

# レインボーなは

性の多様性を尊重する  
まちづくり



那覇市



# 多様なものを、多様なままに。

2015年7月、本市は「性の多様性を尊重する都市・なは」宣言を発表しました。  
性のあり方は人権として尊重されるという姿勢を表明するためです。

2016年7月、「那覇市パートナーシップ登録」を開始しました。  
多様な性に基づくパートナーシップもまた、尊重されるべきであることを示すため  
です。

本市のこうした取り組みは、突然始まったものではありません。  
1996年に「なは女性センター」を開設してから約20年間、  
毎年セクシュアリティに関する市民講座を開催して  
性のあり方はとても大切なものだと呼びかけてきました。

「性」は、人間関係の基本です。  
人と人が関係を作っていくうえで、距離感をはかっていく重要な要素になります。  
そして、生活の基本です。  
呼ばれ方、身に着けるもの、社会の仕組み、いたるところで振り分けられ、  
そのあり方が問われます。

「性」は、私たちのごく日常を支えるもの。  
私たちは、自らの「性」について選択し、決定し、のびやかに生きる自由を持って  
います。

多様なものを、多様なままに。

誰もが豊かに過ごすことのできるまちを目指して  
この冊子から一緒にはじめていきましょう。





## 「性の多様性を尊重する都市・なは」宣言 (レインボーなは宣言)

人がどのような性を生きるか、また、誰を愛し・愛さないかは、すべての人が幸福に生きるために生まれながらにして持っている権利、すなわち人権であり、誰もがその多様な生き方を尊重されなければなりません。

那覇市は、市民と協働し、性自認及び性的指向など、性に関するあらゆる差別や偏見をなくし、誰もが安心して暮らせる都市をめざして、ここに『性の多様性を尊重する都市・なは』を宣言します。

平成 27 年 7 月 19 日  
那覇市



# ♡ 多様な性って、どういうこと？

## こころの性



ジェンダー アイデンティティ

自分が認識する性別です。性自認 (=Gender Identity)ともいいます。

女性、男性の2つだけではなく、まさに虹のグラデーションのように多様です。

女性（男性）であるという他に、女性でも男性でもあると認識している人もいれば、男女ということでは表現できない、という人もいます。こころの性は、その人がどう人生を生きるか、という問題と直結するとても大切なものです。

自分の感じるままを大切にしてください。

こころの性  
性自認

女

からだの性  
生物学的な性別

女

表現する性  
しぐさや服装など

女

好きになる性  
性的指向

女

## 表現する性

服装やしぐさ、言葉遣いなどから表現される性です。

「女らしさ」、「男らしさ」を基準に評価されることが多いですが、その2つだけで表されるものとは限りません。

何を身に着け、どうふるまうか、ということはその人の人格の一部として尊重されるべき大切な要素です。



性別は、女と男だけではありません。みんな顔がちがうように、性別もちがいます。  
性は、以下の4つの要素で考えることができます。  
この4つが集まってできる性のあり方を「セクシュアリティ」といいます。

## からだの性



生物学的な性別です。

生まれたときに医師の判定により割り当てられるもので、  
女性と男性の2つに分けられます。

あなたの  
セクシュアリティは?  
○をつけてみよう

昔は外性器のかたちだけで判断されましたが、  
性の発達はもう少し複雑です。染色体、性腺、内  
性器、性ホルモン、性ホルモンの受容体…多くの  
要素が関係し、これらの一部が他の人と違う経路  
で発達をすることもあります。このため、「女性に  
は子宮がある」とは限らず、女性（男性）の中でも、  
それぞれのからだがあります。

男

その他

男

その他

男

その他

男

その他



## 好きになる性

恋愛や性的欲求の対象となる性です。  
セクシュアル オリエンテーション  
性的指向 (=Sexual Orientation)

ともいいます。

女性、男性で説明できる場合や、男女にかかわらず「その人個人」に惹かれるという場合があります。

誰に対しても恋愛感情や性的欲求を抱かない場合もあります。

# 心ことばの紹介

多様な性を表現する「ことば」を  
いくつかご紹介します。

## 「好きになる性」の 多様性

### セクシュアル マイノリティ

「性的少数者」という意味で、  
旧来の価値観から「こうあるべき」とされる性のあり方にあ  
てはまらない人々をいいます。

エルジービーティー

LGBT

L(レズビアン) G(ゲイ)

B(バイセクシュアル)

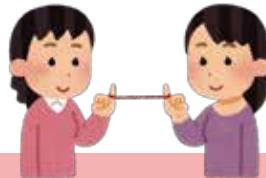
T(トランスジェンダー)

…の頭文字をとった言葉です。  
セクシュアルマイノリティ全般  
を指す言葉として使われること  
もあります。

L

女性として  
女性を愛する人

レズビアン



G

男性として  
男性を愛する人

ゲイ



B

女・男どちらの性にも惹かれる人、  
または好きになるときに  
性別を前提としない人(※1)

バイセクシュアル



A

恋愛感情や性的欲求を  
持たない人

アセクシュアル



H

異性を愛する人。  
「異性」にあたるかは、  
こころの性を基準に決まる

ヘテロセクシュアル



# T

からだの性別にしばられない  
生き方をする人  
性別違和(性同一性障害)を含む<sup>(※2)</sup>



トランスジェンダー

# Q

自分の性別や、  
好きになる性を  
はっきり決めていない／  
決めない人



「こころの性」の  
多様性

クエスチョニング

「からだの性」の  
多様性

# DSDs

先天的に、性に関する  
さまざまな発達状態をもつ人<sup>(※3)</sup>



ディーエスディーズ（性分化疾患）

## あなたの気持ち そのままが一番大事

自分のセクシュアリティをなんと呼ぶかということは、あまり重要  
ではありません。ハッキリと決める必要もありません。

あなたの感じている違和感や「こうありたい」という気持ち、それを  
大切にしてください。

※1 好きになる人の性別を前提としない人を「パンセクシュアル」と言ったりします。

※2 性同一性障害の中には、自分はトランスジェンダーではない(単に女／男である)と考える人もいます。

※3 DSDsは、「インターフェックス」と呼ばれることもあります。DSDsをセクシュアルマイノリティに含める  
かは色々な考えがありますが、「性の多様性」のひとつとして紹介します。

# 多様なまま でいるために

多様なままで生きるには、それができる社会=「まちづくり」が必要です。

そのヒントを得るために、セクシュアルマイノリティが日常どのような困難に直面するのか、ということの一部を見ていきましょう。

人口の  
**8%**

私たちの8%（12.5人に1人）はセクシュアルマイノリティであるという調査結果があります。8%といつても多いの？ 少ないの？ となかなかピンときませんが、だいたいAB型の人の数と同じ割合です。沖縄でいうと、一番多い名前の「比嘉」さんの2倍の数がいるということ（！）

**小学校から  
高校1年まで**

2013年の調査によると、自分がセクシュアルマイノリティであるかもしれないと気付いた時期について、多くが小学校から高校1年までの間だったと回答。支援体制は、少なくとも小学校の時点から必要です。



学校で教わっていない

**93%**

教育現場において、セクシュアルマイノリティの9割以上が同性愛について不適切な情報提供を受けたか、対応をされていることが明らかになっています。

その内容として、学校で同性愛について「一切習っていない」、「異常なもの」とされていた、「否定的情報」を伝えられた、ということが挙げられています。

おとなに話したのは

ほんの 1割

小学校から高校の間に、自分のセクシュアリティについて「おとなに話した」と答えた非異性愛者の数は、1割前後でした。性別違和の場合は、2~3割と少し上がります。服装やふるまいなどの「女(男)の子らしさ」を求められるストレスから、おとなに打ち明けざるを得ない事情が背景にあると考えられます。



性別違和のある男子のうち

82%

が、いじめや暴力を受けたことがある、と答えました。5学年以上にわたって被害を経験したのは、43%にも上ります。性別違和のある男子は、いじめに遭う確率の高さに加え、その内容が深刻化するという傾向があります。

4割  
は沈黙

小学校から高校の間に、自分のセクシュアリティについて「だれにも話さなかった」と答えた人は39%でした。約4割の人が、同級生などの友人にも、身近なおとなにも打ち明けずに学生時代を過ごしています。

選んでそうなったの?  
病気なの?

いいえ。

性のあり方は、その人の人生を構成する大切な要素のひとつ。本人の意思で自由に変えたり、選べるものではありません。かつて同性愛を「治そう」とした時代もありましたが、1990年、WHO(世界保健機構)は同性愛を治療対象から除外しました。

・LGBTに関する職場の意識調査／2016年(日本労働組合総連合会)

・LGBTの学校生活に関する実態調査／2013年(いのちリスペクト。ホワイトリボン・キャンペーン)

・厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究推進事業「ゲイ・バイセクシュアル男性の健康レポート2」／2007年(日高庸晴ほか)

## ロールモデルの欠如

異性愛や、シスジェンダー（からだとこころの性が一致している状態）が前提の社会では、なかなか身边に見本となる人（ロールモデル）がいません。

このため、就職や結婚、老後などライフステージごとの未来を描きにくく、将来への不安を抱えやすくなります。

# 6倍

異性愛でない人の自殺未遂率は、異性愛者の約6倍との調査結果があります。

## ふるさとを離れて

生まれ育った土地にいたくとも、偏見や差別、また家族へ迷惑がかかることを恐れて、ふるさとを離れることを選ぶケースも少なくありません。



## 日本だけ…。

G7(先進7か国)のうち、日本以外のすべての国で同性婚に相当する法律があります。

【同性婚法・パートナー法のある国】

ドイツ カナダ フランス イギリス  
アメリカ イタリア

## 「結婚できない」って どういうこと？

守ってくれる法律がない。  
つまり、色々な利益が受けられない。  
たとえば・・・

- ・パートナーと「家族」になる
- ・慶弔休暇や結婚祝金等がもらえる
- ・医療保険の被扶養者になれる
- ・配偶者控除が受けられる
- ・パートナーの介護休暇を取得できる
- ・外国人の場合、日本への帰化ができる
- ・離婚時、慰謝料や財産分与の請求ができる
- ・離婚時、年金分割ができる
- ・パートナーの遺産を相続できる
- ・パートナーの遺族年金がもらえる
- ・パートナーの医療行為に同意できる
- ・パートナーの葬儀を執り行う
- ・パートナーの遺骨やお墓を守れる（一部）

## 地域とのつながり

カップルで暮らしていくと、戸籍上の性別が同じ2人だと、アパート等を借りることが難しかったりします。また、地域の行事は家族単位で参加することが多いため、参加しづらかったり、地域のつながりを作りにくかったりします。



## 病院や支援機関 行くには高い壁がある

からだの性とこころの性が一致していないトランスジェンダーの場合、人前でフルネームを呼ばれることで強いストレスや不安感を負う場合があります(名前は「○子」など性別を示すことが多い)。また、病院等は、検査着や更衣室、入院時の部屋、ネームタグなどが当然のように男女分けされており、女か男かを強く突きつけられる場所。悩みや不調があっても、重篤な状態になるまで相談するのを避けてしまうことが少なくありません。

## 職場の福利厚生

働く場面では、通常福利厚生として本人と家族のための仕組みが用意されています。結婚したら結婚祝い金、パートナー(配偶者)やその親が病気をしたら介護休暇・亡くなった場合は弔慰金や忌引き休暇…その他、健康保険の被扶養者にできるなど、たくさんの制度があります。しかしこれらは、多くの場合法的なつながりを持った「家族」に限定されています。

## パートナーに 寄り添いたい

### ■病院の場合

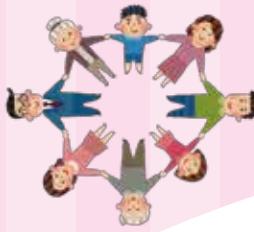
法的に「家族」として認められないために、パートナーは病院や支援機関のスタッフから緊急時の連絡をもらえない、病状説明が受けられない、緊急手術への同意ができない、などの状況があります。親族から拒絶された場合は、臨終への立会いができないことも。

### ■相続の場面

法的な「家族」でないと、相続も当然には認められません。長年ともに暮らしてきた家や、一緒に築いてきた財産をパートナーの親族に渡さなくてはならないこともあります。



・我が国における都会の若者の自殺未遂経験割合とその関連要因に関する研究／2008年（日高庸晴ほか）



# 今日からみんなでできること

あなたが当事者であっても、そうでなくともできること。  
「この冊子を読むこと」で、すでにスタートしています。

## あなたの気持ち、アピールしよう！



レインボーグッズを飾る  
(性の多様性の象徴)



多様性に関する本を  
読む・身近に置く



家族や友人、職場で  
話題にしてみる

## いろいろできる、こんな工夫



ねえ  
お姉さん

女性のガウンは  
ピンクね

彼氏いる?



お客様

何色が  
好きですか？

(よほど仲良し  
じゃないと  
聞きません!)



性別で限定されないやり取り



アンケート  
(男・女・「その他」を設ける)



サービス対象の  
見直し



・男女差のない制服



・選べる制服

## ことばに注意

レズ、ホモ、おかま、おなべ、両刀  
使い、半陰陽などは差別的な意味  
をこめて使われてきた表現です。

## 知りたいこと、いつでも

インターネットや映画など、役に立つツールがたくさん  
あります。市立図書館や、なは女性センターで  
も多様な性についての本を貸出しています。



## 「あなたの幸せ」がある

沖縄には、幸せに暮らしているセクシュアルマイナリティがたくさんいます。生涯をともに歩むパートナーを得たり、子育てをしているカップルもいます。

身近で見たことはなくても、それぞれの家族のかたち・生き方があり、叶えられる「あなたの幸せ」があります。

## 相談窓口をつくろう

さまざまな調査結果から、子ども～老齢期に至るまで「相談できる場所がない」ことが大きな悩みであることが明らかになっています。

「ここで話ができる」という場所を、是非つくってください。正確な知識も大切ですが、何よりも重要なのは「一緒に考えること」。ともに悩み、歩んでいくことが一番の助けになります。

## 病院や支援機関に求められること

### ・本人の意思、自己決定を尊重する仕組みづくり

意識がないとき、判断が難しくなったとき、誰に託したいか事前に確認できる方法があると助かります。

### ・ハードルをなくす

大勢の前でフルネームを呼ぶことや、健診着などの男女による色分けなど、アクセスしづらくしてしまう原因を排除しましょう。

### ・守秘義務を厳守

治療やケアの途中で、セクシュアリティを告げられることがあります。その人の大切な個人情報をとして、必ず秘密を守りましょう。

## 職場の取り組み、始まっています

### 社員規定の みなおし

- ・社員向け「LGBT相談窓口」の設置
- ・就業規則で「結婚」や「配偶者」の定義を変更
- ・同性パートナー、またパートナーの親・子につき慶弔休暇、介護休暇、育児休暇を導入
- ・結婚祝金、出産祝金の支給
- ・ハラスメントに「性的指向」「性同一性」追加（ほか）

### サービスの 提供

- ・同性パートナーへの家族割引適用
- ・同性パートナー間でマイレージサービスのシェア
- ・生命保険の受取人指定ができる
- ・損害保険の「配偶者」を拡大
- ・カップル割を異性間に限定しない
- ・住宅ローン（夫婦連帯債務）の対象を拡大（ほか）

### その他

- ・社内研修の実施
- ・プライドイベントへの参加や協賛・後援
- ・性の多様性に関する国際的な協会・連盟への加盟（例：IGLTA 国際ゲイ＆レズビアン旅行協会）
- ・性の多様性に対し差別発言をする人や企業との契約解除（ほか）

## 事前の備え 意思を示そう

### ・緊急連絡先カード／ 意思表示カード

突然事故にあったときなど、法的関係のないパートナーにも連絡が届くように緊急連絡先カードを携帯する方法があります（自作のものでOK）。また「意識がないときは、○○さんを部屋に入れ、その意思を尊重してください」と書いた意思表示カードを携帯しておくことで、パートナーを守ることができます。

### ・任意後見制度

病気や老齢などさまざまな理由であなたが判断できなくなつたときのために、契約でパートナー等に託す方法があります。

### ・遺言

遺言を作成しておくことで、パートナーに必要な財産を残すことが可能になります。

# ちがいを認め つながり合う社会へ

沖縄に生きる私たちからあなたへのメッセージ



性カップルで一緒に暮らして19年目。地味に生きてきた2人だけ、私の病気を通して気持ちだけでは越えられない壁を感じるようになりました。もしもの時のためにお互い医療意思表示書を書いてあるけど、法的に守られる制度が必要だと実感しています。だから私はカミングアウトする行動をとりました。社会に私達がいることを知ってもらうために。「一緒にいられればいい」と思ってたあの頃と随分変わったなあ。

平気と思ってたけど抑圧がガツツリかかってたんだね。オープンにしたら楽になりました。今は、私達を知っている人の輪が広がって、本当に心からつながることを体験出来たこと、素敵だなあって思っています。きっとこれから若い世代はもっと生きやすくなるはず! そなならなければって思ってる。

LGBTsでもヘテロでも セクシュアリティって「誰にでもあるものなんだよ」、「それは自分を形成している大切な軸なんだよ」と伝えたい。だからお互いに認め合い、尊重していくべきなんです。

宮城 由香(45) レズビアン／浦添市出身

変えてゆくために  
声を上げた。



好きなところで  
生きたい。



沖 繩は、人とのつながりが良くも悪くも深い。だから、自分が何か変化を起こそうって思ったときに、共感してくれる人がいたら一気に波及していくんですよ。自分自身をうまく受け入れてくれる場所に出会ったら、自分の良さが一気に開けるっていうか。

都会に行けば、自分に合ったコミュニティがあるとか、周りの人間をまったく知らない中で新しい自分になれるって、ずっと思っていた。あそこに行けば、何かが変わるって。でも実際にやってみて、意外とそうでもなかった。地元で生きづらい=沖縄を出る、ってことではないと知ったんです。

その過程の中で、自分の生きづらさがクリアになって、これは解決できるものだと思った。そのとき、ああ沖縄に帰ろうって。沖縄には、受け入れられない部分もある。でも、自分が育ってきた人間関係とか、アイデンティティを手放して生きるよりは、自分らしく生きる方が幸せだなって。セクシュアリティをオープンにすることで嫌な思いをすることもあるかも知れないけど、同じように地方で何かを変えたいって思ってくれている人は、全国にいるんです。

新里 健太(27) ゲイ／那覇市出身

## 固定観念ってすごい。



私

自分は異性愛者だと思っていたんです。彼氏いたりしたし。でも振り返ってみれば、女の子に対してデートしたいな、キスしたいなという気持ちが中学校、高校の時からあった。でも、それに恋愛って名づけていなかった。普通、チューしたいと思った段階で「恋愛」と気付いてよさそうなものなのに、そうとは分からぬって…固定観念って、すごいですよ。

ヤマト生活が長かったけど、沖縄の雰囲気が好きだし、家族が好きだし、友達も大好きだったから帰ってきた。隠さないで楽し<sup>く</sup>堂々と生きられるって伝えたいって気持ちもあります。

家族ではじめて話したのは、妹。お姉ちゃん、好きな女の子がいるんだよねって言ったら「えっ。キモッ」って。妹忘れてるんですけどね(笑)すごいショックだった。すごく仲が良いんで、そのあとは普通に話せたけど。私の経験から言うと、よいしょってカミングアウトするよりも、普通のトーンで伝えるといい。フラットに話したり、明るく話したりすることで、相手も「あ、普通なんだな」ってどんどん「慣れて」くれますよ。なのでカミングアウトする人は、気にせず話し続けていくといいと思います。つながろうと思つたら仲間はいるし、あなたを強くする知識みたいなものが、たくさんある。だから楽しく生きよう!

玉城 福子(31) パンセクシュアル／那覇市出身

パンセクシュアルとは?→P7 の※1 を参照。

FTMとは?→Female to Male の略で、生物学的には女性として生まれ、心の性別は男性であること。

今

年、性別変更しました。新しく会う人は、声も変わってきて「男」って思ってくれるのに、以前から知っている人からは女扱いをされるっていうギャップがあって、つらかったです。周りからしたら「そんなにいきなり変われる訳ないだろ」って思うだろう(けど)(笑)

うれしかったのが、名前を変えて数日たったとき、古い友人が「おお裕和!はじめまして!」って言ってくれたこと。これまでの延長線上で考えると訳が分からなくなるだろうけど、お互いスタートに戻って、初めから知り合うつもりでいるといいのかも。

カミングアウトする側も、される側も、一人で悩んでも仕方ない。ただ知ってほしいと思って話す人もいれば、助けてほしいって思って話す人もいる。その人と一緒に悩みながら、その人が前を向いて歩いて行けるように寄り添ってほしいと思います。

與那覇 裕和(23) トランスジェンダー(FTM)／那覇市出身

イチから知り合う、語り合う。



※掲載情報は、2016年当時の内容となります。ご了承下さい。



# ❤ カミングアウトしようかな

カミングアウトに、正しい方法なんてないってことを知りたい。

## カミングアウトとは、秘密にしていたことを話すこと

秘密にしていることを、押し入れの中にいる状態にたとえてクローゼット (closet) と言います。カミングアウトは、そこから出てくること (coming out of closet) を意味する言葉です。

### カミングアウトの STEP1

## 自分へのカミングアウト

あなたのセクシュアリティを、まず自分で受け止め、認めること。

### カミングアウトの STEP2

## 周りへのカミングアウト

する・しない

「いつかはしなきや」って焦っていませんか。  
話さないことも、選択肢のひとつ。  
「黙っているなんて、弱虫だ」なんて  
ことはありません。

いつ



○年生まで、就職まで、定年まで…いつまでにやらないといけない、という期限はありません。あなたが「話そう」と思ったときが、あなたのタイミングです。

すべて  
あなたが  
決めていい

あなたの大切な情報を誰に話すか  
ということは、あなただけが決められ  
ること。  
そのときの状況や自分のコンディションに  
応じて「この人には話すけど、この人には  
話さない」って選んでいいのです。

誰に

一度に全部伝えようとしなくて  
大丈夫。

セクシュアリティがはっきり決まってい  
ないときも、好きになる相手の性だったり、  
自分の性別に違和感があることなどを伝  
えるだけでもいいのです。

何を・どこまで

# 話す、と決めたら



カミングアウトは、受容と理解の大きなチャンス。でも、ちゃんと自分を守ること。

## ▶ まず、サポーターを

ひとりでカミングアウトする必要はありません。支えになりそうな人、場所、機関、施設、なんでも利用しましょう。身近な人でなくともいいのです。実際、初めてカミングアウトする人の何人かはこうした機関に相談しています。  
ぜひ「ダイヤルうない」(P24 参照)に相談してください。

## ▶ 話す相手

その人から、普段どんなサインを受け取っていますか? 多様な性についてからかったり、笑ったりする人なら、話すのを待つ方がいいかも知れません。その人に否定されたら絶望してしまうというときや、あなたが相手に経済的・物理的に依存しているときには、助けてくれる人や場所を確保してからにしましょう。

## ▶ じっと待たないといけないときもある

あなたにも時間がかかったように、相手にも時間が必要なときがあります。過剰な反応が返ってくることもあるでしょう。でもそれは、あなたが大切だから。ほとんどの場合、時間がたつと理解につながるという調査があります。何があっても自分は大丈夫、と決めておいてください。

# 話さない、 と決めたら



「話さない」ということも、ときには勇気のいる決断です。その決意を守るために、ときにはウソをつかなくてはいけないときもあるでしょう。でも大丈夫。堂々とウソをつきましょう。あなたは「自分を守る」という、とても大切な、誰にも代われない仕事をしているのです。

## ▶ あなたのコンディションは

誰かに話すというのは、すごくエネルギーがいること。もしあなたが落ち込んでいたりしたら、ちょっと話すのを待った方がいいかもしれません。

## ▶ タイミングと場所

あなたのタイミングも大切ですが、相手にとつてのタイミングも選びましょう。なにかの行事や誰かの大事なとき(結婚式、葬式など)は、避けた方がいいでしょう。相手もあなたに質問できるよう、ゆっくりと落ち着いて話せる場所にしましょう。





# カミングアウトを受けました

性の話なんて、どうしてわざわざするんだろう…？  
と疑問に思ったりするかもしれません。

## 「普通」の押し付け

セクシュアリティを黙ったままでいると、からだとこころの性が一致し、異性を愛することが当然の前提として押しつけられます。「そうではない」と伝えないと、自分が全くの別人にされてしまうのです。

## 親密さのバロメータ

付き合っている相手のこと、結婚、子どもが生まれること…私たちの生活上、こうした話を相手とシェアできるかが、親密な関係をつくる重要な要素になっています。

## なぜ カミングアウト するのか

自分のセクシュアリティを黙っているだけで、大切な人たちにウソをついているような罪悪感を抱えたりします。

あなたとこれからも関係を続けていくために、これから的人生を誰と歩み、どのように生きていきたいと考えているのか、あなたとシェアする必要があるのです。

ウソをつきたくない

あなたが大切だから

## 家族の受容が大きな影響

多くの当事者にとって、一番カミングアウトしにくいのが家族です。セクシュアリティを家族に受け入れられない場合、自己肯定感が大きく低下し、うつ病などの深刻な状況を招くという調査結果があります。家族、特に親の反応は、子ども（何歳でも）にとって大きな影響があります。

とはいって、カミングアウトは家族にとって突然のこと。初めて知る事実に戸惑い、悩んだりするのは自然なことです。自分の気持ちを無視して「肯定しなければ」と焦らず、ゆっくり時間をかけてください。同じ体験をした家族などが答えてくれる電話相談もあります（P24 参照）。

## 育て方や環境は、関係ありません

セクシュアルマイノリティになる原因を、育て方や環境に求める説がありますが、これらには何の科学的根拠も見つかっていません。

# あなたが、まずできること

## ▶「話してくれて、ありがとう」

話したその人は、恐怖と期待でものすごく緊張しているかもしれません。まず、あなたを信頼してその人の大切な情報をシェアしてくれたことに対し、感謝の気持ちを伝えてみてください。

## ▶「その人は、なにも変わらない

カミングアウトをした人は、前日までのその人と何も変わりません。何か違うと思ったら、それはあなたの見方が変わったのかも知れません。

## ▶本人に聞く・本人と相談する

「今後、どうすればいいの?」「どう接していいのか分からぬ」…そんなとき、対応マニュアルのような正解はありません。カミングアウトをした本人と一緒に考えましょう。単にあなたに知ってほしかったのか、変えてほしいことがあるのか、求めることは人によって違います。「困っていること(変えてほしいこと)はある?」と聞き、対応できることなのかどうか、本人と相談してみてください。



## カミングアウトを受けたら、こんな気持ちになったりします

- |        |                 |              |        |
|--------|-----------------|--------------|--------|
| ■おどろく  | ■相手が信じられなくなる    | ■安心する        | ■怒る    |
| ■うれしい  | ■どう反応していいか分からない | ■こわくなる       | ■心配になる |
| ■支えたい! | ■今後、どうしよう…      | ■どうしたら助けになる? |        |

### どうしてもダメ…というときは

それもあなたの気持ちです。

お互いに残念ですが、そんなときは、すこし距離を置いてみるのもひとつの選択肢かも知れません。

混乱していたり、「話し相手がほしいけど、誰にも言えない」というときは、ぜひ『ダイヤルうない』(P24 参照)に相談してみてください。疑問や戸惑いについて、一緒に考えましょう。

これだけはダメ!

### アウティング

本人の了解を得ずに、公にしていない性的指向や性自認を暴露すること。

NO

セクシュアリティは、大切な個人情報。いつ・誰に話すかということは、本人だけが決められます。





# 性の多様性を尊重するまちづくり



遠藤まめたさん

「やっぱ愛ダホ！ idaho-net.」  
呼びかけ人代表

最近ニュースや新聞でLGBTという言葉を目にするようになったけれど、実はよく分からんんだよね、というみなさん。「一人ひとりの多様性を尊重する」ということは、そんなあなたの性のあり方もオンリーワンなものとして祝福することです。多様な性について知ることは、単に多数派がマイノリティを理解するだけではなく、だれもが自分自身を振り返ってOKを出すチャンスが増えるということです。最初は頭の中にクエスチョンマークがあっても、話を聞いてみると、様々な気づきや喜びがあるでしょう。男にも女にも、それ以外の人にも、いろいろな人がいます。私たちのちがいは大したことではありませんが、それちがいは知識があれば防ぐことができるはずです。

今日本をはじめ世界でもダイバーシティに関しての取組みが加速化しております。そんな中、那覇市は『性の多様性を尊重する都市・なは』として全国に先駆け「レインボーナハ宣言」をされました。同性パートナーシップ制度の整備や相談窓口等先進的な取組みは他の自治体の模範となっております。沖縄は元来多様性を受け入れてきた文化があり、人の喜びを自分の喜びとして他者をもてなす素晴らしい琉球の心があるのです。

数ある地方自治体の中で「誰もが平等に住みやすい社会」構築に向けて様々なバリアー（障害）をバリュー（価値）に変えていく都市は那覇市であると確信しております。市民の皆さんと共にマイノリティーにも温かく迎え入れる「レインボーアイランドOKINAWA」を目指して参りたいと切に願います。



高倉直久さん

ホテルパームロイヤルNAHA  
代表取締役総支配人



## なは女性センター開設 20 周年記念シンポジウム

### 「レインボーなは 性の多様性を尊重するまちづくり」パネリストからの言葉

※掲載情報は、2016 年当時の内容となります。ご了承下さい。



砂川秀樹さん

文化人類学者／  
レインボーアライアンス沖縄  
共同代表

「性の多様性」というのは、LGBT（などの性的マイノリティ）の性のあり方だけを指しているではありません。そうではない人たち、すべての人を含めて性は多様なのです。「性の多様性を尊重するまちづくり」のためには、多くの人が、自分のあり方、他人のあり方を尊重し認めることが必要です（自分や他人を傷つけたりしない限りにおいて）。また、「それぞれでいい」で終わるのではなく、「それぞれでいい」生き方を実現するための社会をどうやってつくっていくべきか、考え方を実践していくことが大切だと私は思います。マイノリティに対する嘲笑や侮蔑を身の回りからなくしていくために発言していくだけでも大きな実践です。

那覇市では、沖縄の自治体では初めて、2015年に「性の多様性を尊重する都市・なは」宣言（レインボーナハ宣言）を行いました。また2016年には、「那覇市パートナーシップ登録」制度を開始し、既に10組以上が登録をしています。これは、那覇市が全ての人の性の多様性が尊重されるべきだと考えているからにほかなりませんし、沖縄が、自分だけではなく他人の幸せも考える文化をもっていることの表れでもあると思います。それぞれの「性のありよう」は、他人の人権を侵害しない限りにおいて、性別や性自認、性的指向等にかかわりなく、尊重されるべきではないでしょうか。「性の多様性の尊重」は「他人事」ではなく、誰にとっても「自分事」なのです。みんなの「性のありよう」が尊重されるまちがどんどん増え、やがて日本中にその輪が拡がる日がきっと来ると信じています。



矢野恵美さん

琉球大学大学院  
法務研究科教授





# 進めていきます！レインボーなは

## 那霸市の取り組み

那霸市には、約20年に渡る性の多様性への取り組みがあります。

- 1996 なは女性センター開設
- 1997 セクシュアリティについての市民講座を開催（以降毎年開催）
- 2013 プライドイベント「ピンクドット沖縄」共催（以降毎年）
- 2015 「性の多様性を尊重する都市・なは」宣言（通称：レインボーなは宣言）発表
- 2016
  - ・琉球大学大学院法務研究科と「『性の多様性の尊重』についての連携・協力に関する協定」を締結
  - ・那霸市パートナーシップ登録 開始
  - ・シンポジウム「レインボーなは～性の多様性を尊重するまちづくり～」開催

## 那霸市パートナーシップ登録

那霸市パートナーシップ登録は、戸籍上の性別が同じ2人の申請に基づき、市長が両者をパートナーシップ関係にあると認めた場合に、その関係について那霸市パートナーシップ登録簿へ登録し、「那霸市パートナーシップ登録証明書」を交付します。

※このパートナーシップ登録は、那霸市がその市制の中で運用するものであり、登録によって何らかの法律上の効果（婚姻、相続、税金の控除など）は生じません。



城間幹子市長から  
那霸市パートナーシップ登録（第1号）を受けた  
入眞地順治さん、安座間尚彦さん



## 市民講座

性の多様性について学び、ともに考える機会として、毎年セクシュアリティに関する市民講座を開催しています。詳細はなは女性センターのホームページをご覧下さい。



## レインボー交流会

なは女性センターでは、性の多様性について語り合いたい方のための交流会の開催を支援しています（主催：市民団体「ていーだあみ」）。「話したくないことは、話さなくていい」をグランドルールとして、性の多様性を尊重する方なら誰でも参加できます。これまで10代から60代まで、幅広い年齢の方々が参加しています。あなたのご参加をお待ちしています。



交流会のようす

## なは女性センター

なは女性センターは、那霸市の男女共同参画に取り組む部署です。

男女共同参画とは、人がみんな性別にかかわらず、誰もが自分の意思で発言し、活動し、幸せに暮らしていくことのできる社会をつくることをいいます。

なは女性センターには、学習室や資料室があり、勉強会などの市民活動を応援しています。ご利用に関しては、どうぞお気軽にお問い合わせください。

〒900-0004 那霸市銘苅2-3-1 なは市民協働プラザ1F

TEL:098-951-3203 FAX:098-951-3204

メール : S-HEIDAN002@city.naha.lg.jp

開館時間：月～金 9:00～21:00／土 9:00～17:00

休館日：日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)・慰靈の日(6/23)



# 相談窓口一覧

## 性の多様性に関する相談 「ダイヤルうない」 098-861-7515 相談は無料です。秘密は守られます。

性の多様性に関する専門の窓口ではありませんが、あなたがありのままで一步一步進むには何ができるかを一緒に考えます。

### 那覇市保健所

#### ●HIV、性感染症の検査(無料)

心配事があれば、まずご相談ください。

HIVの検査は匿名・無料です。

【予約電話】098-853-7971

【受付時間】9~12時／13~17時15分

(土・日・祝祭日は除く)

【住所】那覇市与儀1-3-21

#### ●精神保健福祉相談

【予約電話】098-853-7973

気分が晴れない、アルコール問題で困っている等の悩みにお答えします。臨床心理士や、精神科医等の専門家の相談日もあります。予約方法や日時はお問い合わせください。

### LGBTの家族と友人をつなぐ会

#### ●電話・メール相談

家族からのカミングアウト等についての相談

【相談電話】090-6055-2424

【日時】電話相談は随時

(不在時は折り返し連絡)

【メール相談】family2006@goo.jp

#### ●ミーティング

LGBTの当事者や家族、友人らによる会。誰でも参加できる。ミーティングは東京、神戸、福岡、名古屋で開催。詳しくはサイト参照。

【サイト】<http://LGBT-family.or.jp/>

