

性的マイノリティの現状について



Lesbian
レズビアン

同性を
好きになる女性

Gay
ゲイ

同性を
好きになる男性



Bisexual
バイセクシャル

両方の性を
好きになる人

Transgender
トランスジェンダー

身体の性と異なる性
を生きる(たい)人



福山市 まちづくり推進部
多様性社会推進課



介護の現場とLGBTQ/セクシュアリティ ～性の尊厳を守るために～



介護福祉士
佐藤 悠祐 先生

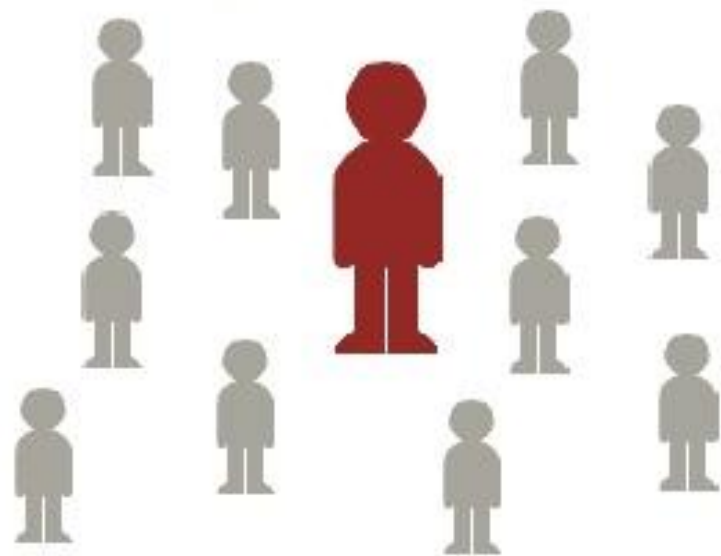
いないのではなく見えていないだけ…

調査対象や調査方法によって、その数値は異なりますが、最新の民間の調査によると、日本では人口の 10人に1人は性的マイノリティであるという結果が出ています。これは、左利きの人(8~15%)、AB型の人(10%)などと同じ割合です。

セクシュアリティ (性)

セクシュアリティ (性) は多種多様です。その構成要素を次の**4つの要素**に分けられます。

この組み合わせは多様であり、そのため、性はグラデーションとも言われます。



人口比率 **9.7%**
10 人に **1** 人



好きになる性（性的指向）

恋愛感情や性的な関心。

※恋愛感情を抱かないということもある

こころの性（性自認）

「自分は女／男である」など個人が自認する性別。

からだの性

生物学的な性。外性器の形状など客観的な性事実をもとに判断した性別。

見ための性（性表現）

「らしさ」の性別。服装など個人が表現する性。

※性表現と性自認が必ずしも一致するわけではない

LGBTの人はどんなことに悩んでいるの？

LGBTであることを知られたら「からかわれるのではないか」「言いふらされるのではないか」など、差別や偏見を恐れて悩んでいます。また、学校や会社、日常生活のさまざまな場面でも困難を抱えています。

LGBTQとは？

Lesbian

レズビアン：
性自認が女性で、女性が恋愛対象になる人

Gay

ゲイ：
性自認が男性で、男性が恋愛対象になる人

Bisexual

バイセクシュアル：
性自認に関わらず、女性と男性が恋愛対象になる人

Transgender

トランスジェンダー：
性自認と出生時に割り当てられた法律上の性が異なる人

Questioning

クエスチョニング：
性のあり方を決めない人／決めたくない人

他者へ恋愛的・性的に惹かれない

+ 「アロマンティック (Aromantic) ・アセクシュアル (Asexual)」 や
好きになる性別を問わない「Pansexual (パンセクシュアル)」等、
他にもさまざまなセクシュアリティがあります。

【ポイント】

- LGBTQ以外にも、LGBTQs・LGBTQ+・性的マイノリティ等、示し方は様々です
- ホモ・オカマ・レズ等は、揶揄する言葉なので使わないことが推奨されます
- 国内調査では、LGBTQは約3～10%とされています

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 に関する法律を知っていますか？



理解増進法は、全ての国民が、その性的指向又はジェンダーアイデンティティにかかわらず、
等しく基本的人権を享有するかけがえのない個人として尊重されるものであるとの
基本理念に基づいて、性的指向及びジェンダーアイデンティティの多様性に寛容な
社会の実現に資することを目的に、いわゆる理念法として制定された法律です。

国、地方公共団体及び事業主等は
知識の普及や相談体制の整備等について努めることとされています。

性的マイノリティサポートハンドブック

～職員が理解を深めるために～



性的マイノリティサポートハンドブック
～職員が理解を深めるために～

【編集・発行】

福山市市民局 まちづくり推進部 多様性社会推進課

〒720-8501 福山市東桜町3番5号

TEL : (084) 928-1006

FAX : (084) 928-1229

E-mail : tayouseisyakai-suishin@city.fukuyama.hiroshima.jp

2020年 1月
福 山 市



電通、「LGBTQ+調査2023」



LGBTQ+当事者層の割合は9.7%

● COMMUNICATION ●

性自認や性的指向の悩みを相談するか

自分が気にしすぎかもしれないが
会社内で噂になってしまうのではないかと
相談できないと感じる。(30代当事者)

自分にできることがあるのなら協力したいし、
相手の気持ちに寄り添って考えたいと思う。
沢山の葛藤と勇気が必要だったと思うから、
気持ちが少しでも楽になれるよう力になりたい。
(20代非当事者)

当事者層

職場や学校には、
性自認や性的指向に関する悩みを
相談できる人がいない

51.7%

L層26.4%/G層52.5%/B層64.3%/T層43.9%/Q+層51.9%



非当事者層

LGBTQ+の当事者に相談されたときは
できるだけ協力したい

77.3%

提示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

電通、「LGBTQ+調査2026」

LGBTQ+当事者層の割合は**10.6%**

ほんとの
ところは…

「職場で当事者であることは仕事や評価に影響しない」と思われることがあるが…

「自己開示しないことで関係性を深めにくく、働きやすさや評価に不安を感じる」ことがある

わかったつもりの声

職場でLGBTQ+
当事者であることは、
仕事や評価に
影響しないと思う
42.8%

仕事は能力次第なところが大きく、
セクシュアリティは関係ない
と思うけど…

電通リサーチ「LGBTQ+調査2026」の図表

ほんとのところの声



【20代 LGBTQ+当事者】

飲み会で自分のプライベートを深掘りされるのが怖いから飲み会に行きたくないと思ってしまふ。職場の人と距離はなりたくないわけではないのに、付き合いの悪い人だと思われることが仕事のやりどころに影響していると思う。



【40代 LGBTQ+当事者】

職場は結婚していないと出社が難しいという認識があり、女性のレズビアンの方と結婚した(いわゆる友情結婚)。



【30代 LGBTQ+当事者】

パートナーのことも人生で大切なことを周囲に話せていないことで、プライベートな生活が仕事にうまく入り込めなくて困っているのでは。



ほんとの
ところは…

「他の世代と比べて、高齢者の当事者は少ない」と思われることがあるが…
「時代背景の影響もあり、可視化されていない」だけの可能性がある

わかったつもり^{の声}

高齢者には
LGBTQ+当事者は
他の世代と比べて
少ないと思う
50.1%

一部の芸能人を除いて高齢の
当事者に会ったことがなく、
若い人よりは少ないように
思うけど…



権利メソッド「LGBTQ+」・「中高年世代」研究会

ほんとのところ^{の声}



【30代 ギイ当事者】

自分は同年代のゲイの友人よりも、
50代のゲイの友人の方が多く、実際
に少ないとは到底思えない。その次
達にも更に上の世代のゲイの友人や
知り合いがたくさんいる。



【30代 トランスジェンダー当事者】

実際には自分たちの世代と同じくら
い当事者はいると思うが、当時の時
代背景を考えると可視化されていな
いだけだと思う。社会の圧力もあっ
たとのことで、生まれた性のまま異
性と結婚をした方が知り合いにいる。



【50代 ギイ当事者】

シニア層はそもそもセクシュアリ
ティについての話題との関連性が想
起されにくいので、社会の理解度は
種かかなり低いと思う。実際には
同程度シニア層にも当事者は存在し
ている。年齢に限らず自分の性の問
題に向き合っている人は多いと思う。



IDENTITY GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED

性的マイノリティーに該当 10人に1人

自分が当事者かもしれないと気付いた時期について

- 「13歳から15歳」が最も多く18.6%、
- 「6歳以下」が17.2%、
- 「10歳から12歳」が16%、
- 40歳を過ぎてからという人が9.8%
- 当事者であることを誰にも明らかにしていないと答えた人は **56.8%**

職場や学校でカミングアウトしている **28.1%**

(ライフネット生命調査 2023, 11)

ケアマネジャーの
皆さんへ

性的マイノリティの
利用者さんを担当するときに
知っておいてほしいこと



2019年9月

東京都健康長寿医療センター研究所
福祉と生活ケア研究チーム(介護・エ
ンドオブライフ研究) 平山 亮

性のあり方はさまざま

—— それを当たり前のものにするために

「うちの利用者さんのなかにも、性的マイノリティにあたる方はきつという。」

そんな想像力をもって利用者さんと関わるのが、性の多様性に配慮するための第一歩です。

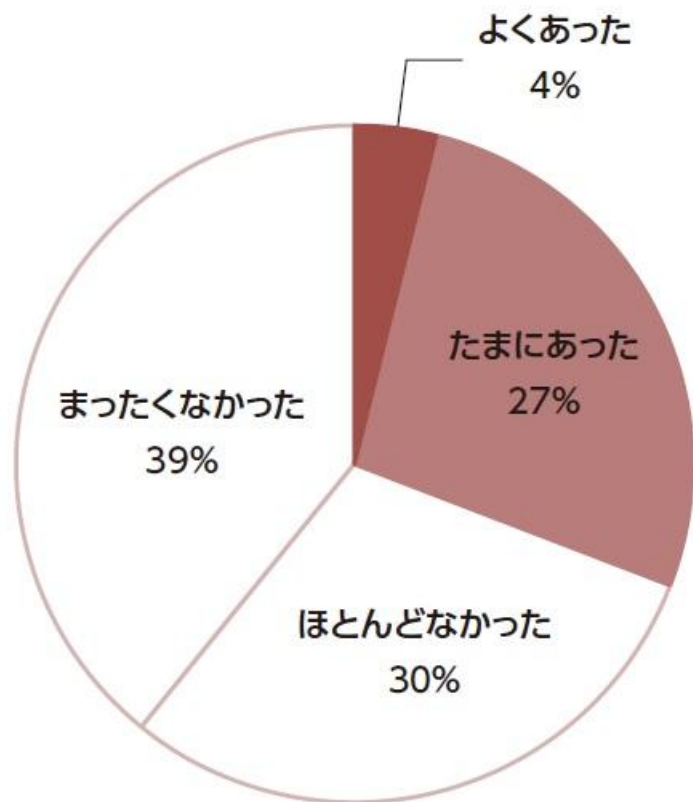
**「うちにはいない」「いたことがない」……
本当でしょうか？ もしかしたら言えなかっただけ、
かもしれません。」**

性的マイノリティが自分の性同一性や性的指向についてオープンにできるのは、そうすることで不利益がないという確信をもてる場合だけ。否定的な言動をとられたり、さらし者にされたり、「『ふつう』とは違うけど認めてあげましょう」と「上から目線」の温情を受ける対象にされたり……そういう扱いがなくなる現状では、言わないこと・隠すことを最善と考えても無理のないことです。

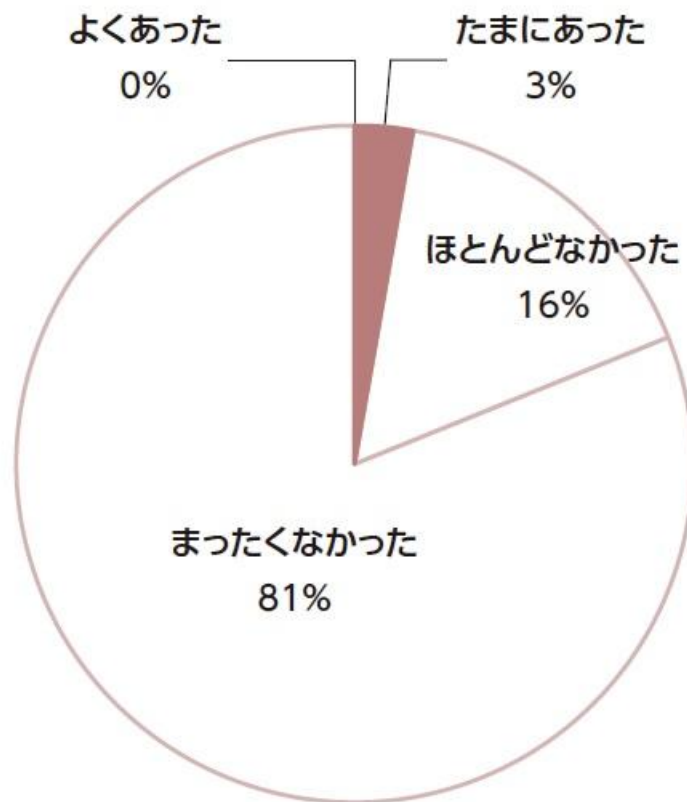
「うちの利用者さんのなかにも、きっといる」・・・ 〇〇だったら・・・そういう想像力はどうしたら育まれるのか

「利用者さんのなかに性的マイノリティにあたる方がいるかも」と意識したことはどれくらいあったか？
ケアマネジャー1,580名のうち、経験者の話を聞いたことがある人とない人の違い

経験者の話を聞いたことがある人



経験者の話を聞いたことがない人



例えば、こんな言葉遣い・表現はどうですか？

「ご主人さま／奥さま」は使わず

「お連れ合い」や「パートナーさん」を使う

特定の性別や関係(結婚しているかどうか)を前提にしなくても、「大切な人」「生活をともにしてきた相手」について尋ねることはできます。

「ご家族はいらっしゃいますか？」ではなく

「あなたの介護に関する相談先や連絡先になってほしいのはどなたですか？」「身の回りのお世話をしてくれる人はいますか？」

異性と結婚していて、子どもがいてという家族のあり方とは違っていても、利用者さんが自分のケアの決定に関わってほしい人や、日常生活の世話をしてくれる人はいるかもしれません。家族についての情報を集めるのは、その方の人間関係に対する興味からではなく、誰がキーパーソンになれるそうか、介護をしてくれる人はいるかを見定めるためであるはずで、たとえれば、それについて直接尋ねることで事足ります。

書類の性別記入欄は「男」「女」の2択にしない

「その他()」を用意したり、選択肢を設けず自由記述式にしたりすることで、さまざまな性別のあり方を念頭においた尋ね方ができます。

Q：LGBTQ+支援を表明する企業に対して、どのようなイメージがありますか。当てはまるものをすべてお知らせください。
(いくつでも)

(n=6240)



性的マイノリティのための

相談窓口のご案内



にじいろ電話相談

電話番号

084-951-5250

開設日時

毎月第3水曜日

15:00～18:00

2026年度日程

4月15日	10月21日
5月20日	11月18日
6月17日	12月16日
7月15日	1月20日
8月19日	2月17日
9月16日	3月17日



にじいろメール相談

多様性社会推進課HPから相談できます。

- ・自分の性別に違和感がある・・・
- ・子どもの「性」についての悩み・不安がある
- ・職場や学校で噂されていてしんどい
- ・とにかく、話をきいてほしい

福山市のLGBT関連情報は...

福山市 LGBT

検索



性的マイノリティに関する
取組について



メール相談フォーム

ひとりで悩まないで！
気軽に電話・メールしてね！



わたしたちにできること



あなたの周りにもLGBTの人が…

言わない（言えない）だけで、あなたの周りにもLGBTの人がいるかもしれません。「ホモ／レズ／オカマ」などの言葉を使わないようにし、交際相手について話題にする時には「彼女／彼氏」ではなく「恋人／パートナー」と使うなど、いるという前提での会話をしましょう。

本人の了解なく他人に公表しない…

相談やカミングアウトをされるのは、あなたが信頼されている証です。カミングアウトされて悩んだら、専門機関に相談しましょう。

6色のレインボーカラーを身につけて、性的マイノリティの理解者（アライ）であることを示しましょう！

