

LGBT等専門電話相談

島根 にじいろダイヤル

性別の違和や同性愛、アウティング、カミングアウトなど、セクシュアリティにかかわる悩みや困りごとに、専門の相談員が応じます。

ご本人、ご家族、ご友人、教職員、職場の上司、相談機関の支援者の方など、どなたでも匿名で相談できます。

秘密
厳守

TEL 050-3462-1306

※IP電話への通話料はご負担ください

日時

毎月第2日曜日 14:00 ~ 17:00

毎月第4火曜日 18:30 ~ 21:30

相談してにゃ

【対象】 島根県内に居住している方、通勤・通学している方
また、そのご家族、ご友人、教職員、職場の上司、相談機関の支援者の方など

【相談員】 性の多様性に関する専門知識を有する者が対応します。

【相談時間】 概ね30分程度

【その他】 秘密は固く守ります。

このダイヤルへのご家族などご本人以外の方からの相談は、アウティング（本人の承諾なく第三者に伝えること）には当たりません。安心してご相談ください。

匿名OK
相談無料



島根県観光キャラクター
「しまねっこ」
島観連許諾第 8231号

相談の例

ご本人

- 自分の性別に違和感がありこれからどうすべきか分からない
- 家族や友人、学校や職場でカミングアウトするか迷っている
- カミングアウトをしたら勝手にバラされて学校（職場）に行きづらい
- 同性に好意を持ったが気持ちを打ち明けるべきか悩んでいる

ご家族、ご友人、周囲の方

- 家族からカミングアウトを受けて戸惑っている
- 同性の友達から告白をされて悩んでいる

教職員、職場の上司 相談機関の支援者の方

- LGBT等の悩みを今後どうサポートすればよいか
- 県の性の多様性に関する施策や制度をどう職場で反映させるのがよいか
- 学校でLGBT等の授業や講話をする際に気を付けるべきことは何か

性の多様性について 考えてみませんか？

「自分の周りに性的少数者はいない」と思っていませんか。

国内の企業等が行った調査によると、約8%～10%が性的少数者であるという結果もあります。

わたしたちは様々な付き合いの中で、性的少数者の方々と接していることに気づいていないのかもしれないかもしれません。配慮を欠いたあなたの言動に傷ついている人がいるかもしれないと想像してみてください。

..... 今日からわたしたちにできること

1 多様な性のあり方を理解し、正しい知識を身につけましょう

- 書籍を読む、研修に参加する

2 性のあり方は多様であることに配慮した言動をしましょう

- 性別を決めつけず、性のあり方が多様であることに配慮した言動をする
- 性的指向や性自認などについて面白がって話すようなことはしない

3 寄り添い、支援しましょう

- 性的少数者に寄り添い、支援する人のことを「アライ」といいます。

4 カミングアウト(*1)を受けた場合は、本人の話や気持ちを真摯に聴きましょう。

- アウティング(*2)は絶対にしてはいけません。
- カミングアウトに戸惑ったり、サポートのしかたに悩んだりしたときは、専門の窓口にご相談しましょう。
- 「LGBT等専門電話相談 島根にじいろダイヤル」はご本人だけでなく、ご家族、ご友人、教職員、職場の上司、相談機関の支援者の方などの相談にも応じます。

*1 自分のセクシュアリティ（性的指向、性自認など）を自分の意志で他人に打ち明けることです。

*2 当事者本人の許可なく、セクシュアリティを他人に伝えることで、重大な人権侵害です。

LGBT等とは？

性的少数者の総称のひとつで、それぞれの人を示す頭文字を組み合わせた言葉です。LGBT以外にも、様々なセクシュアリティの人がいます。

Lesbian

レズビアン
女性同性愛者

Gay

ゲイ
男性同性愛者

Bisexual

バイセクシュアル
両性愛者

Transgender

トランスジェンダー
性自認が出生時に
割り当てられた
性別と異なる人