

～男女共同参画であなたもわたしもハッピーに～

ウィズレター

2025 年
10 月
63 号

発行 市川市 総務部 ダイバーシティ推進課
市川市市川 1 丁目 24 番 2 号
電話 047-322-6700 FAX047-322-6888

市川市男女共同参画センター **ウィズ** 

男女共同参画センター（愛称 ウィズ）は、性別にかかわらず対等な立場であらゆる活動に参画し、喜びも責任も分かち合う男女共同参画社会の実現を目指すための拠点施設です。
愛称の“ウィズ”は、男女ともに、老いも若きもともにという意味が込められています。

ウィズレターでは、43 号より性的マイノリティ（LGBTQ+）の記事を連載しています。今回はその拡大版で LGBTQ+ の特集号です！
LGBTQ+ やジェンダーに関する用語と講座についてお知らせします。

カミングアウトとアウティング

「カミングアウト」とは、自分の性のあり方について自ら他の人に伝えることです。カミングアウトをすることによって、セクシュアリティを隠すストレスが軽減される、必要なサポートを受けやすくなる等のメリットが考えられる反面、ハラスメントや不当な扱いを受ける等の心配も生じます。その他にも様々な要因から、ハードルの高いものと考えられています。

カミングアウトの多くは相手との信頼関係に基づいて（期待して）行われます。そのことを意識し、しっかり本人の話を聞いて受け止めること、原則として聞いた内容を他者に話さないことが大切です。

どうしてもその内容を他者に伝える必要がある場合は、事前に本人に説明して同意を得ることが不可欠となります。本人が望んでいない範囲に、本人の意思に反して暴露することを「アウティング」といい、本人をひどく傷つける行為になります。



毎年 10 月 11 日は、カミングアウトをした性的マイノリティの方を祝い、前向きに支援しようとする日とされている「国際カミングアウトデー」です。

「カミングアウト」や「アウティング」への理解を深め、あらゆる人が過ごしやすい社会に近づくことができるよう努めていきましょう！

マイクロアグレッション

マイクロアグレッションとは、「偏見に基づいた言動」という意味を持ち、主に社会のマイノリティに対して向けられる偏見や先入観が言動として現れたものです。前号で説明した「アンコンシャス・バイアス」は、物の見方の偏りを指すのに対し、マイクロアグレッションはその偏見に基づく言動（無意識の差別的・否定的な言動）のことを指します。発信者に自覚がなく見過ごされることも多いですが、受け手には重大なダメージを与えます。

【ジェンダーに関するマイクロアグレッションの例】

- ・異性愛を前提に恋愛話をする。
- ・「女装」「男装」を笑いの対象にする。
- ・「男らしさ」「女らしさ」から外れた振る舞いを笑う。
- ・生ビールを注文すると、無言で男性の前に運ぶ。
- ・スイーツ好きの男性に「女子みたいだ」と言う。



マイクロアグレッションやアンコンシャス・バイアスは日常に溢れています。性的マイノリティに限らず、社会的にマイノリティとされる人々について勉強し、マイクロアグレッションの具体例を意識することで理解を深めていきましょう。以下のような講座も開催しています。是非ご覧ください。

講座開催のお知らせ

LGBTQ+に関する理解促進のための講座を開催します。
性的マイノリティに対する偏見や理解不足をなくしていきましょう！

講座名 : 無自覚の一言を考える一映画「片袖の魚」から一
日時 : 令和7年11月8日(土) 14時00分～16時00分
場所 : 市川市男女共同参画センター 6階 研修室F(対面開催)
講師 : 東海林 毅 氏(映画監督/映像演出)
講座内容 : LGBTQ+及びSOGIに関する基礎知識

当事者が学校や社会の中で直面しうる社会的課題(マイクロアグレッション)



映画『片袖の魚』(34分間)の上映及び作品解説 等
←こちらのQRコードからお申込みください！



さらにLGBTQ+について学びたいと思った方は、ぜひ市川市の公式Webサイトで過去のウィズレター(43号以降)をご覧ください！

市川市 ウィズレター

で検索！