性的にみられると相手への恋愛感情があっても冷めてしまう」という人もいれば「性的な目で見られるとゾツとしたり不快感や嫌悪感を抱く」という人もいる。

リスロマンティック (Lithromantic)

リスロマンティックとは恋愛指向（どんな性の人を好きになるか）にかかわる概念で、自身は他人を好きになるが、たとえ好きな相手からであろうと恋愛感情を持たれたくはないセクシュアリティのことをいう。

ジェンダー・フルイド (Gender fluid) 、 セクシュアル・フルイド (Sexual fluid)

性のあり方は変化するという概念が土台としてある。「自分は時と場合によって男性だったり女性だったり、どちらでもなかったりする」と性自認が変化するセクシュアリティをジェンダー・フルイドという。また同様に、性自認ではなく性的指向が変化するセクシュアリティをセクシュアル・フルイドという。

～ハラスメントと無意識の差別について～



「〇〇さんって“レズ”なんだって」
「お前クネクネして“ホモ”っばいよな、俺の事襲うなよ」「〇〇さんって“オカマ”なんだって。ずっと“ソッチ系”だと思ってたんだよね。」
「〇〇ちゃん彼氏いるの？」
「男なのに性欲ないとかお前男じゃねえよ」
「ゲイならオネエ風に話すんだろ」



「普通」という言葉を使うときには、その「普通」が誰から見た「普通」なのか、その枠に当てはまらない人たちを「普通ではない」といって劣位に置いていないか、注意しながら使いたいね！

～SOGI/ハラスメント～

性的指向や性自認に関連した、差別的な言動や嘲笑、いじめや暴力などの精神的・肉体的な嫌がらせを行うこと。また、望まない性別での学校生活・職場での強制異動、採用拒否や解雇など、差別を受けて社会生活上の不利益が生じること。それらのハラスメント・出来事全般を表す言葉。

～無意識の偏見～

全ての人が恋人、パートナーを必要とするわけではない。同様に、体の性とところの性が一致している異性愛者＝「普通の人」ではない。恋愛感情や性的欲求を持つことが当たり前だと思うことは無意識の差別につながる。性の多様性の理解が欠如していると多数派の人達に偏った見方になりやすい。

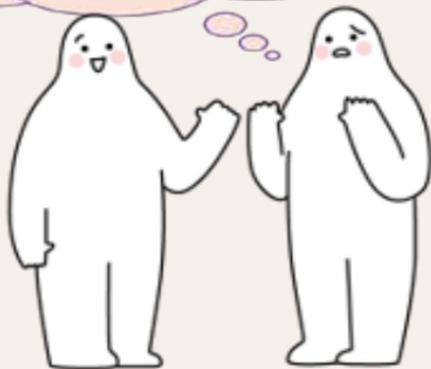
カミングアウト (Coming Out) とは

「これまで誰にも言っていなかった自分の秘密を話すこと」

LGBTに関する場面で見かけるカミングアウトには、「自分が性的マイノリティであることを打ち明けること」という意味。

あなたなら理解してくれると
信じてカミングアウトしたのに

〇〇さんがゲイだって
いうことを、クラスの
皆に伝えて過ごしやすい
ようにしてあげたよ！



アウトティング (Outing) とは

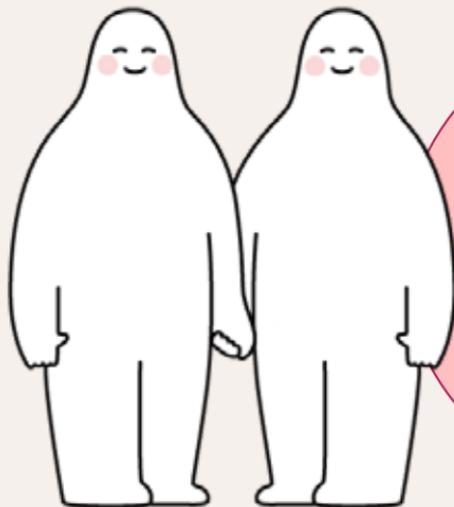
本人の同意なしに他人にSOGI（性自認・性的指向）を勝手に言いふらすことを指す。すなわち、本人が公にしていない情報を、本人の承諾なく、その人の職場や学校などのコミュニティで伝えることをアウトティングという。

アライについて



アライは、英語の「Alliance」からきた言葉で、日本語では同盟といった意味を持つ。アライとはLGBT（セクシュアルマイノリティ）の人たちの活動を支持し、支援している人たちのことを言う。

アメリカ合衆国では、LGBTを支援し、同性愛に対する嫌悪や偏見を持つ価値観などの解消を促すための活動（Straight Alliance）が盛り上がり、これらを支持する人がアライと呼ばれるようになった。



理解ある行動の一例

- レインボーグッズを身に着ける
- 差別的な言葉を使わない
- 性別や見た目で決めつけずに、その人自身と向き合う

アライになるためには？

- 見た目や性別で相手について決めつけないこと
- LGBT（セクシュアルマイノリティ）について知ること
- 差別的な雰囲気には流されないこと
- 差別的な雰囲気や言葉を否定する勇気を持つこと
- 自分の言葉を選んで発言すること
- 相手と向き合うこと
- 性の多様性について理解を深めること

こんな言葉を使いたい！

- 男らしい・女らしい→あなたらしい
- 彼氏・彼女→恋人・パートナー
- 女子力・男子力→人間力
- ○○君・ちゃん→○○さん（相手が望む呼称）
- 母の日・父の日→家族の日（相手が望む呼称）

性別などを押し付けたような言葉を使うのではなく、相手のことをよく考えて発言することが大事です。

～近年の盛岡市の取組～

【男女共同参画全般に関する取組】

- ・令和元年6月 盛岡市男女共同参画推進条例を公布・施行
- ・令和2年7月 第3次盛岡市男女共同参画推進計画を策定
(主な具体事業)
- ・もりおか女性センター（プラザおでって5F）運営
- ・男女共同参画意識啓発事業（男女共同参画週間に併せたパネル展の開催等）
- ・女性活躍推進事業（企業の女性社員や経営者に向けたセミナーの開催等）
- ・配偶者等暴力防止事業（DV被害者の支援、DVの意識啓発等）
- ・コロナ禍における女性支援事業（女性相談の拡充や生理用品の無料配布）

【性の多様性に関する取組】

- ・市職員向け研修、教職員向け研修、企業向けセミナーの開催
- ・LGBTガイドブックの発行（令和3年3月発行）
- ・市民協働推進事業（「性の多様性」をテーマに市民団体と協働事業を開催）

～Marbleの主な活動～

- ・パンフレット制作
- ・朝読書会
- ・座談会
- ・わたしの生と性～セクシュアリティって何？～の報告会
- ・岩手県男女共同参画フェスティバルにパネル参加
- ・オンラインによる性の多様性について学ぶ勉強会
- ・活動関連ポスターの掲示

【掲示風景】



朝読書会で使用した書籍
→→→次ページへ！



～朝読書会でも使用した、おすすめ書籍～

『ゲイだけど質問ある?』

著者 鈴掛真 講談社、2018年(定価1500円+税)



すぐそばにある『LGBT』が身近になる世の中への入門書。世間では一般的になりつつある「LGBT」という言葉。しかしまだそれを公にしている人は少ないです。だからこそ知りたいけれどなかなか知る機会がない、聞きたいけれど聞けない内容がギュッとつまった一冊です。また、本の間に挟まれる全48首の短歌はとても切なく美しく、読み終わった後に必ず心に残ること間違いなし!!

『元女子高生、パパになる』

著者 杉山文野 文藝春秋、2020年(定価1400円+税)

トランスジェンダー男性の著者、パートナーの女性、そしてゲイの親友と、彼らの赤ちゃんの「4大家族」の物語。「普通」とは何か、「当事者」と話していくなかで見出していく「共通課題」、時にぶつかりながらも理解していく必要性を学べる一冊。



『じぶんだけのいろ』

著者 レオ=レオニ 訳・谷川俊太郎

好学社、1978年(定価1068円+税)



自分のいろがないことに悩むカメレオン、ある日もう一匹のカメレオンに出会って、答えを見つける。絵本と侮ることなかれ!読む人によって、読む時によってに見方が変化する味わい深い作品。

『神さまのピオトープ』

著者 凧良ゆう 講談社、2017年(定価720円+税)

秘密を抱えた世界が決めた「正しさ」から置き去りにされた人々の密やかな愛情が零れ落ちる瞬間をとらえた作品。主人公が密やかな愛と日常を守ろうとする姿と当たり前の愛を認めてもらおうとする行動には共感するだろう。



～LGBT相談窓口～

匿名での相談も可能です。秘密は厳守します。（相談無料）

* **もりおか女性センター** ☎019-604-3304（電話相談 要予約）

【相談日時】金 10時～17時

☒ ホームページの相談フォームから

* **岩手県男女共同参画センター** ☎019-601-6891

（面接相談は要予約）

【受付日時】火・金 16時～20時（祝日にあたる火・金曜日はお休み）

～主な参考文献～

- ・遠藤まめた『ひとりひとりの「性」を大切にする社会へ』新日本出版社 2020
- ・遠藤まめた『みんな自分らしくいるための はじめてのLGBT』ちくまプリマー新書 2021
- ・神谷悠一/松岡宗嗣『LGBTとハラスメント』集英社新書 2020
- ・杉山文野『元女子高生、パパになる』文藝春秋 2020
- ・鈴掛真『ゲイだけど質問ある?』講談社 2018
- ・増田史『10代から知っておきたいメンタルケアしんどい時の自分の守り方』ナツメ社 2021
- ・アライ [ALLY] 一般社団法人 日本LGBT協会（2022/2/24閲覧）
<http://www.lgbt-kyokai.com/ally.html>
- ・JobRainbow MAGAZINE(2022/2/24閲覧)
<https://jobrainbow.jp/magazine/>
- ・LGBTについて考えよう—法務省（2022/2/24閲覧）
<https://www.moj.go.jp/JINKEN/LGBT/index.html>

2022年3月 発行

発行編集：岩手県立大学レインボーサークル Marble
盛岡市

問い合わせ：

岩手県立大学レインボーサークル Marble(マーブル)

E-mail marble.mycolor.22@gmail.com

Instagram [mycolor.5](https://www.instagram.com/mycolor.5)



Instagram

