


ウィルあいち情報ライブラリー  
啓発パネル

# LGBTQ + の 基礎知識




※このパネルでは、LGBTQ + を「LGBTQ + を含む性的少数者の総称」として使用しています。

## 1 導入 性ってどんなもの



ピヨ、生まれて！  
男の子？女の子？って  
みんなに聞かれるピヨ。  
フクロウ先生、それなに？


それは性別、性のあり方の  
ことじゃ。  
奥は深いが、のぞいてみよう。



公益財団法人 あいち男女共同参画財団

## 2 基礎知識① 性は2種類？

- 生まれつきの身体の違いは生物学的性別（セックス／sex）という。
- 一方、社会によって作られた「男らしさ・女らしさ」がある。  
これを「社会的・文化的性別」（ジェンダー／gender）というのじゃ。



参考：内閣府男女共同参画局 第5次男女共同参画基本計画 用語解説（令和2年12月）より「ジェンダー」  
[https://www.gender.go.jp/about/basic\\_plan/5th/pdf/yougo.pdf](https://www.gender.go.jp/about/basic_plan/5th/pdf/yougo.pdf)（P17.6.10掲載）

公益財団法人 あいち男女共同参画財団

## 3 基礎知識② 性を構成する要素

- 性は男／女の2つではなく、もっと豊かで多様なものじゃ。要素にわけてみよう。



それぞれ、グラデーションになっているのじゃ。




参考：「SOGIガイドブック」愛知県県民文化局人権推進課（R4.1）

公益財団法人 あいち男女共同参画財団

## 4 基礎知識③ 多様性とマイノリティ

- 構成する要素の組み合わせによって性のあり方は十人十色、一人ひとりみな違うのじゃよ。
- 性的マイノリティ（少数者）とされる人々のことを、いわゆる「LGBTQ +」と呼ぶことが多いのじゃ。




聞いたことあるピヨ

公益財団法人 あいち男女共同参画財団

## 5 基礎知識④ L・G・B・T・Q・+とは

L…レズビアン（性自認が女性・恋愛対象が女性）  
G…ゲイ（性自認が男性・恋愛対象が男性）  
B…バイセクシュアル（恋愛対象が男性女性両方の人）  
T…トランスジェンダー（出生時の身体の性とは異なる性別を生きる人）  
Q…クエスチョニング、クィア（性的指向・性自認が定まっていな、あえて定めていない人）  
+（プラス）…多様な性のあり方を表す



それぞれもまた多様な存在じゃ

参考：「SOGIガイドブック」愛知県県民文化局人権推進課（R4.1）

公益財団法人 あいち男女共同参画財団

### 6 基礎知識⑤ どのくらいいる？

意外と多いピヨ

- LGBTQ+の人たちは9%程度という調査がある。約10人に1人の割合じゃ。

内訳 (性的指向)	割合
ゲイ	1.59%
レズビアン	1.01%
バイ/パンセクシュアル	3.20%
アロマンティック	1.43%
アセクシュアル	1.56%
性的指向のクエスチョニング	0.58%

内訳 (性自認)	割合
トランスジェンダー	1.15%
ノンバイナリー/Mジェンダー	1.38%
性自認のクエスチョニング	0.26%

実は身近にいるのじゃ

出典:「LGBTQ+調査2023」株式会社電通グループ (R5.10)  
<https://www.group.dentsu.com/jp/news/release/001046.html>

公益財団法人 あいち男女共同参画財団

### 7 LGBTQ+を生きる困難① 学童・青年期

- 性別で区別される場面が苦痛(トイレ、制服など)
- 学校でのいじめ
- 誰にも相談できない
- 仲間が見つかりにくい
- 自己否定、孤立
- ストレスによる自傷、自殺のリスク
- 就職活動での困難
- 家族へのカミングアウト

かくれるしかないピヨ...

こまってること知ってほしいピヨ

参考:「相談対応者のためのレインボーガイドブック」愛知県県民文化局人権推進課 (R6.1)

公益財団法人 あいち男女共同参画財団

### 8 LGBTQ+を生きる困難② 壮年・高齢期

- 職場でのハラスメント
- ロールモデル(模範や手本となる存在)の不在
- パートナーとの法的保障がない(病院、住居、社会保険など)
- 周囲の結婚したらという圧力
- 法律婚ができない
- 子どもをもちにくい
- 老後の不安(高齢一人暮らし、相続など)

大人になってもやっぱりつらいピヨ...

公益財団法人 あいち男女共同参画財団

### 9 変わる社会① 愛知県の取組み

- あいち男女共同参画プラン2020の取組項目に「性的少数者への理解促進」新設(2016年3月)
- 愛知県人権尊重の社会づくり条例、あいち人権推進プランを策定(2022年4月)
- 愛知県ファミリーシップ宣誓制度を開始(2024年4月)
- パートナーシップ制度自治体間連携ネットワークに加入(2024年11月)

愛知県も動き出した

参考:愛知県県民文化局人権推進課ホームページ  
<https://www.pref.aichi.jp/socshi/jinken/> (R7.6.10確認)

公益財団法人 あいち男女共同参画財団

### 10 変わる社会② 県内市町村の取組み

- 橙...制度あり+自治体間連携ネットワーク加入済み
- 黄...制度あり
- 緑...愛知県ファミリーシップ制度を利用できる
- 白...取組みなし (2025年4月現在)

いいね!

参考:愛知県県民文化局人権推進課ホームページ「愛知県内の市町村におけるファミリーシップ/パートナーシップ制度導入状況一覧」  
<https://www.pref.aichi.jp/socshi/jinken/aichi-fs.html>  
パートナーシップ制度自治体間連携について「パートナーシップ制度連携自治体一覧 (2025年6月1日時点)」  
<https://www.pref.aichi.jp/socshi/attachement/567848.pdf>  
各市町村ホームページ (R7.6.10確認)

公益財団法人 あいち男女共同参画財団

### 11 結び あなたにできること

どんな性のあり方でも大事にされていいんだピヨ！  
一人ひとりがとくべつピヨ\*

その思いは、多様性を認めるアライ(支援者)の第一歩。  
性別に左右されず、誰もが「ありのままの自分」で生きられる社会にしていこう。


公益財団法人 あいち男女共同参画財団

5 L・G・B・T・Q・+とは補足

## ● トランスジェンダー

トランスジェンダーのあり方は様々です。  
当事者の中には、性別適合手術を望む人、望まない人、手術が可能な人、できない人、様々な人がいます。

それぞれの状況により、悩みや困りごととも異なります。



参考:「SOGIガイドブック」愛知県県民文化局人権推進課 (R4.1)  
公益財団法人 あいち男女共同参画財団


5 L・G・B・T・Q・+とは補足

## ● その他

L G B T Q + だけじゃない。  
性のかたち、まだまだあります。

- ・ X (エックス) ジェンダー  
(性自認が男性女性のどちらでもない)
- ・ パンセクシュアル  
(全てのセクシュアリティが恋愛性愛対象)
- ・ A (ア) セクシュアル  
(他者に性的感情を抱かない人)
- ・ A (ア) ロマンティック  
(他者に恋愛感情を抱かない人)

ほかにもあるのじゃ



参考:「SOGIガイドブック」愛知県県民文化局人権推進課 (R4.1)  
「アライアクションガイド 2025-2026」dentou DEI innovations (R7.6)  
公益財団法人 あいち男女共同参画財団


6 どのくらいいる？ 補足

## ● L G B T Q + が身近にいない？

10人に1人がL G B T Q +なら、身近に誰もいないはずはありません。  
「L G B T Q +である」と自分に伝えている人がいない(隠されている)のです。

大切なのは、その人がL G B T Q +のどれに当てはまるかではなく、何に困っているかを考えること。

かくれてるだけビヨ



参考:「アライアクションガイド 2025-2026」dentou DEI innovations (R7.6)  
公益財団法人 あいち男女共同参画財団


7 L G B T Q + を生きる困難 補足

## ● カミングアウト

自らL G B T Q +だと打ち明けること。  
誰にもカミングアウトしていない人は50.8%という調査もあります。

カミングアウトは、する人もしない人もいますが、とても勇気のいること。その思いをしっかりと受け止めてください。

きみだけに はなすビヨ



出典:「LGBTQ+調査2023」株式会社電通グループ (R5.10)  
https://www.group.dentsu.com/jp/news/release/001046.html  
参考:「アライアクションガイド 2025-2026」dentou DEI innovations (R7.6)  
公益財団法人 あいち男女共同参画財団


7 L G B T Q + を生きる困難 補足

## ● アウティング

本人の同意なく、第三者に性的指向・性自認を暴露すること。  
悪意がなくてもアウティングにあたる場合があります。

例)うわさ話として広める、自分以外の人も知っていると思い込んで話す、当事者を特定する形で第三者に相談する

ぜったいダメビヨ!!



参考:「SOGIガイドブック」愛知県県民文化局人権推進課 (R4.1)  
「アライアクションガイド 2025-2026」dentou DEI innovations (R7.6)  
公益財団法人 あいち男女共同参画財団

8 L G B T Q + を生きる困難 補足



## ● 同性愛 世界の状況

(2025年5月現在)

【認めている国・地域】  
オランダ・スウェーデン等のヨーロッパ諸国、カナダ、アメリカ、オーストラリア、メキシコ・ブラジル等の中南米諸国、南アフリカ、ネパール、タイ、台湾など

【迫害を受ける国・地域】  
イラン・イエメン等の中東諸国、アフリカ諸国、マレーシアなど東アジアの一部

つかまる国もあるビヨ

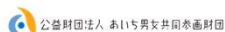
出典:ILGA worldホームページ igadatabase「WORLD MAP - criminalisation of consensual same-sex sexual act」  
https://ilga.org/iga-world-maps/ (R7.6.10確認)  
公益財団法人 あいち男女共同参画財団

9 変わる社会 補足

## ● 国の動き

- 性的指向及びジェンダーアイデンティティの多様性に関する国民の理解の増進に関する法律（**LGBT理解増進法**）を施行（2023年5月）  
※理念法であり、差別に対する罰則規定は含まれない
- 主要国G7のうち同性婚やそれに準ずる制度が法制化されていないのは日本だけ
- パートナー/ファミリーシップ制度の導入は全国の自治体で進んでいる

参考:「アライアクションガイド 2025-2026」dentsu DEI innovations (R7.6)

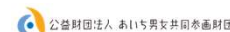


9 変わる社会 補足

## ● パートナー/ファミリーシップ制度

- パートナーシップとは  
様々な事情で婚姻できない、互いを人生のパートナーとして認め合う（同性の）二人が、親密で持続性をもった生活共同体を構築している（することを約束した）関係のこと
- ファミリーシップ制度とは  
パートナーの二人だけでなくその子どもや近親者が、家族であることを宣誓し、自治体がその宣誓を受理したことを証明する制度
- 法律の婚姻とは異なり、法的効力はない

参考:愛知県国民文化局人権推進課ホームページ「愛知県ファミリーシップ宣誓制度について」  
<https://www.pref.aichi.jp/soshiki/jinken/aichifamilyskip.html> (R7.6.30確認)



9 変わる社会 補足

## ● L G B T Q + から S O G I へ (ソジ、ソギ)

S O G I とは  
「Sexual Orientation  
and Gender Identity  
(性的指向と性自認)」の略。

性的マイノリティだけでなく、  
すべての人が持っています。  
誰もがS O G I の多様性の中を  
生きているのです。

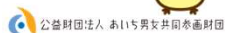
LGBTQ+だけ  
分けるのでは  
ないのじゃ



みんな  
自分のこと  
ビヨ!



参考:「SOGIガイドブック」愛知県国民文化局人権推進課 (R4.1)



10 変わる社会 補足

## ● 愛知県内の相談窓口

愛知県 にじいろ電話相談

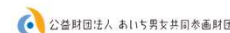
にじいろいーじゃ  
**0120-241-612** 第3月曜19:00～22:00

名古屋市にじいろLINE相談

ID @667molvl 第2月曜・第3水曜・  
第4土曜19:00～22:00

他の市町村

岡崎市、豊橋市、半田市が相談を実施



11 あなたにできること 補足

## ● アライとは

英語の「Ally (同盟、支援)」。  
性的マイノリティの課題を理解し、  
困っていること、悩みを相談できる  
人のこと。

アライが増えていくことが、  
誰もが生きやすい社会の実現の  
大きなカギです。



6色のレインボーは  
LGBTQ+のシンボル



レインボーで  
おうえん  
ビヨ!

参考:「SOGIガイドブック」愛知県国民文化局人権推進課 (R4.1)

