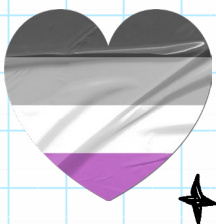
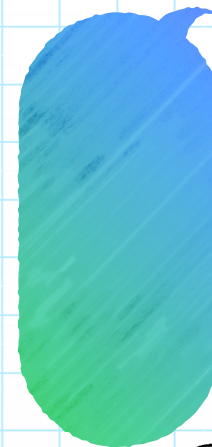
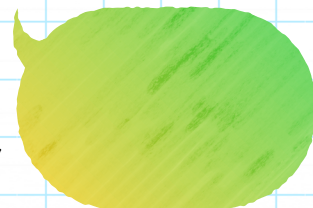
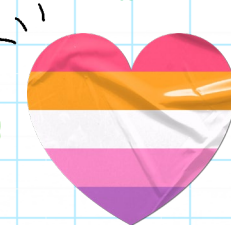
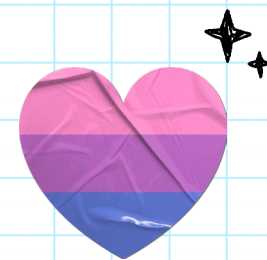
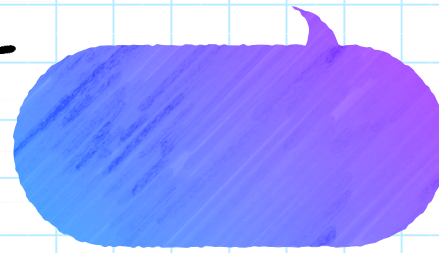


QUEER'S VOICE REPORT



声と

数字が

語る

LGBTQの

リアル

Social
Issue
Lab

SIL

we PROGRESS until THE DAY.

先月6月は、プライド月間。

LGBTQ+の人々の人生とコミュニティを可視化し、祝福するための啓発月間です。1969年6月、NYのゲイバーでLGBTQ+の人々が警察の不当な捜査に遭い、当事者たちがそれに抵抗し起こった「ストーンウォール事件」。この事件をきっかけに、翌年NYで世界初のプライドパレードが開催され、以降毎年6月は性的マイノリティをエンパワメントする月間として世界中に普及していきました。

日本国内では、2023年6月に「LGBT理解促進法」が成立・施行された一方で、G7で唯一同性婚*が認められていないなど、当事者が直面する困難の解消は未だ道半ば。

だからこそ、プライド月間が終わっても変わらず続いていく当事者たちの人生や日常に光を当て続け、今なお存在する課題を可視化するために。誰もが等しく尊重され自分らしい人生を送ることができるようになるその日を願って、このレポートを届けます。

*同性婚や、婚姻と同等の権利を保障する制度

(仏/独/英/加/米は同性婚が認められており、伊は登録パートナーシップ法として異性夫婦と同等の権利が認められている)

本レポートは

前後編の2部構成となっており、前編では

Each life, each sexuality.

それぞれの人生、それぞれのセクシュアリティ

をテーマに個別のセクシュアリティごとの**本音や課題**、
日常のリアルな声を丁寧に紐解きます。

後編では**LGBTQ+全体**を通じて

可視化される**社会課題や社会情勢**を横断的に分析し、
当事者も社会も**"自分ごと"**として性の多様性を
捉え直すきっかけを目指します。

調査対象者	全国の15～69歳男女 ※中学生以下は除く
回答者数	6,292人
割付方法	①性的マイノリティ 5,032人 ②性的マジョリティ 1,260人 ※内訳/各人数は次ページにて記載 ・令和2年国勢調査の性年代構成比に合わせて、約10万人にスクリーニング調査を実施 ・性的マイノリティで協力意向のある方には、全員に本調査を依頼 ・比較対象として、性的マジョリティにも本調査を実施（一部の質問のみ） ・分析時は、スクリーニング調査の出現率をもとにウエイトバック集計し、世の中の縮図を再現したスコアを採用
調査方法	インターネットリサーチ
調査期間	2025年5月23日(金)～27日(火)
調査企画	QO株式会社
調査委託先	株式会社マクロミル

対象分類

この調査では便宜上、性自認×出生時の性×性的指向の組合せで下記のように分類
※性のあり方は多様であり、明確に分類できない可能性があることには留意が必要

当事者 5,000 人以上に本調査を実施

		性自認 (自認する性)	出生時の性 (出生時の性)	性的指向 (恋愛対象の性)	本調査 回答者
性的マイノリティ	ゲイ男性	男性	男性	同性 (男性)	736 人
	レズビアン女性	女性	女性	同性 (女性)	788 人
	バイセクシュアル男性	男性	男性	すべての性	521 人
	バイセクシュアル女性	女性	女性	すべての性	830 人
	パンセクシュアル男性	男性	男性	性は関係ない	112 人
	パンセクシュアル女性	女性	女性	性は関係ない	483 人
	アセクシュアル男性	男性	男性	誰にも惹かれない	153 人
	アセクシュアル女性	女性	女性	誰にも惹かれない	765 人
	トランスジェンダー男性 (FtM)	男性	女性	(不問)	166 人
	トランスジェンダー女性 (MtF)	女性	男性	(不問)	123 人
	ノンバイナリー (出生時 : 男性)	どちらでもない	男性	(不問)	100 人
	ノンバイナリー (出生時 : 女性)	どちらでもない	女性	(不問)	255 人
	性的マイノリティ合計				5,032 人
性的マジョリティ	マジョリティ男性	男性	男性	異性 (女性)	630 人
	マジョリティ女性	女性	女性	異性 (男性)	630 人
	性的マジョリティ合計				1,260 人

PART 1

- ・ SOGIEから紐解く、それぞれのセクシュアリティ 11
- ・ メッセージ 12
- ・ ワード/フラッグ集 13

PART 2

・それぞれのセクシュアリティ、それぞれの声



ゲイ 16
男性同性愛者



レズビアン 21
女性同性愛者



バイセクシュアル 26
男性両性愛者



バイセクシュアル 31
女性両性愛者



パンセクシュアル 36
男性全性愛者



パンセクシュアル 41
女性全性愛者



アセクシュアル 46
男性無性愛者



アセクシュアル 51
女性無性愛者



トランスジェンダー 56
FtM



トランスジェンダー 61
MtF



ノンバイナリー 66
(出生時：男性)



ノンバイナリー 71
(出生時：女性)



セクシュアルマイノリティとマジョリティ 76

we're Here,
We're Queer.

この調査が光を当てるのは
「LGBTQ+」という“カテゴリ”ではなく、
ひとりひとりの人生。



WE ARE HERE!

国内の性的マイノリティの人口（推計）

545万8,034人

各マイノリティの国内推計人口と割合

545万 8,034 人 / 8,099 万 8032 人 (国内男女 15-69 歳)

queer!!

6.7%

ゲイ(男性)
同性愛者 1.0%

レズビアン(女性)
同性愛者 1.3%

バイセクシュアル(男性)
両性愛者 0.7%

バイセクシュアル(女性)
両性愛者 1.0%

パンセクシュアル(男性)
全性愛者 0.2%

パンセクシュアル(女性)
全性愛者 0.6%

アセクシュアル(男性)
無性愛者 0.2%

アセクシュアル(女性)
無性愛者 0.9%

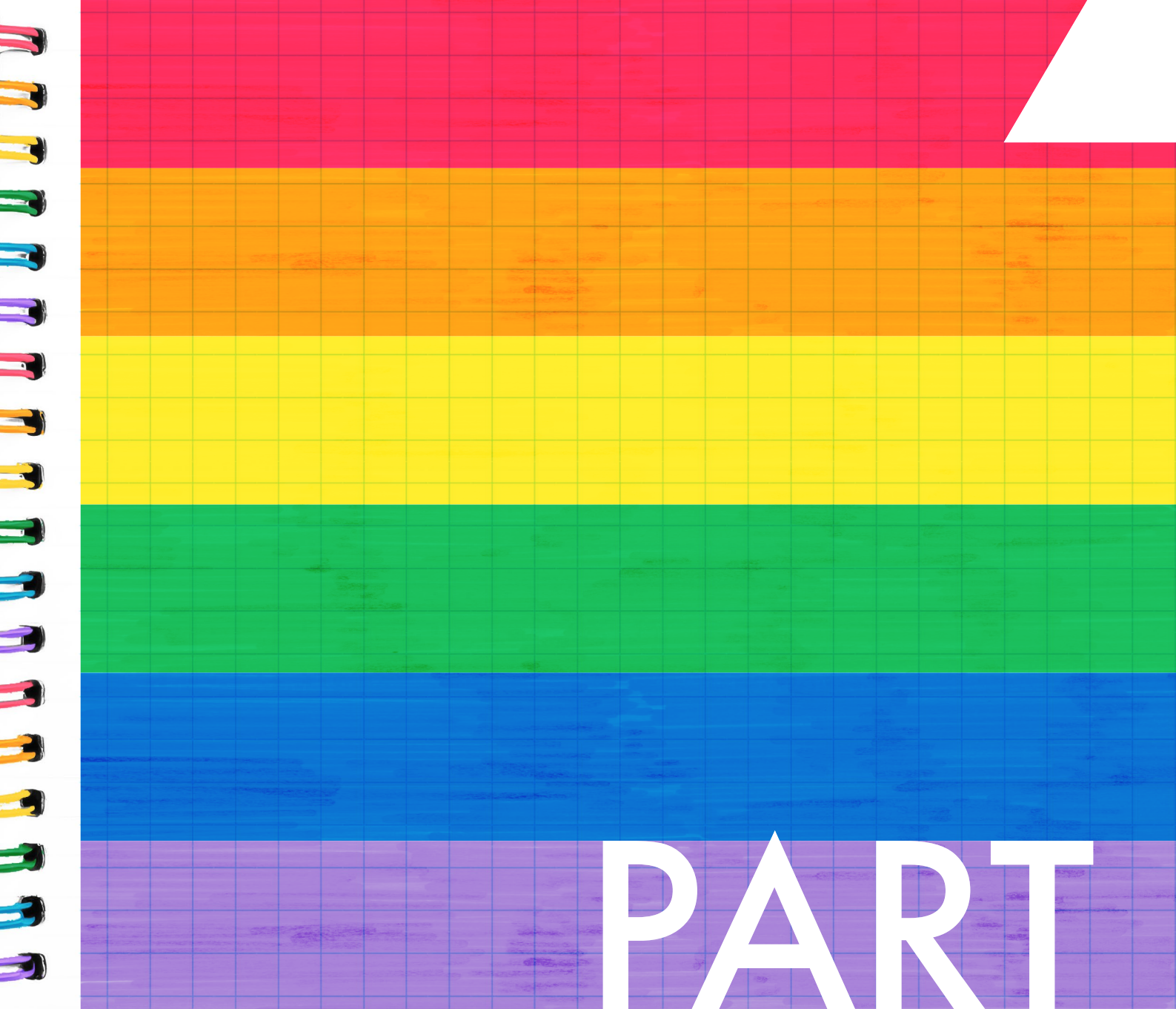
トランスジェンダー(男性)
FtM 0.2%

トランスジェンダー(女性)
MtF 0.2%

ノンバイナリー
(出生時:男性) 0.1%

ノンバイナリー
(出生時:女性) 0.3%

※今回は調査設計の都合上上記カテゴリにて調査を実施していますが、実際には記載以外のセクシュアリティも多種存在しています。



PART

まずは、

SOGIEとさまざまな

セクシュアリティについて

見ていきましょう。

色とりどりのLGBTQ+フラッグには、

それぞれ意味が込められています。

自分のカラーを見つけるもよし、

自分とは異なるセクシュアリティに

目を向けてみるもよし。

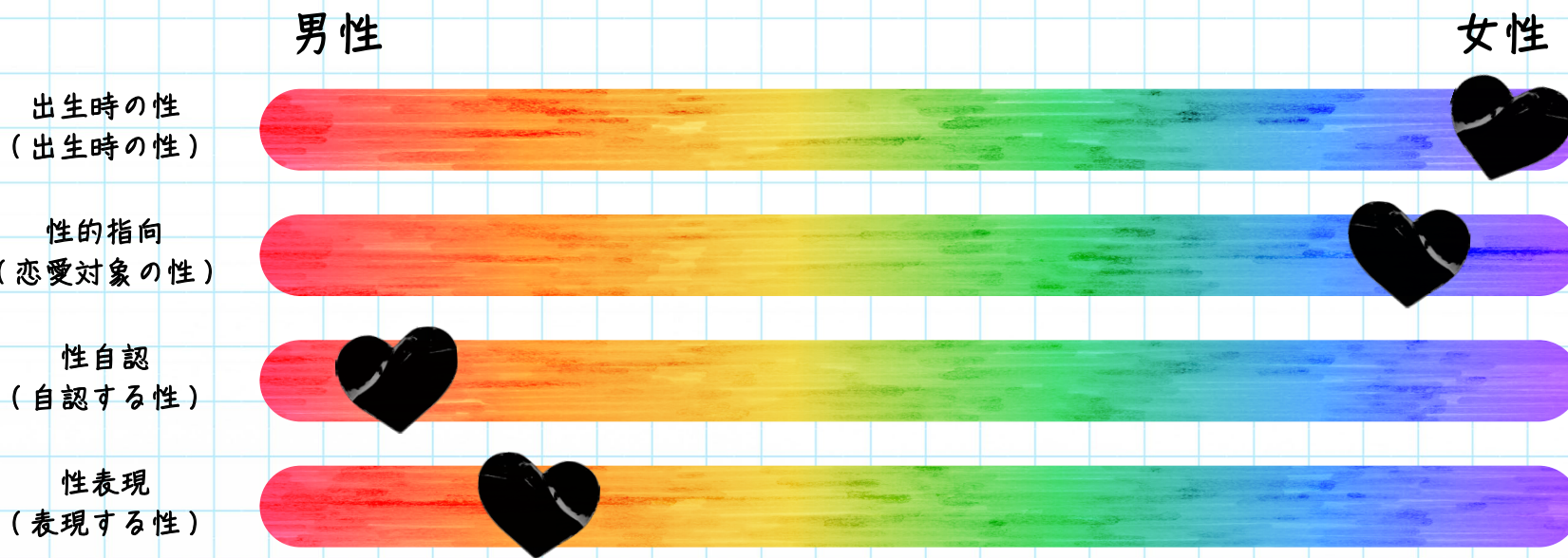
多様なあり方について、

共に考えてみませんか？

SOGIE

「セクシュアリティ」とひとことに言っても、そのあり方は千差万別。

マジョリティ / マイノリティ、男性 / 女性といった二元論や社会の枠組みにとらわれず、
どんな人にも等しく存在する **“自分自身”のあり方** について考えてみよう。



※上記の はイメージです。



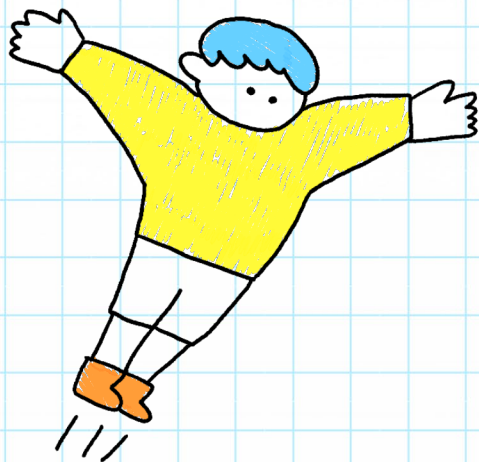
男性か女性か、のどちらかではなく、

グラデーションの中のどこに自分が位置するか、それぞれ考えてみよう。

今まで当たり前だと思っていた規範を捉え直すきっかけになるかも。

前のページでも触れたように、

あ ✦ **セクシュアリティは**
人の数だけ
グラデーションがある ✦
ものです。 〰



ひとくくりに『LGBTQ+』と言っても、
 それぞれのセクシュアリティごとに抱える課題や障壁が異なったり、
 同じセクシュアリティ同士でも
 そのあり方や歩んできた道のり、価値観や周囲の環境などは
ひとりひとり異なります。 ☆ ☆

でもだからこそ、
 数の少ないマイノリティの声や存在は
 見落とされがちなのです。

『LGBTQ+の人』の前に、
ひとりひとり違う個人である [〰]ということ。

マイノリティの小さな声を、重ね合わせて可視化していくこと。

そのどちらも、大切にしながら前に進んでいくために。
 2025 年を生きるあなたへこのレポートを送ります。



誰もが自分らしくありのまま生きられる社会 [〰]を願って。

Gender Identity

— ジェンダーアイデンティティ —



トランスジェンダー
(FTM/MTF)

出生時に割り当てられた性別と、
性自認が異なる人



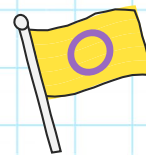
ノンバイナリー
/Xジェンダー

性自認が男女どちらにも
当てはまらない人



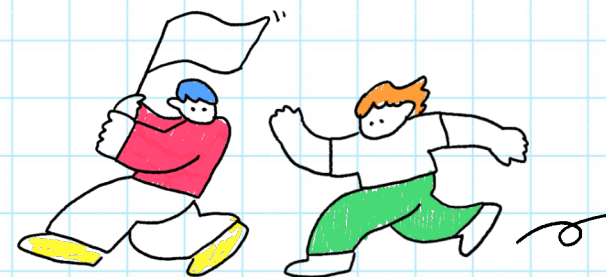
X/ジェンダーフルイド

性自認が固定されておらず、
時間や状況によって変化する人



インターセックス

性器、ホルモン、染色体など、解剖学的な
「男性」または「女性」のどちらにも当てはまらない
身体的な状態を持って生まれた人



Sexual Orientation

— 性的指向 (恋愛/性愛における傾向) —



レズビアン

女性に恋愛感情を抱き、
性的に惹かれる女性



ゲイ

男性に恋愛感情を抱き、
性的に惹かれる男性



バイセクシュアル

男性と女性の両方に性的/
恋愛的魅力を感じる人



パンセクシュアル

性別に関係なく、性的/
恋愛的魅力を感じる人



アセクシュアル

他者に対して性的欲求や
性的魅力を感じない人



アロマンティック

他者に対して恋愛感情を
持たない/感じない人



ヘテロセクシュアル

異性に恋愛感情を抱き、
性的に惹かれる人

Others

デミロマンティック

クワロマンティック

アプロセクシュアル

アンドロジナス

デミセクシュアル

クワセクシュアル

オムニセクシュアル

ポリアモリー

etc...

Other Flags



プログレッシブ
プライドフラッグ



プライドフラッグ



クィアフラッグ

A spiral-bound notebook is shown from the side, with its metal rings visible on the left. The notebook's cover features a vibrant rainbow background with a fine grid pattern. A large, white, stylized number '2' is positioned on the right side of the cover. The word 'PART' is printed in large, white, sans-serif capital letters at the bottom left, partially overlapping the rainbow background and the number '2'.

PART

ここからはそれぞれの
セクシュアリティごとに
届いたデータや声を
見ていきましょう

目次

	ゲイ 男性同性愛者	16		レズビアン 女性同性愛者	21
	バイセクシュアル 男性両性愛者	26		バイセクシュアル 女性両性愛者	31
	パンセクシュアル 男性全性愛者	36		パンセクシュアル 女性全性愛者	41
	アセクシュアル 男性無性愛者	46		アセクシュアル 女性無性愛者	51
	トランスジェンダー FtM	56		トランスジェンダー MtF	61
	ノンバイナリー (出生時：男性)	66		ノンバイナリー (出生時：女性)	71
	セクシュアルマイノリティとマジョリティ	76			

※今回は調査設計の都合上上記カテゴリにて調査を実施していますが、実際には記載以外のセクシュアリティも多種存在しています。

男性が恋愛対象の男性 GAY



ゲイ

男性同性愛者

836,044人 (推計人口)

人口の1.0%



SUMMARY



- ・セクシュアリティを「はっきり自覚」した経験者が多く、その時期は「中学生」「高校生」がやや多め。表現したい性・好きになる人ともに「男性的」。
- ・カミングアウト経験者は3割台と少なく、その時期は「社会人になってから」が多い。きっかけは「隠すことのストレス」「正直に伝えたい」という思い。
- ・自身のセクシュアリティは「自然と気づき受け入れた」が4割近く。日常生活で不便を感じるのは「パートナーとの関係をオープンにできない」ことで、「異性愛前提の話題は無言でやり過ごす」。不安を感じるのは「相続や配偶者控除」など。好きな人ができた経験は7割弱で、現在パートナーがいるのは4割。

Q. 表現したい性は？

男性的 80.8 %

中性的 11.3 %

女性的 3.5 %

流動的(フルイド) 1.5 %

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：清楚
- 3位：スポーティ
- 4位：アウトドア
- 5位：ストリート

【ヒゲ】

- 1位：ひげなし
- 2位：ひげあり

【ヘア】

- 1位：ショート
- 2位：ベリーショート
- 3位：ツーブロック
- 4位：ミディアム
- 5位：マッシュ

【前髪】

- 1位：前髪あり
- 2位：前髪なし

Q. 好きになる人の特徴/傾向は？

【性表現】

- 1位：男性的
- 2位：中性的
- 3位：女性的

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：スポーティ
- 3位：ハンサム
- 4位：清楚
- 5位：ワイルド
- 6位：アウトドア
- 7位：ストリート

【髪型】

- 1位：ショート
- 2位：ベリーショート
- 3位：ツーブロック
- 4位：ミディアム
- 5位：坊主

【前髪】

- 1位：前髪あり
- 2位：前髪なし

【ヒゲ】

- 1位：ヒゲなし
- 2位：ヒゲあり

Q. 恋愛遍歴/恋人の有無

「好きな人」ができたことがある
... 68.5 %

セクマイ全体平均との差分 (+6.0pt)

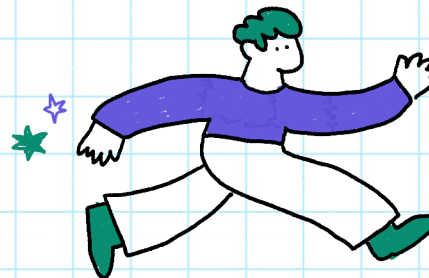
「恋人・パートナー」ができたことある
... 54.2 %

セクマイ全体平均との差分 (+2.3pt)

現在、パートナーがいる
... 40.0 %

セクマイ全体平均との差分 (-1.0pt)

男性が恋愛対象の男性 GAY



【自分のセクシュアリティについて】

「わたし」が「セクシュアリティ」と向き合った道のり

Q.悩んだことがある

YES
と答えた割合 **39.8%**

セクマイ全体平均との差分 (+4.3pt)

Q.悩み始めた時期

1位：中学生	41.2%
2位：高校生	19.2%
3位：小学生	14.3%
4位：大学/短大/専門	10.9%
5位：社会人	6.6%

Q.深く考えたことがある

YES
と答えた割合 **43.6%**

セクマイ全体平均との差分 (-1.1pt)

Q.深く考え始めた時期

1位：中学生	41.4%
2位：高校生	19.8%
3位：小学生	17.8%
4位：社会人	6.9%
5位：大学/短大/専門	6.4%

Q.はっきりとした自覚

YES
と答えた割合 **56.8%**

セクマイ全体平均との差分 (+13.2pt)

Q.自覚した時期

1位：中学生	26.0%
2位：高校生	23.8%
3位：小学生	14.4%
4位：社会人	11.7%
5位：大学/短大/専門	10.8%

Q.受け入れている

YES
と答えた割合 **67.1%**

セクマイ全体平均との差分 (-6.3pt)

Q.受け入れた時期

1位：社会人	17.3%
1位：高校生	17.3%
3位：中学生	17.2%
4位：覚えていない	12.7%
5位：小学生	12.4%

Q.自身のセクシュアリティを知る/受け入れるためにしたこと

1位 特に何かをしたわけではないが、自然と気づき受け入れた

... **39.1%**

2位 インターネットで情報を検索した

... **28.4%**

3位 恋人/パートナーをつくった

... **16.2%**

4位 SNSなどで、当事者と知り合った

... **13.9%**

5位 友人に気持ちを話した/相談した

... **13.1%**

Q.カミングアウトの有無

YES
と答えた割合 **35.8%**

セクマイ全体平均との差分 (-8.7pt)

Q.初カミングアウトの時期

1位：社会人	43.5%
2位：高校生	18.3%
3位：大学/短大/専門	17.0%
4位：中学生	11.9%

Q.カミングアウトのきっかけTOP5

1位：自分のことを正直に伝えたいと思ったから	37.5%
2位：相手を信頼できると感じたから	30.9%
3位：隠していることにストレスや苦しさを感じたから	27.3%
4位：いずれ伝える必要があると感じていたから	19.7%
5位：特に明確な理由はなかった/自然な流れだった	15.6%

Q.カミングアウトしたことある相手は？

1位：友人	74.3%
2位：家族	35.6%
3位：職場の同僚	29.8%
4位：恋人・パートナー	25.4%
5位：SNSでオープン	16.7%

男性が恋愛対象の男性 GAY



【価値観・日々の生活について】

Q. 自己肯定/自己評価

自分は幸せだと思う
... **60.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (-4.9pt)

自分のことが好きだ
... **51.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+0.9pt)

自分に自信を持っている
... **41.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.3pt)

現在の生活に満足している
... **49.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (-1.3pt)

人間関係に満足している
... **52.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (-1.1pt)

自分らしく生きられている
... **60.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+2.3pt)

Q. 不便を感じる場面

自分のセクシュアリティについて
オープンにできないこと **32.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (+9.6pt)

恋愛やパートナーシップについて
話題にしづらい雰囲気 **26.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.4pt)

会話での「異性愛前提」や
「性別前提」への違和感 **28.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.2pt)

Q. 不安を感じること

同性との間では、相続権や
配偶者控除が認められない **10.1 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.3pt)

災害時や事故の際に、パートナーの
安否確認や支援が遅れる **9.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.8pt)

賃貸住宅で、同性カップルだと
入居が断られるかもしれない **7.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.9pt)

Q. あるあるだと思うもの

異性愛前提の話題に無言で
やり過ごすことが多い **30.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.2pt)

家族との距離感をどう取るか悩むことがある
19.4 %
セクマイ全体平均との差分 (+4.9pt)

「俺（私）のこと狙うなよ？」と言われる
19.7 %
セクマイ全体平均との差分 (+3.8pt)



Q. セクシュアリティに対する価値観

他人のセクシュアリティを
知ることに抵抗がある **5.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (-0.6pt)

他人のセクシュアリティについて
興味がある **6.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (-2.5pt)

性的マイノリティを「LGBTQ+」と呼ぶことに
違和感を感じる **14.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (-3.0pt)

Q. 恋愛価値観

同性に対して恋愛感情を持ったことがある
35.4 %
セクマイ全体平均との差分 (+6.3pt)

日本で同性婚が認められたら、結婚したいと
思う/思っていた **11.1 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.5pt)

自分の血を継ぐ子どもを育てたい
/育てなかった **13.1 %**
セクマイ全体平均との差分 (-0.3pt)

Q. マイノリティ意識

“セクシュアリティ以外”の
マイノリティ意識がある **12.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (-2.2pt)

男性が恋愛対象の男性 GAY



【文化・生活について】

Q. セクシュアリティを受け入れるために触れてきたコンテンツは？

▽本／雑誌／マンガ

- ・薔薇族（雑誌、2004年廃刊）・さぶ（雑誌、2002年廃刊）
- ・アドン（雑誌、1996年末廃刊）・ポーの一族（漫画、作者：萩尾望都）
- ・風と木の詩（漫画、作者：竹宮恵子）

▽映画／ドラマ

- ・トーキング・トリロジー ・アナザー・カントリー
- ・モーリス

Q. 映画やドラマでのマイノリティの描かれ方、どう感じる？

- ・かつては色物あつかい。それから弱者。そして面倒な存在に。描かれれば描かれるほど疎外され嫌悪感もたれるのではないかと危惧する。
- ・ドラマティック・美しく、描き過ぎ
- ・過剰な表現が多少有るように思える

Q. 日常生活でどんなハードルがある？

- ・LGBTなど社会が話題にする度に、自分が分類されるのではないかと不安になる
- ・カミングアウトしていない異性愛者の友人と恋愛話をする時に隠さなくちゃいけなかったり、自分がゲイというのをバレないように上手く誤魔化したり 嘘をつかなくちゃいけない時。
- ・住んでいる地域にLGBTQ+の交流出来る場所が無い

Q. あったら安心できるものは？

- ・同性婚制度
- ・ゲイ同士の出会いの場所
- ・同性で入れるホテル
- ・個室トイレ
- ・同性カップルで住める賃貸
- ・同性の結婚相談所

Q. ロールモデルになった人は？

- ・ドラマ『きのう何食べた？』のケンジとシロウさん
- ・マツコ・デラックスさん ・ミッツ・マングローブさん
- ・IKKOさん ・カルーセル麻紀さん
- ・はるな愛さん ・美輪明宏さん
- ・氷川きよしさん

Q. うれしかった経験は？

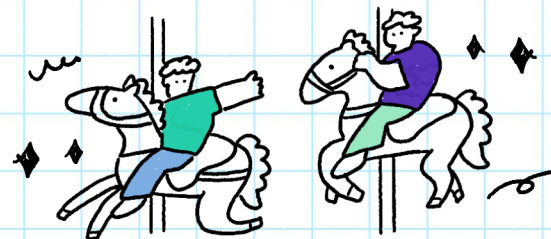
- ・カミングアウトした後でも同じように接してくれた
- ・男らしいと言われた

Q. 傷ついた経験は？

- ・おかま（またはホモなど）とバカにされたとき
- ・自分に対してではないが、大事な人間がLGBTに批判的なことを言っていた
- ・女々しいといわれたこと
- ・親戚の場や職場でいつ結婚するのと聞かれた



男性が恋愛対象の男性 GAY



【当事者の声】

Q.自分のセクシュアリティについて 受け入れたきっかけ/出来事

カミングアウトをし、すんなり
受け入れてもらえたとき (東京都 34歳)

自然と受け入れた
(北海道 46歳)

一生一緒にいたいと
思える彼氏に出会ったとき
(埼玉県 21歳)

インターネットで自分以外の
ゲイの人と知り合えた (山口県 55歳)

新宿二丁目に行くとお仲間さんが
いることを知ったとき (東京都 51歳)

Q.今のセクシュアリティで良かったこと

自分自身に正直に
生きていられること

(長崎県 58歳)

広い視野で物事を
見ることができるようになった

(福島県 31歳)

ゲイでなければ知り合えない人たちと繋がることができた
(宮崎県 36歳)

Q.自分のセクシュアリティについて知ってほしいこと

職場において、ノンケだけが働いているわけではないという意識をもって
発言をしてほしい。男らしい、女らしいという表現をやめてほしい
(千葉県/40歳)

自分がなりたくてこうなったのではなく気がついたら
こうなっていた、生まれつきのものだと思って差別を
してほしくないと思います (沖縄県/64歳)

同性が好きだが、全ての同性に恋
愛感情を抱くわけでない。ほとん
どの人に隣人としての感情しか持
たないので普通に接してほしい
(東京都 29歳)

女性が恋愛対象の女性 LESBIAN



レズビアン

女性同性愛者

1,056,826人 (推計人口)

人口の1.3%



SUMMARY



- ・セクシュアリティについて悩んだりはっきり自覚した経験が少なく、経験がある人でも「時期は覚えていない」が多い。表現したい性・好きになる人ともに「女性的」。
- ・カミングアウト経験者は3割台と少なく、その時期は「高校生の頃」が多い。きっかけは「隠すことのストレス」「必要に迫られて」「正直に伝えたい」など。
- ・恋愛価値観では、「配偶者／パートナーの血を継ぐ子どもを育てたい／育てなかった」が全体より高い。
- ・約半数は、現在パートナーがいると回答。また「自分は幸せだ」「自分のことが好きだ」という意識も強い。

Q. 表現したい性は？

女性的(フェム) 56.3%

中性的 26.9%

男性的(ボーイ) 9.2%

流動的(フルイド) 2.1%

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：ボーイッシュ
- 3位：清楚
- 4位：ストリート
- 5位：モード
- 6位：スポーティ
- 7位：ガーリー

【ヘア】

- 1位：ミディアム
- 2位：ショート
- 3位：ボブ
- 4位：ロング

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪あり(ぱつん)
- 3位：前髪なし

Q. 好きになる人の特徴/傾向は？

【性表現】

- 1位：女性的
- 2位：中性的
- 3位：男性的
- 4位：流動的

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：清楚
- 3位：キュート
- 4位：ガーリー
- 5位：スポーティ
- 6位：ストリート

【髪型】

- 1位：ロング
- 2位：ミディアム
- 3位：ショート
- 4位：ボブ

【前髪】

- 1位：前髪あり
(流し/シースルー)
- 2位：前髪あり
(ぱつん)
- 3位：前髪なし

Q. 恋愛遍歴/恋人の有無

「好きな人」ができたことがある
... 54.9%

セクマイ全体平均との差分 (-7.6pt)

「恋人・パートナー」ができたことある
... 49.3%

セクマイ全体平均との差分 (-2.7pt)

現在、パートナーがいる
... 50.9%

セクマイ全体平均との差分 (+9.9pt)

女性が恋愛対象の女性 LESBIAN



【自分のセクシュアリティについて】

「わたし」が「セクシュアリティ」と向き合った道のり

Q.悩んだことがある

YES
と答えた割合 **18.0%**

セクマイ全体平均との差分 (-17.5pt)

Q.悩み始めた時期

1位: 中学生	29.1%
2位: 高校生	23.1%
3位: 覚えていない	12.3%
4位: 大学/短大/専門	11.9%
5位: 社会人	10.8%

Q.深く考えたことがある

YES
と答えた割合 **22.5%**

セクマイ全体平均との差分 (-22.2pt)

Q.深く考え始めた時期

1位: 中学生	29.6%
2位: 高校生	25.6%
3位: 覚えていない	11.4%
4位: 小学生	10.9%
5位: 大学/短大/専門	10.2%

Q.はっきりとした自覚

YES
と答えた割合 **31.0%**

セクマイ全体平均との差分 (-12.6pt)

Q.自覚した時期

1位: 覚えていない	18.0%
2位: 中学生	16.0%
3位: 高校生	14.6%
4位: 社会人	13.9%
5位: 小学生	13.8%

Q.受け入れている

YES
と答えた割合 **55.9%**

セクマイ全体平均との差分 (-17.5pt)

Q.受け入れた時期

1位: 覚えていない	29.8%
2位: 未就学児の頃	16.2%
3位: 小学生	13.1%
4位: 社会人	12.7%
5位: 高校生	10.2%

Q.自身のセクシュアリティを知る/受け入れるためにしたこと

- 1位 インターネット
情報を検索した
... **24.1%**
- 2位 特に何かをしたわけでは
ないが、自然と気づき
受け入れた
... **17.8%**
- 3位 恋人/パートナーを
つくった
... **15.2%**
- 4位 友人に気持ちを話した
/相談した
... **15.1%**
- 5位 SNSなどで、
当事者と知り合った
... **14.9%**

Q.カミングアウトの有無

YES
と答えた割合 **32.6%**

セクマイ全体平均との差分 (-12.0pt)

Q.初カミングアウトの時期

1位: 高校生	28.6%
2位: 社会人	22.2%
3位: 中学生	19.5%
4位: 大学/短大/専門	11.9%

Q.カミングアウトのきっかけ TOP5

1位: 自分のことを正直に伝えたいと思ったから	37.0%
2位: 相手を信頼できると感じたから	35.4%
3位: 隠していることにストレスや苦しさを感じたから	24.9%
4位: 偶然、会話の流れで話すことになったから	18.4%
5位: 恋愛やパートナーシップの話をする必要があったから	18.0%

Q.カミングアウトしたことある相手は?

1位: 友人	84.1%
2位: 家族	59.0%
3位: 恋人・パートナー	33.8%
4位: 職場の同僚	21.5%
5位: SNSでオープン	14.5%

女性が恋愛対象の女性 LESBIAN



【価値観・日々の生活について】

Q. 自己肯定/自己評価

自分は幸せだと思う
... **72.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+7.0pt)

自分のことが好きだ
... **55.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.2pt)

自分に自信を持っている
... **41.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.6pt)

現在の生活に満足している
... **54.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.3pt)

人間関係に満足している
... **57.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.6pt)

自分らしく生きられている
... **64.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.2pt)

Q. 不便を感じる場面

法律婚や家族制度に関する不平等・不自由さ **20.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.0pt)

共感できる商品・サービスが少なすぎる **12.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+2.9pt)

共感できるエンタメコンテンツが少なすぎる **10.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (-0.2pt)

Q. 不安を感じること

配偶者／パートナーとの関係がいつまで続けられるか不安 **14.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+0.3pt)

同性カップルは共同親になれない
(特別養子縁組できない) **1.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (-1.3pt)

子どもを持てないかもしれない不安 **6.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (-1.4pt)

Q. あるあるだと思うもの

「最近こういう人多いよね」と言われてモヤモヤする **21.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.5pt)

「一度異性と付き合えば変わるよ」と言われたことがある **13.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.5pt)

好きな人の性別を説明するのが面倒／複雑 **20.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.0pt)



Q. セクシュアリティに対する価値観

他人のセクシュアリティを知ることに抵抗がある **5.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (-0.5pt)

他人のセクシュアリティについて興味がある **5.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (-3.7pt)

自分の言動が誰かを傷つけていないか心配になる **12.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (-3.7pt)

Q. 恋愛価値観

配偶者／パートナーの血を継ぐ子どもを育てたい／育てなかった **17.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.8pt)

自分の血を継ぐ子どもを育てたい／育てなかった **14.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.5pt)

子どもが欲しいと思う／思っていた **20.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+0.4pt)

Q. マイノリティ意識

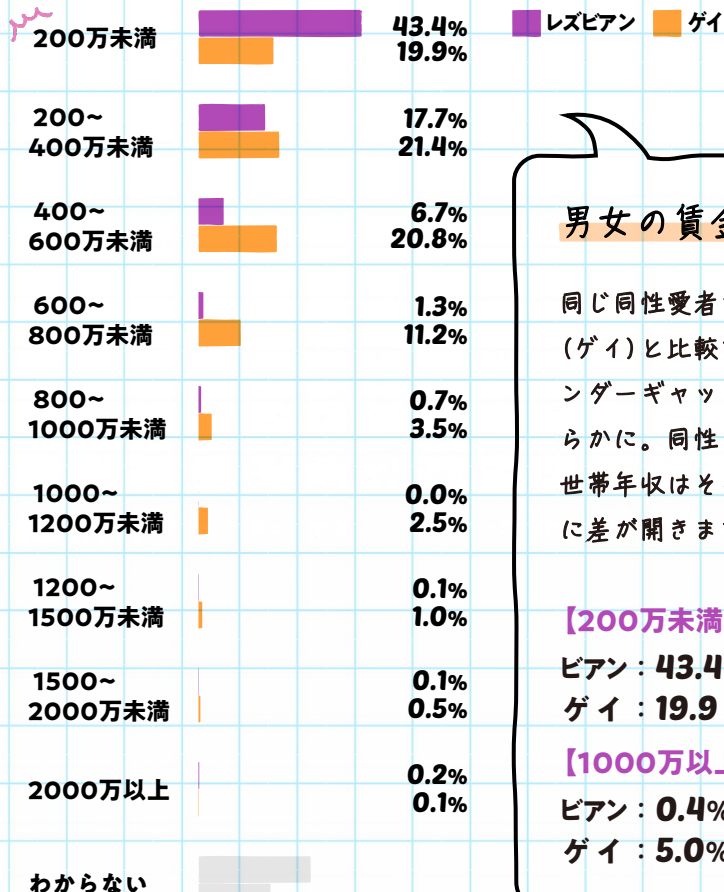
“セクシュアリティ以外”のマイノリティ意識がある **5.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (-9.5pt)

女性が恋愛対象の女性 LESBIAN



【経済状況】

Q. ゲイと比較したレズビ안의年収は？



男女の賃金格差

同じ同性愛者でも、男性（ゲイ）と比較するとジェンダーギャップの差が明らかに。同性カップルの世帯年収はそのぶんさらに差が開きます。

【200万未満】

ビアン：43.4%
ゲイ：19.9% ← 倍以上

【1000万以上】

ビアン：0.4%
ゲイ：5.0% ← 10倍以上

【文化・生活について】

Q. セクシュアリティを受け入れるために触れてきたコンテンツは？

▽本／雑誌／マンガ

・やがて君になる（作者：仲谷鳩、2018年にはTVアニメ化）

▽映画／ドラマ

・キャロル
・Lの世界
・アデル、ブルーは熱い色

▽SNSやYouTubeでの当事者の発信

・かほあいり
・エルビアンTV
・天然ローラ

Q. ロールモデルになった人は？

・『午前0時のプリンセス』の大内さん
・『かほあいりチャンネル』のかほさん
・『クーズス』代表の田中史緒里さん
・マツコ・デラックスさん

Q. あったら安心できるものは？

・同性婚制度
・パートナーシップ制度
・同性愛専門の不動産や同性愛専門の弁護士



女性が恋愛対象の女性 LESBIAN



【当事者の声】

Q.自分のセクシュアリティについて 受け入れたきっかけ/出来事

きっかけなんてないくらい
自然に受け入れた (兵庫県 47歳)

同性で好きな人が
できた (東京都 51歳)

今のパートナーと
出会った (東京都 29歳)

SNSで自分と同じような境遇にある
人達の考えに触れた (香川県 19歳)

LGBTQを扱うテレビドラマを観たとき (青森県 23歳)

Q.今のセクシュアリティで良かったこと

今のパートナーと
付き合えたこと！
その界隈から入った
最高の友達ができたこと！
(東京都 29歳)

狭いコミュニティの中で、
関わろうとしなければ
知り合えなかったであろう
人々と知り合えたこと (奈良県 32歳)

同性や異性関係なく、その人自身を好きになれてすごい幸せで、
異性が恋愛対象だった相手も自分を受け入れてくれて
お互いに幸せである (岡山県 17歳)

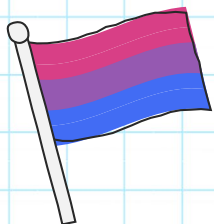
Q.自分のセクシュアリティについて知ってほしいこと

「多様性だ」とか「自分のこと狙わないで」とか
言わないで欲しい (岐阜県 18歳)

同性が好きだからと言って
異性愛者とは何も変わらない (愛知県 16才)

普通に生きてるので、
変な目で見ても
欲しくない (東京都 52歳)

男性も女性も恋愛対象の男性 BISEXUAL



バイセクシュアル男性

男性両性愛者

591,970人 (推計人口)

人口の 0.7%



SUMMARY



- 半数以上が自分の性について深く考えたり、はっきり自覚した経験がある。
- 表現したい性は「男性的」だが、好きになる人は「中性的」「女性的」「男性的」と様々。自身の性を受け入れるためにしたことは「SNS」「ネット検索」など。
- カミングアウト経験者はやや少なめで、きっかけは「相手を信頼できる」のほか、「相手とより深い関係を築きたかったから」「偶然、会話の流れで話すことになったから」。
- 「結婚できない」「子どもを持てない」などに不安を抱えている。

Q. 表現したい性は？

男性的 69.0 %

中性的 31.9 %

女性的 7.3 %

流動的(フルイド) 6.8 %

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：清楚
- 3位：スポーティ
- 4位：ストリート
- 5位：ハンサム

【ヒゲ】

- 1位：ひげなし
- 2位：ひげあり

【ヘア】

- 1位：ショート
- 2位：ツーブロック
- 3位：ミディアム
- 4位：マッシュ
- 5位：ウルフ

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪なし
- 3位：前髪あり(ぱつん)

Q. 好きになる人の特徴/傾向は？

【性表現】

- 中性的 32.0%
- 女性的 30.2%
- 男性的 29.0%
- 流動的 7.4%

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：ボーイッシュ
- 3位：清楚
- 4位：キュート
- 5位：セクシー
- 6位：スポーティー
- 7位：ハンサム

【髪型】

- 1位：ショート
- 2位：ミディアム
- 3位：ロング
- 4位：マッシュ
- 5位：ボブ

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪あり(ぱつん)
- 3位：前髪なし

【ヒゲ】

- 1位：ヒゲなし
- 2位：ヒゲあり

Q. 恋愛遍歴/恋人の有無

「好きな人」ができたことがある ... 77.0 %

セクマイ全体平均との差分 (+14.5pt)

「恋人・パートナー」ができたことある ... 61.3 %

セクマイ全体平均との差分 (+9.3pt)

現在、パートナーがいる ... 43.8 %

セクマイ全体平均との差分 (+2.8pt)

男性も女性も恋愛対象の男性 BISEXUAL

【自分のセクシュアリティについて】

「わたし」が「セクシュアリティ」と向き合った道のり



Q.悩んだことがある

YES
と答えた割合 **45.7%**

セクマイ全体平均との差分 (+10.2pt)

Q.悩み始めた時期

1位: 中学生	34.3%
2位: 高校生	25.8%
3位: 社会人	14.7%
4位: 小学生	10.8%
5位: 大学/短大/専門	9.3%

Q.深く考えたことがある

YES
と答えた割合 **55.4%**

セクマイ全体平均との差分 (+10.7pt)

Q.深く考え始めた時期

1位: 中学生	36.6%
2位: 高校生	21.7%
3位: 小学生	15.2%
4位: 社会人	12.8%
5位: 大学/短大/専門	9.7%

Q.はっきりとした自覚

YES
と答えた割合 **54.7%**

セクマイ全体平均との差分 (+11.1pt)

Q.自覚した時期

1位: 中学生	24.2%
2位: 高校生	23.9%
3位: 社会人	20.0%
4位: 大学/短大/専門	13.3%
5位: 小学生	9.8%

Q.受け入れている

YES
と答えた割合 **77.1%**

セクマイ全体平均との差分 (+3.7pt)

Q.受け入れた時期

1位: 社会人	27.0%
2位: 高校生	21.7%
3位: 中学生	16.6%
4位: 大学/短大/専門	10.9%
5位: 覚えていない	10.1%

Q.自身のセクシュアリティを知る/受け入れるためにしたこと

- 1位 インターネット
情報を検索した ... **38.5%**
- 2位 特に何かをしたわけでは
ないが、自然と気づき
受け入れた ... **34.4%**
- 3位 SNSなどで、
当事者と知り合った ... **21.8%**
- 4位 恋人/パートナーを
つくった ... **17.2%**
- 5位 友人に気持ちを
話した/相談した ... **15.6%**

Q.カミングアウトの有無

YES
と答えた割合 **38.1%**

セクマイ全体平均との差分 (-6.5pt)

Q.初カミングアウトの時期

1位: 社会人	35.5%
2位: 中学生	21.2%
3位: 大学/短大/専門	19.9%
4位: 高校生	17.7%

Q.カミングアウトのきっかけ TOP5

1位: 相手を信頼できると感じたから	42.7%
2位: 偶然、会話の流れで話すことになったから	24.6%
3位: 相手とより深い関係を築きたかったから	24.1%
4位: 自分のことを正直に伝えたいと思ったから	23.7%
5位: いずれ伝える必要があると感じていたから	23.4%

Q.カミングアウトしたことある相手は?

1位: 友人	74.4%
2位: 家族	38.1%
3位: 恋人・パートナー	27.7%
4位: SNSでオープン	11.9%
5位: 職場の同僚	10.4%

男性も女性も恋愛対象の男性 BISEXUAL



【価値観・日々の生活について】

Q. 自己肯定/自己評価

自分は幸せだと思う
... **66.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.3pt)

自分のことが好きだ
... **58.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+8.3pt)

自分に自信を持っている
... **45.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+7.9pt)

現在の生活に満足している
... **51.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+0.2pt)

人間関係に満足している
... **53.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (-0.5pt)

自分らしく生きられている
... **63.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+0.6pt)

Q. 不便を感じる場面

公共の場での視線や、
差別されないかが気になる
... **17.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+2.4pt)

共感できるエンタメコンテンツが少なすぎる
... **10.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+0.3pt)

差別的・偏見的な発言や態度を
目にした／受けた
... **18.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (-0.6pt)

Q. 不安を感じること

結婚ができないかもしれない不安
... **18.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+7.7pt)

子どもを持てないかもしれない不安
... **14.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.7pt)

親の介護が必要になったとき、
どう対応していくか不安
... **32.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.0pt)

Q. あるあるだと思うもの

当事者同士のつながりが励みになっている
... **15.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.4pt)

「俺（私）のこと狙うなよ？」と言われる
... **19.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.1pt)

初対面の人に「見た目ではわからないね」
と言われる
... **12.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+2.1pt)

Q. セクシュアリティに対する価値観

他人のセクシュアリティについて
興味がある
... **15.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.3pt)

セクシュアリティは変化することが
あると思う
... **31.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.7pt)

性的マイノリティへの社会の意識は
ここ数年で変わったと感じる
... **30.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.0pt)

Q. 恋愛価値観

同性に対して恋愛感情を持ったことがある
... **43.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+14.5pt)

子どもが欲しいと思う／思っていた
... **27.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.8pt)

恋愛感情は性別に関係なく
生まれるものだと思う
... **38.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.2pt)

Q. マイノリティ意識

“セクシュアリティ以外”の
マイノリティ意識がある
... **14.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (-1.0pt)

男性も女性も恋愛対象の男性 BISEXUAL



【文化・生活について】

Q. セクシュアリティを受け入れるために
触れてきたコンテンツは？

▽本／雑誌／マンガ

・田亀源五郎 作品

▽映画／ドラマ

・金八先生 ・渚のシンドバッド
・IS(アイエス) ～男でも女でもない性～

▽SNSやYouTubeでの当事者の発信

・ナナオは立派なYouTuber

Q. 映画やドラマでのマイノリティの
描かれ方、どう感じる？

・実態を反映しているように思えない。
・強調しすぎ

Q. 日常生活でどんなハードルがある？

・もし男のパートナーができたなら親になんて言おうか不安はある
・家族がいるので、着たい服を着られ無い



Q. あったら安心できるものは？

・同性婚制度

・ジェンダーフリートイレ

Q. ロールモデルになった人は？

・カズレーザー

・與真司郎

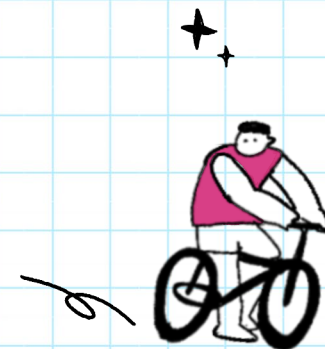
・井手上獏

Q. うれしかった経験は？

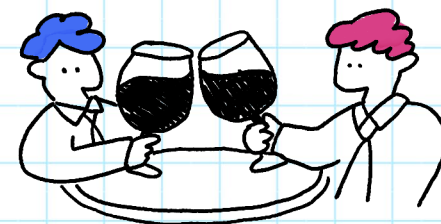
・話してくれてありがとうと言われたこと
・カミングアウトした友人が今でも仲良くしてくれていること
・かっこいいと言われたこと
・かわいいと言われたこと

Q. 傷ついた経験は？

・ホモ（またはおかま）と罵られた時
・俺のこと襲うなよとか好みじゃ無い同性に言われた時
・親から「男らしくしろ」



男性も女性も恋愛対象の男性 BISEXUAL



【当事者の声】

Q.自分のセクシュアリティについて
受け入れたきっかけ/出来事

世の中にはそういう方が
沢山いるとネットで知った時 (宮城県 54歳)

自然と受け入れていた
(徳島県 42歳)

テレビで見ながら
(北海道 38歳)

同性と付き合ったこと
(岐阜県 39歳)

どちらの性別も好きになれるって
すごいと思った時 (広島県 20歳)

Q.今のセクシュアリティで良かったこと

どちらも好きになれるので
選択肢の幅が広がる
(埼玉県 45歳)

セクシュアリティ関係なく、人の良い
ところを多く見ることができる
(宮城県 42歳)

色々なあり方を知れたこと。息苦しさは感じるが、
そこではないコミュニティがあることも知れた (北海道 32歳)

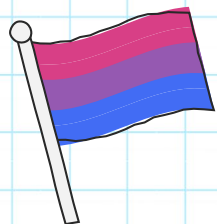
Q.自分のセクシュアリティについて知ってほしいこと

バイセクだからといって全員タイプというわけではない
ということ (千葉県 33歳)

カミングアウトできない人が大勢存在して
いることを認識して欲しい (東京都 31歳)

まだまだ地方では隠して
ないと生活が苦しくなる
(宮崎県 63歳)

男性も女性も恋愛対象の女性 BISEXUAL



バイセクシュアル女性

女性両性愛者

805,462人 (推計人口)

人口の1.0%



SUMMARY



- ・6割以上が自分の性について深く考えた経験があり、ほとんどの人が自分の性を受け入れている。
- ・表現したい性は「女性的」で、好きになる人は「女性的」「中性的」「男性的」と様々。
自身の性を受け入れるためにしたことは「学校での授業」が多め。
- ・カミングアウト経験者は約6割と多く、きっかけは「特に理由はなく／自然な流れ」など。
「パートナーとの関係」や「親の介護」などに不安を抱える。
- ・「性は多様であってよい」「見た目では判断できない」という意識が強い。
- ・半数以上は、現在パートナーがいると回答。また幸福感・満足度のスコアも高い。

Q. 表現したい性は？

女性的(フェム) 63.7%

中性的 37.6%

流動的(フルイド) 7.5%

男性的(ボーイ) 5.2%

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：清楚
- 3位：ストリート
- 4位：ボーイッシュ
- 5位：ガーリー
- 6位：キュート

【ヘア】

- 1位：ミディアム
- 2位：ロング
- 3位：ショート
- 4位：ボブ
- 5位：ウルフ

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪あり(ぱつん)
- 3位：前髪なし

Q. 好きになる人の特徴/傾向は？

【性表現】

- | | |
|-----|-------|
| 女性的 | 35.9% |
| 中性的 | 33.5% |
| 男性的 | 31.3% |
| 流動的 | 7.7% |

【ファッション】

- 1位：清楚
- 2位：ナチュラル
- 3位：ボーイッシュ
- 4位：キュート
- 5位：ストリート
- 6位：モード
- 7位：セクシー
- 8位：古着系

【髪型】

- 1位：ミディアム
- 2位：ショート
- 3位：ロング
- 4位：ボブ
- 5位：ウルフ

【前髪】

- 1位：前髪あり
(流し/シースルー)
- 2位：前髪あり
(ぱつん)
- 3位：前髪なし

【ヒゲ】

- 1位：ヒゲなし
- 2位：ヒゲあり

Q. 恋愛遍歴/恋人の有無

「好きな人」ができたことがある
... 85.0%

セクマイ全体平均との差分 (+22.5pt)

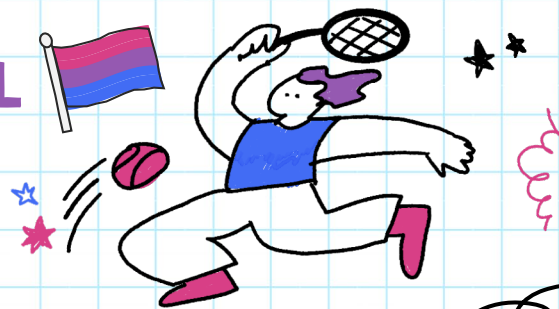
「恋人・パートナー」ができたことある
... 65.7%

セクマイ全体平均との差分 (+13.8pt)

現在、パートナーがいる
... 52.4%

セクマイ全体平均との差分 (+11.5pt)

男性も女性も恋愛対象の女性 BISEXUAL



【自分のセクシュアリティについて】

「わたし」が「セクシュアリティ」と向き合った道のり

Q.悩んだことがある

YES
と答えた割合 **44.4%**

セクマイ全体平均との差分 (+8.9pt)

Q.悩み始めた時期

1位: 中学生	39.4%
2位: 高校生	27.9%
3位: 社会人	10.7%
4位: 小学生	10.4%
5位: 大学/短大/専門	6.6%

Q.深く考えたことがある

YES
と答えた割合 **62.9%**

セクマイ全体平均との差分 (+18.2pt)

Q.深く考え始めた時期

1位: 中学生	37.9%
2位: 高校生	25.9%
3位: 小学生	12.8%
4位: 社会人	11.5%
5位: 大学/短大/専門	7.1%

Q.はっきりとした自覚

YES
と答えた割合 **52.5%**

セクマイ全体平均との差分 (+9.0pt)

Q.自覚した時期

1位: 高校生	29.3%
2位: 中学生	23.4%
3位: 社会人	20.0%
4位: 大学/短大/専門	10.3%
5位: 小学生	8.4%

Q.受け入れている

YES
と答えた割合 **88.7%**

セクマイ全体平均との差分 (+15.3pt)

Q.受け入れた時期

1位: 高校生	23.3%
2位: 社会人	23.2%
3位: 中学生	16.8%
4位: 大学/短大/専門	13.8%
5位: 覚えていない	13.3%

Q.自身のセクシュアリティを知る/受け入れるためにしたこと

- 1位 特に何かをしたわけではないが、自然と気づき受け入れた
... **38.7%**
- 2位 インターネットで情報を検索した
... **35.6%**
- 3位 友人に気持ちを話した/相談した
... **20.7%**
- 4位 恋人/パートナーをつくった
... **20.3%**
- 5位 学校の授業で学んだ
... **14.6%**

Q.カミングアウトの有無

YES
と答えた割合 **59.2%**

セクマイ全体平均との差分 (+14.7pt)

Q.初カミングアウトの時期

1位: 社会人	29.4%
2位: 高校生	24.2%
3位: 大学/短大/専門	19.4%
4位: 中学生	17.1%
5位: 覚えていない	8.2%

Q.カミングアウトのきっかけTOP5

1位: 相手を信頼できると感じたから	31.2%
2位: 自分のことを正直に伝えたいと思ったから	30.5%
3位: 特に明確な理由はなかった/自然な流れだった	24.8%
4位: 偶然、会話の流れで話すことになったから	22.3%
5位: 恋愛やパートナーシップの話をする必要があったから	14.2%

Q.カミングアウトしたことある相手は?

1位: 友人	73.1%
2位: 家族	41.2%
3位: 恋人・パートナー	40.3%
4位: みんなに	8.7%
5位: SNSでオープン	6.8%

男性も女性も恋愛対象の女性 BISEXUAL



【価値観・日々の生活について】

Q. 自己肯定/自己評価

自分は幸せだと思う
... **76.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+11.0pt)

自分のことが好きだ
... **52.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+2.5pt)

自分に自信を持っている
... **36.1 %**
セクマイ全体平均との差分 (-1.0pt)

現在の生活に満足している
... **57.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.4pt)

人間関係に満足している
... **59.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.2pt)

自分らしく生きられている
... **66.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.7pt)

Q. 不便を感じる場面

法律婚や家族制度に関する不平等・不自由さ **16.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (-0.2pt)

公共の場での視線や、
差別されないかが気になる **12.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (-2.9pt)

学校や職場での性別に基づく
制服・更衣室・トイレ **6.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (-3.0pt)

Q. 不安を感じること

配偶者／パートナーとの関係が
いつまで続けられるか不安 **21.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.5pt)

親の介護が必要になったとき、
どう対応していくか不安 **33.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.5pt)

配偶者／パートナーが見つかるか不安 **15.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.4pt)

Q. あるあるだと思うもの

カミングアウトしたら「全然気にしないから！」
で会話が終了 **17.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+2.2pt)

「最近そういう人多いよね」と
言われてモヤモヤする **19.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.5pt)

「どっちが男役（女役）なの？」と
聞かれて困る **16.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.0pt)

Q. セクシュアリティに対する価値観

セクシュアリティは変化することが
あると思う **40.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+13.1pt)

セクシュアリティは人それぞれで、
多様であってよい **55.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+10.7pt)

セクシュアリティは見た目や行動では
判断できないと思う **44.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+10.2pt)

Q. 恋愛価値観

同性に対して恋愛感情を持ったことがある **57.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+28.1pt)

恋愛感情は性別に関係なく
生まれるものだと思う **56.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+23.0pt)

恋愛や結婚の形は人それぞれでよいと思う **60.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+14.1pt)

Q. マイノリティ意識

“セクシュアリティ以外”の
マイノリティ意識がある **13.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (-1.3pt)

男性も女性も恋愛対象の女性 BISEXUAL



【文化・生活について】

Q. セクシュアリティを受け入れるために触れてきたコンテンツは？

▽本／雑誌／マンガ

- おかあさん、二人いてもいいかな
- さよならミニスカート
- 52Hzの鯨たち

▽映画／ドラマ

- ミッドナイトスワン
- 君となら恋をしても
- 怪物
- his

▽SNSやYouTubeでの当事者の発信

- レディ・ガガ
- パレットーク
- 午前0時のプリンセス

Q. 映画やドラマでのマイノリティの描かれ方、どう感じる？

- アウティングの深刻さを伝えきれていない
- 無理やり作品にねじ込んでいる

Q. 日常生活でどんなハードルがある？

- アンケートにその他の性を選ぶと弾かれてしまう。
- どちらか先に死んだ時にやはり大変だと思う
- もしまた女性を好きになったら社会的には生きづらいところもあると思う
- 日常生活の中での「恋愛前提」の文化

Q. あったら安心できるものは？

- LGBTQの保険
- 個室のトイレや更衣室
- 同性のパートナーとの婚姻制度
- 着衣可能な温泉施設

Q. ロールモデルになった人は？

- 宇多田ヒカル
- レディ・ガガ
- 井手上漠
- カズレーザー
- りゅうちえる
- みゆ
- あやせりんて
- ギュテ
- とうあ
- ペえ
- 天然ローラ
- 自分の友達

Q. うれしかった経験は？

- あなたはあなたと言われた
- かっこいいと言われた
- 可愛いと言われた

Q. 傷ついた経験は？

- アウティングされたこと
- 気持ち悪いと言われた
- 私の事狙ってるの？と言われた
- 親に「結婚して子供産んでね」と言われたこと
- 当時好きだった人について、「同性に告白されて引いた」という噂を聞いたこと。
- 両親がドラマ化していたセクシャルの作品を見て、こんな人たちがいるから少子化が進むんだ。と心無い一言に傷ついた

男性も女性も恋愛対象の女性 BISEXUAL



【当事者の声】

Q.自分のセクシュアリティについて 受け入れたきっかけ/出来事

信頼できる親友にカミングアウトし
受け入れられたこと (東京都 41歳)

自然と受け入れ
られた (兵庫県 17歳)

同性とお付き合い
したとき (兵庫県 28歳)

SNSで同じように悩む人がいることを知って
(東京都 35歳)

有名人のカミングアウト (千葉県 23歳)

Q.今のセクシュアリティで良かったこと

色々な人が恋愛対象となり、
世界が広がり、楽しい
(京都府 45歳)

様々なファッションを楽しめる
(富山県 16歳)

性別で決めるのではなく1人の人間として向き合うことで
その人の素晴らしさを知ることができる
(東京都 25歳)

Q.自分のセクシュアリティについて知ってほしいこと

セクシュアリティについて深刻な顔を作ったりカウンセリングのようなこ
とをせず、「へえそうなんだ」と笑って軽く流すだけにしてほしい。
(神奈川県 32歳)

世の中には様々な人がいるからへーくらいに思
ってほしい。あなたが見ていた私となんら変
わりはないから (北海道 18歳)

『私の事好きにならない
でよー?』とからかわれる
のが嫌 (東京都 45歳)

全ての性/または性別関係なく恋愛対象になる男性 PANSEXUAL



パンセクシュアル男性

男性全性愛者

132,095人 (推計人口)

人口の 0.2%



SUMMARY



- 半数程度が自分の性について深く考えた経験があり、ほとんどの人が自分の性を受け入れている。
- 表現したい性は「男性的」で、好きになる人は「女性的」「中性的」が多いが、「流動的」も多め。自身の性を受け入れるためにしたことは「恋人/パートナーをつくった」が多め。
- カミングアウト経験者は3割台と少なめで、きっかけは「いずれ伝える必要がある」「相手を信頼できる」など。「パートナーとの関係」や「子どもを持てないかもしれないこと」などに不安を抱える。
- 「LGBTQ+と呼ばれることに違和感を感じる」「男らしさ・女らしさにとらわれない社会がよい」という意識が強い。
- 「人間関係に満足」「自分らしく生きられている」のスコアが高い。

Q. 表現したい性は？

男性的 50.5 %

中性的 43.4 %

流動的(フルイド) 14.3 %

女性的 8.0 %

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：清楚
- 3位：スポーティ
- 4位：スイート
- 5位：クラシック

【ヒゲ】

- 1位：ひげなし
- 2位：ひげあり

【ヘア】

- 1位：ショート
- 2位：ミディアム
- 3位：ボブ
- 4位：ツーブロック
- 5位：ロング

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪なし
- 3位：前髪あり(ぱつん)

Q. 好きになる人の特徴/傾向は？

【性表現】

- 女性的 26.1%
中性的 24.9%
男性的 16.8%
流動的 14.4%

【ファッション】

- 1位：キュート
- 2位：清楚
- 3位：ハンサム
- 4位：ナチュラル
- 5位：セクシー
- 6位：ストリート
- 7位：華やか
- 8位：ボーイッシュ

【髪型】

- 1位：ミディアム
- 2位：ボブ
- 3位：ショート
- 4位：ロング
- 5位：ツーブロック

【前髪】

- 1位：前髪あり
(流し/シースルー)
- 2位：前髪あり
(ぱつん)
- 3位：前髪なし

【ヒゲ】

- 1位：ヒゲなし
- 2位：ヒゲあり

Q. 恋愛遍歴/恋人の有無

「好きな人」ができたことがある
... 64.5 %

セクマイ全体平均との差分 (+2.0pt)

「恋人・パートナー」ができたことある
... 47.1 %

セクマイ全体平均との差分 (-4.9pt)

現在、パートナーがいる
... 36.8 %

セクマイ全体平均との差分 (-4.1pt)

全ての性/または性別関係なく 恋愛対象になる男性

PANSEXUAL



【自分のセクシュアリティについて】

「わたし」が「セクシュアリティ」と向き合った道のり

Q.悩んだことがある

YES
と答えた割合

34.0%

セクマイ全体平均との差分 (-1.5pt)

Q.悩み始めた時期

1位: 高校生	33.5%
2位: 中学生	23.2%
3位: 小学生	16.1%
4位: 社会人	13.9%
5位: 覚えていない	8.9%

Q.深く考えたことがある

YES
と答えた割合

48.6%

セクマイ全体平均との差分 (+3.9pt)

Q.深く考え始めた時期

1位: 中学生	27.3%
2位: 高校生	23.8%
3位: 社会人	17.4%
4位: 小学生	12.7%
5位: 覚えていない	9.4%

Q.はっきりとした自覚

YES
と答えた割合

47.5%

セクマイ全体平均との差分 (+4.0pt)

Q.自覚した時期

1位: 中学生	24.5%
2位: 高校生	22.0%
3位: 大学/短大/専門	16.3%
4位: 社会人	15.9%
5位: 覚えていない	8.3%

Q.受け入れている

YES
と答えた割合

80.0%

セクマイ全体平均との差分 (+6.7pt)

Q.受け入れた時期

1位: 社会人	20.4%
2位: 高校生	18.6%
3位: 大学/短大/専門	16.1%
4位: 中学生	14.1%
5位: 覚えていない	12.8%

Q.自身のセクシュアリティを知る/受け入れるためにしたこと

- 1位 特に何かをしたわけではないが、自然と気づき受け入れた ... 37.1%
- 2位 インターネットで情報を検索した ... 33.7%
- 3位 恋人/パートナーをつくった ... 30.6%
- 4位 友人に気持ちを話した/相談した ... 21.9%
- 5位 LGBTQ+イベントに参加した ... 17.8%

Q.カミングアウトの有無

YES
と答えた割合

35.9%

セクマイ全体平均との差分 (-8.6pt)

Q.初カミングアウトの時期

1位: 社会人	40.2%
2位: 高校生	30.6%
3位: 大学/短大/専門	16.6%
4位: 小学生	6.6%
4位: 覚えていない	6.6%

Q.カミングアウトのきっかけTOP5

1位: いずれ伝える必要があると感じていたから	49.9%
2位: 相手を信頼できると感じたから	45.1%
3位: 自分のことを正直に伝えたいと思ったから	35.5%
4位: 恋愛やパートナーシップの話をする必要があったから	29.2%
5位: 相手とより深い関係を築きたかったから	22.6%

Q.カミングアウトしたことある相手は?

1位: 友人	78.8%
2位: 家族	48.5%
3位: 恋人・パートナー	41.9%
4位: SNSでオープン	14.6%
5位: 職場の同僚	13.2%

それぞれのセクシュアリティ、それぞれの声

全ての性/または性別関係なく 恋愛対象になる男性

PANSEXUAL



【価値観・日々の生活について】

Q. 自己肯定/自己評価

自分は幸せだと思う
... **64.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (-1.1pt)

自分のことが好きだ
... **51.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.4pt)

自分に自信を持っている
... **40.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.3pt)

現在の生活に満足している
... **53.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+2.7pt)

人間関係に満足している
... **67.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+13.2pt)

自分らしく生きられている
... **70.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+7.2pt)

Q. 不便を感じる場面

公共の場での視線や、
差別されないかが気になる **27.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (+12.1pt)

(特に地方で) 保守的な
価値観・閉鎖性を感じる **19.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.3pt)

共感できるエンタメコンテンツが少なすぎる **14.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.0pt)

Q. 不安を感じること

配偶者/パートナーとの関係が
いつまで続けられるか不安 **17.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+2.6pt)

配偶者/パートナーが見つかるか不安 **13.1 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.9pt)

子どもを持てないかもしれない不安 **9.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.0pt)

Q. あるあるだと思うもの

カミングアウトすると、必要以上に性的な
話題に関する質問をされる **29.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+15.2pt)

初対面の人に「見た目ではわからないね」と
言われる **22.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+12.3pt)

カミングアウトしたら「全然気にしないから！」
で会話が終了 **26.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+12.0pt)

Q. セクシュアリティに対する価値観

性的マイノリティを「LGBTQ+」と
呼ぶことに違和感を感じる **28.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+11.5pt)

「男女」「男らしさ・女らしさ」にとらわれない
社会がよいと思う **44.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+7.3pt)

性的マイノリティに対する社会の意識は、ここ
数年で変わってきたと感じる **31.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.3pt)

Q. 恋愛価値観

恋愛と友情の区別はあまり意識していない **26.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+10.8pt)

未婚で子供がいてもかまわないと思う **36.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (+7.5pt)

恋愛感情は性別に関係なく
生まれるものだと思う **37.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.1pt)

Q. マイノリティ意識

“セクシュアリティ以外”の
マイノリティ意識がある **12.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (-2.8pt)

全ての性/または性別関係なく 恋愛対象になる男性

PANSEXUAL



【文化・生活について】

Q. あったら安心できるものは？

- ・同性婚制度
- ・いい意味での無関心

Q. ロールモデルになった人は？

- ・カズレーザー
- ・マツコ・デラックス
- ・ミッツマングローブ
- ・リリーフランキー

Q. うれしかった経験は？

- ・友人が受け入れてくれた事
- ・オンライン相談した際、カウンセラーが、
自分のような人たちはかなり多いと言ってくれた方

Q. 傷ついた経験は？

- ・同性から気持ち悪いと言われた
- ・あり過ぎて言葉に出来ない。したくない。
- ・信頼していた人によるアウティング



Q. 他の人のセクシュアリティについて 聞いてみたいことは？

- ・セクシュアリティ文化が進んでいる国の人のグローバルな人の意見
- ・みんなはどこを見て判断してるのか

Q. セクシュアリティを、誰かに伝えたことで、 「良かったこと」は？

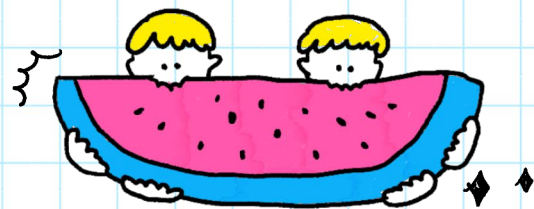
- ・自分を認めることが出来たこと
- ・友人が理解を示してくれた事に安堵した
- ・より親密になれた
- ・隠すストレスがなくなった
- ・楽な気持ちで相手と話せるようになった

Q. セクシュアリティを、誰かに伝えたことで、 「後悔していること」は？

- ・人によってはアウティングをされた
- ・相手を傷つけた可能性もあったこと

全ての性/または性別関係なく 恋愛対象になる男性

PANSEXUAL



【当事者の声】

Q.自分のセクシュアリティについて 受け入れたきっかけ/出来事

普通に受け入れた

(群馬県/19歳)

道徳の授業

(福岡県/23歳)

同性からの告白

(東京都/60歳)

上京して同じような人と出会えたこと

(東京都/62歳)

今のパートナーと出会ったこと

(岐阜県/41歳)

Q.今のセクシュアリティで良かったこと

性別にとらわれることなく
人を好きになれる

(新潟県/36歳)

男女両性に気持ちが傾くので
共感してもらいやすい

(青森県/46歳)

恋愛感情や興味のある性別を区別しないことによって
人生の選択肢が増えたような気はする

(大阪府/26歳)

Q.自分のセクシュアリティについて知ってほしいこと

周りには知ってもらいたいと思わない、
かまわないでほしい

(宮城県/57歳)

結局は差別されてしまうから

わ明グアウトしたくない

(大阪府/54歳)

コンテンツとして
消費しないでほしい

(埼玉県/20歳)

全ての性/または性別関係なく恋愛対象になる女性 PANSEXUAL



パンセクシュアル女性

女性全性愛者

455,500人 (推計人口)

人口の 0.6%



SUMMARY



- ・9割近くが自分の性を受け入れている。
- ・表現したい性は「女性的」「中性的」、好きになる人は「中性的」「女性的」「男性的」と様々。自身の性を受け入れるためにしたことは「自然と」「パートナーをつくった」が上位。
- ・カミングアウト経験者は半数以上と多く、時期は「高校生」が最多。
きっかけは「特に理由なく、自然」や「相手を信頼できると感じた」などが多い。
- ・「仕事」や「老後」に対する不安が多め。
- ・好きな人やパートナーができた経験者が多く、約半数が現在パートナーがいる。幸福感や生活満足度は高め。

Q. 表現したい性は？

女性的(フェム) 53.3 %

中性的 45.6 %

流動的(フルイド) 14.5 %

男性的(ボーイ) 8.6 %

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：清楚
- 3位：ボーイッシュ
- 4位：ストリート
- 5位：モード

【ヘア】

- 1位：ミディアム
- 2位：ロング
- 3位：ショート
- 4位：ボブ
- 5位：ウルフ

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪あり(ぱつん)
- 3位：前髪なし

Q. 好きになる人の特徴/傾向は？

【性表現】

- 中性的 34.9%
- 女性的 33.7%
- 男性的 30.5%
- 流動的 13.2%

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：ボーイッシュ
- 3位：ストリート
- 4位：清楚
- 5位：スポーティ
- 6位：古着系
- 7位：セクシー
- 8位：ガーリー

【髪型】

- 1位：ロング
- 2位：ショート
- 3位：ミディアム
- 4位：ボブ
- 5位：マッシュ

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪あり(ぱつん)
- 3位：前髪なし

【ヒゲ】

- 1位：ヒゲなし
- 2位：ヒゲあり

Q. 恋愛遍歴/恋人の有無

「好きな人」ができたことがある
... 75.8 %

セクマイ全体平均との差分 (+13.3pt)

「恋人・パートナー」ができたことある
... 64.4 %

セクマイ全体平均との差分 (+12.4pt)

現在、パートナーがいる
... 47.5 %

セクマイ全体平均との差分 (+6.5pt)

全ての性/または性別関係なく 恋愛対象になる女性

PANSEXUAL



【自分のセクシュアリティについて】

「わたし」が「セクシュアリティ」と向き合った道のり

Q.悩んだことがある

YES
と答えた割合 **34.3%**

セクマイ全体平均との差分 (-1.2pt)

Q.悩み始めた時期

1位: 中学生	34.9%
2位: 高校生	25.1%
3位: 大学/短大/専門	12.7%
4位: 社会人	11.5%
5位: 小学生	8.6%

Q.深く考えたことがある

YES
と答えた割合 **53.8%**

セクマイ全体平均との差分 (+9.1pt)

Q.深く考え始めた時期

1位: 中学生	36.9%
2位: 高校生	28.0%
3位: 社会人	14.5%
4位: 小学生	7.7%
5位: 大学/短大/専門	7.5%

Q.はっきりとした自覚

YES
と答えた割合 **36.4%**

セクマイ全体平均との差分 (-7.2pt)

Q.自覚した時期

1位: 中学生	21.7%
1位: 社会人	21.7%
3位: 高校生	21.2%
4位: 大学/短大/専門	13.8%
5位: 覚えていない	10.2%

Q.受け入れている

YES
と答えた割合 **87.0%**

セクマイ全体平均との差分 (+13.6pt)

Q.受け入れた時期

1位: 社会人	24.2%
2位: 覚えていない	22.5%
3位: 中学生	15.8%
3位: 高校生	15.8%
5位: 大学/短大/専門	11.6%

Q.自身のセクシュアリティを知る/受け入れるためにしたこと

- 1位 特に何かをしたわけではないが、自然と気づき受け入れた
... **41.3%**
- 2位 インターネットで情報を検索した
... **32.3%**
- 3位 恋人/パートナーをつかった
... **22.5%**
- 4位 友人に気持ちを話した/相談した
... **22.4%**
- 5位 SNSなどで、当事者と知り合った
... **14.5%**

Q.カミングアウトの有無

YES
と答えた割合 **54.9%**

セクマイ全体平均との差分 (+10.4pt)

Q.初カミングアウトの時期

1位: 高校生	32.8%
2位: 社会人	27.4%
3位: 中学生	16.9%
4位: 大学/短大/専門	10.8%
4位: 覚えていない	6.0%

Q.カミングアウトのきっかけTOP5

1位: 相手を信頼できると感じたから	40.9%
2位: 自分のことを正直に伝えたいと思ったから	31.2%
3位: 特に明確な理由はなかった/自然な流れだった	28.8%
4位: 偶然、会話の流れで話すことになったから	22.9%
5位: 相手とより深い関係を築きたかったから	18.0%

Q.カミングアウトしたことがある相手は?

1位: 友人	82.2%
2位: 家族	41.0%
3位: 恋人・パートナー	32.6%
4位: みんなに	9.4%
5位: 職場の同僚	7.1%

全ての性/または性別関係なく 恋愛対象になる女性

PANSEXUAL



【価値観・日々の生活について】

Q. 自己肯定/自己評価

自分は幸せだと思う
... **75.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+10.4pt)

自分のことが好きだ
... **52.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.7pt)

自分に自信を持っている
... **35.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (-1.2pt)

現在の生活に満足している
... **56.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.5pt)

人間関係に満足している
... **60.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.8pt)

自分らしく生きられている
... **70.1 %**
セクマイ全体平均との差分 (+7.1pt)

Q. 不便を感じる場面

法律婚や家族制度に関する不平等・不自由さ
22.4 %
セクマイ全体平均との差分 (+5.4pt)

会話の中での「異性愛前提」や
「性別前提」への違和感
31.0 %
セクマイ全体平均との差分 (+5.4pt)

共感できるエンタメコンテンツが少なすぎる
13.9 %
セクマイ全体平均との差分 (+3.5pt)

Q. 不安を感じること

長く働ける仕事があるか不安
35.2 %
セクマイ全体平均との差分 (+9.7pt)

老後の年金が足りるか不安
47.0 %
セクマイ全体平均との差分 (+7.4pt)

老後、最期の時を一人で迎えることに
なるかもしれない不安
31.2 %
セクマイ全体平均との差分 (+5.9pt)

Q. あるあるだと思うもの

好きな人の性別を説明するのが面倒／複雑
34.9 %
セクマイ全体平均との差分 (+15.0pt)

「最近そういう人多いよね」と
言われてモヤモヤする
28.4 %
セクマイ全体平均との差分 (+10.1pt)

異性愛前提の話題に無言で
やり過ごすことが多い
33.0 %
セクマイ全体平均との差分 (+7.4pt)

Q. セクシュアリティに対する価値観

セクシュアリティは変化することが
あると思う
45.7 %
セクマイ全体平均との差分 (+18.6pt)

他人のセクシュアリティにとやかく
言うべきではない
57.1 %
セクマイ全体平均との差分 (+16.3pt)

セクシュアリティは人それぞれで、
多様であってよい
58.9 %
セクマイ全体平均との差分 (+14.3pt)

Q. 恋愛価値観

恋愛や結婚のかたちは人それぞれでよいと思う
68.3 %
セクマイ全体平均との差分 (+21.6pt)

恋愛感情は性別に関係なく
生まれるものだと思う
59.7 %
セクマイ全体平均との差分 (+26.3pt)

同性に対して恋愛感情を
持ったことがある
43.9 %
セクマイ全体平均との差分 (+14.8pt)

Q. マイノリティ意識

“セクシュアリティ以外”の
マイノリティ意識がある
14.4 %
セクマイ全体平均との差分 (-0.6pt)

全ての性/または性別関係なく 恋愛対象になる女性

PANSEXUAL



【文化・生活について】

Q. セクシュアリティを受け入れるために 触れてきたコンテンツは？

▽本／雑誌／マンガ

- ・季刊エス
- ・作りたい女と食べたい女
- ・抱かれたい男1位に脅されています

▽映画／ドラマ

- ・美しい彼
- ・君となら恋に落ちて
- ・おっさんずラブ
- ・コスメティックプレイラバー
- ・glee
- ・ボヘミアン・ラプソディ

▽SNSやYouTubeでの当事者の発信

- ・かほあいり
- ・かなたいむ
- ・午前0時のプリンセス
- ・莉犬くん

Q. 映画やドラマでのマイノリティの 描かれ方、どう感じる？

- ・一人一人で異なるものを「映画」という大々的な形で表現することの難しさを感じる

Q. 日常生活でどんなハードルがある？

- ・結婚の意思がないのに、結婚について問われること
- ・戸籍上は女性となっているが女性として足りない臓器があり、アンケートで性別を聞かれた時にちょっと悩むこと
- ・仕事での性別による役割分け



Q. あったら安心できるものは？

- ・同性婚制度
- ・結婚しなくても社会的な援助を受けられる
- ・「セクシュアリティ」をわざわざ決めない価値観が社会で一般的になればよいと感じる

Q. ロールモデルになった人は？

- ・PECOさん
- ・あいみょんさん
- ・聖秋流さん
- ・ryuchellさん
- ・ビリー・アイリッシュさん
- ・土屋アンナさん

Q. うれしかった経験は？

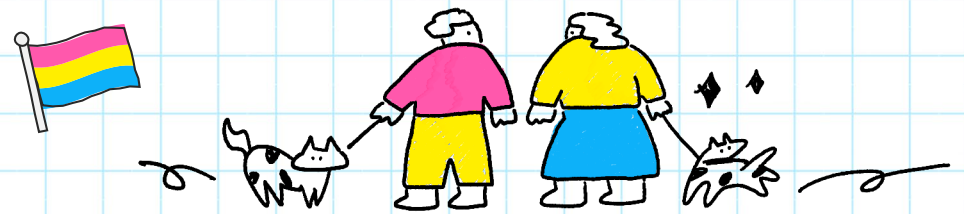
- ・「〇〇は〇〇やろ」と性別ではなく私を見てくれている恋人・友人の言葉
- ・そのままでいいと言われた
- ・かっこいいと言われた
- ・かわいいと言われた
- ・夫のわたしを受け入れる言動

Q. 傷ついた経験は？

- ・異性のパートナーといえるだけで、子供など家族形成のことを周囲に聞かれること
- ・家族、親戚からの結婚の強要
- ・私のこと恋愛対象で見ないでね
- ・母親が、そんなふうで育てた覚えはないと言ってきたことが傷ついた
- ・面白がって聞いてくるやつ

全ての性/または性別関係なく 恋愛対象になる女性

PANSEXUAL



【当事者の声】

Q.自分のセクシュアリティについて 受け入れたきっかけ/出来事

世間で話題になって考えてみた
(神奈川県/55歳)

きっかけはなく自然に
(宮城県/58歳)

生理来た。
体力テストの結果
(愛知県/42歳)

周りに他にも同じような人がいたため
(東京都/29歳)

結婚をきっかけに。今の夫が受け入れてくれたので
(長野県/45歳)

Q.今のセクシュアリティで良かったこと

誰のことも平等に
接することができること
(東京都/29歳)

性別を関係なく「この人は素敵だ！」
と思うことが増えた
(長崎県/19歳)

異性だから好きなのではなく、この人を好きなのだと思うこと
(東京都/28歳)

Q.自分のセクシュアリティについて知ってほしいこと

恋人がいらない=出会いがないという計算式に当てはめて出会いの場を
提供してくるのをやめて欲しい。私は出会いを求めていない
(神奈川県/30歳)

「誰でもいいんだな」というイメージを持たれ
そうなところが心配かもしれません。
(青森県/38歳)

彼氏いる?ではなく、
恋人いる?という聞き方を
してほしい
(長崎県/22歳)

他者に対して性的欲求を抱かないまたは少ない男性 ASEXUAL



アセクシュアル男性

男性無性愛者

167,100人 (推計人口)

人口の 0.2%



SUMMARY



- 他層に比べると、性について悩んだりはっきり自覚した経験は少ない。
- 表現したい性は「男性的」、好きになる性は「男性的」が上位だが、人を好きになるケースは多くない。カミングアウト経験者は4割程度で、時期は「中学生」「高校生」が多い。
- 日常生活では「共感できる商品・サービスが少ない」ことに不便を感じている。約4割がセクシュアリティ以外でマイノリティ意識を感じている。
- 恋愛や結婚は人生において重要ではないと考えており、恋愛経験がある人も少ない。幸福度・生活満足度は全体的に低い。

Q. 表現したい性は？

男性的 51.9 %

中性的 27.8 %

女性的 6.1 %

流動的(フルイド) 4.1 %

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：清楚
- 3位：ボーイッシュ
- 4位：クラシック
- 5位：ノームコア

【ヒゲ】

- 1位：ひげなし
- 2位：ひげあり

【ヘア】

- 1位：ショート
- 2位：ツーブロック
- 3位：ミディアム
- 4位：ウルフ
- 5位：坊主

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪なし
- 3位：前髪あり(ぱつん)

Q. 好きになる人の特徴/傾向は？

【性表現】

- 1位：男性的
- 2位：女性的
- 3位：中性的
- 4位：流動的

【ファッション】

- 1位：古着系
- 2位：清楚
- 3位：キュート
- 4位：ナチュラル
- 5位：ガーリー
- 6位：モード
- 7位：セクシー
- 8位：華やか

【髪型】

- 1位：ミディアム
- 2位：ショート
- 3位：ロング
- 4位：ボブ
- 5位：ベリーショート

【前髪】

- 1位：前髪あり
(流し/シースルー)
- 2位：前髪あり
(ぱつん)
- 3位：前髪なし

【ヒゲ】

- 1位：ヒゲなし
- 2位：ヒゲあり

Q. 恋愛遍歴/恋人の有無

「好きな人」ができたことがある
... 25.9 %

セクマイ全体平均との差分 (-36.6pt)

「恋人・パートナー」ができたことある
... 18.0 %

セクマイ全体平均との差分 (-34.0pt)

現在、パートナーがいる
... 6.9 %

セクマイ全体平均との差分 (-34.1pt)

他者に対して性的欲求を抱かない または少ない男性

ASEXUAL



【自分のセクシュアリティについて】

「わたし」が「セクシュアリティ」と向き合った道のり

Q.悩んだことがある

YES
と答えた割合 **20.4%**

セクマイ全体平均との差分 (-15.0pt)

Q.悩み始めた時期

1位：高校生	32.8%
2位：中学生	30.8%
3位：社会人	16.9%
4位：覚えていない	6.8%
5位：小学生	5.7%

Q.深く考えたことがある

YES
と答えた割合 **29.7%**

セクマイ全体平均との差分 (-15.0pt)

Q.深く考え始めた時期

1位：中学生	27.5%
2位：高校生	18.3%
3位：社会人	17.5%
4位：覚えていない	12.6%
5位：大学/短大/専門	12.5%

Q.はっきりとした自覚

YES
と答えた割合 **32.4%**

セクマイ全体平均との差分 (-11.2pt)

Q.自覚した時期

1位：覚えていない	21.9%
2位：中学生	20.8%
3位：社会人	18.7%
4位：高校生	13.0%
5位：未就学児	10.6%

Q.受け入れている

YES
と答えた割合 **70.2%**

セクマイ全体平均との差分 (-3.2pt)

Q.受け入れた時期

1位：覚えていない	33.2%
2位：社会人	16.8%
3位：未就学児	12.7%
4位：小学生	11.7%
5位：中学生	10.0%

Q.自身のセクシュアリティを知る/受け入れるためにしたこと

- 1位 インターネット
情報を検索した
... **43.4%**
- 2位 特に何かをしたわけでは
ないが、自然と気づき
受け入れた
... **27.7%**
- 3位 学校の授業で学んだ
... **17.3%**
- 4位 友人に気持ちを話した
/相談した
... **10.3%**
- 5位 家族に気持ちを話した
/相談した
... **9.9%**

Q.カミングアウトの有無

YES
と答えた割合 **43.3%**

セクマイ全体平均との差分 (-1.3pt)

Q.初カミングアウトの時期

1位：中学生	30.3%
1位：高校生	30.3%
3位：社会人	29.8%
4位：大学/短大/専門	9.6%

Q.カミングアウトのきっかけ TOP5

1位：自分のことを正直に伝えたいと思ったから	30.7%
2位：特に明確な理由はなかった/自然な流れだった	22.8%
3位：偶然、会話の流れで話すことになったから	20.8%
4位：相手を信頼できると感じたから	19.2%
5位：恋愛やパートナーシップの話をする必要があったから	16.5%

Q.カミングアウトしたことある相手は？

1位：友人	67.6%
2位：家族	56.1%
3位：職場の同僚	13.3%
4位：職場の上司	13.2%
5位：みんなに	9.6%

それぞれのセクシュアリティ、それぞれの声

他者に対して性的欲求を抱かない または少ない男性

ASEXUAL



【価値観・日々の生活について】

Q. 自己肯定/自己評価

自分は幸せだと思う
... **41.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (-24.3pt)

自分のことが好きだ
... **27.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (-22.5pt)

自分に自信を持っている
... **18.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (-18.7pt)

現在の生活に満足している
... **36.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (-14.2pt)

人間関係に満足している
... **42.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (-11.0pt)

自分らしく生きられている
... **55.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (-7.8pt)

Q. 不便を感じる場面

共感できる商品・サービスが少なすぎる
28.9 %
セクマイ全体平均との差分 (+18.9pt)

差別的・偏見発言や態度を
目にした/受けた
26.2 %
セクマイ全体平均との差分 (+7.1pt)

(特に地方で) 保守的な
価値観・閉鎖性を感じる
19.9 %
セクマイ全体平均との差分 (+5.7pt)

Q. 不安を感じること

大きな病気になったとき、
身近に頼れる人がいない不安
28.2 %
セクマイ全体平均との差分 (+2.4pt)

高齢になると賃貸契約が通りにくくなる
ため、住まいの確保が不安
16.9 %
セクマイ全体平均との差分 (-2.0pt)

災害時や事故の際に「家族ではない」と判断され
パートナーの安否確認遅れる
1.2 %
セクマイ全体平均との差分 (-3.4pt)

Q. あるあるだと思うもの

異性愛前提の話題に無言で
やり過ごすことが多い
36.2 %
セクマイ全体平均との差分 (+10.7pt)

「一度異性と付き合えば変わるよ」と
言われたことがある
21.2 %
セクマイ全体平均との差分 (+8.8pt)

カミングアウトすると、必要以上に性的な
話題に関する質問をされる
18.2 %
セクマイ全体平均との差分 (+3.9pt)

アセクシュアルは、他のセクシュアリティと比べて自己肯定感が低くなってしまっている傾向にあることが調査から見えてきました。
アセクシュアル男性とLGBTQ全体の平均とを比べてみると、『自分のことが好きだ』と回答した割合は、約半分という結果(マイノリティ全体平均: 50.4% / Aセク男性: 27.9%)に。恋愛や結婚が前提とされすぎている社会の中でアセクシュアルとして生きていくこと。その難しさを形作っているのは、婚姻制度だけでなく日常で耳にする恋バナや恋愛をテーマにした作品など、“当たり前”の空気のようなもの...なのかもしれません。

Q. セクシュアリティに対する価値観

性的マイノリティを「LGBTQ+」と
呼ぶことに違和感を感じる
23.4 %
セクマイ全体平均との差分 (+6.5pt)

性的指向や性自認は公表する必要はないと思う
36.8 %
セクマイ全体平均との差分 (+5.0pt)

他人のセクシュアリティを知ること
に抵抗がある
6.1 %
セクマイ全体平均との差分 (+0.2pt)

Q. 恋愛価値観

恋愛は人生において必須ではないと思う
45.8 %
セクマイ全体平均との差分 (+14.1pt)

恋愛や結婚は人生の中でさほど
重要ではないと思う
34.3 %
セクマイ全体平均との差分 (+12.0pt)

恋愛と友情の区別はあまり意識していない
17.8 %
セクマイ全体平均との差分 (+2.0pt)

Q. マイノリティ意識

“セクシュアリティ以外”の
マイノリティ意識がある
39.2 %
セクマイ全体平均との差分 (+24.1pt)

他者に対して性的欲求を抱かない または少ない男性

ASEXUAL



【文化・生活について】

Q. 日常生活でどんなハードルがある？

- ・相手が同じアセクシャルでない限り、想いを寄せる人と関係を進展させられない（進展した先にセックスがあるから）

Q. あったら安心できるものは？

- ・一人ひとりが性に対して決めつけない心
- ・一般的な結婚観の撤廃
- ・結婚至上主義
- ・周りの人の理解
- ・男女兼用の服

Q. セクシュアリティを、誰かに伝えたことで、「良かったこと」は？

- ・好きなものに対しての感情をオープンにできるようになった。
- ・自分という人間の諸傾向への理解を得られた。
群れることを強制されなくなった
- ・正直なことをいえてスッキリした
- ・同じセクシュアリティの人が見つかって仲間意識を感じられたこと
- ・恋愛関係の悩みの相談がスムーズになったこと
- ・理解が得られた

Q. セクシュアリティを、誰かに伝えたことで、「後悔していること」は？

- ・いわゆるコミュ障と誤認され、それを是正する努力を強いられた。
相手によって方便で誤魔化す処世術も必要と感じた

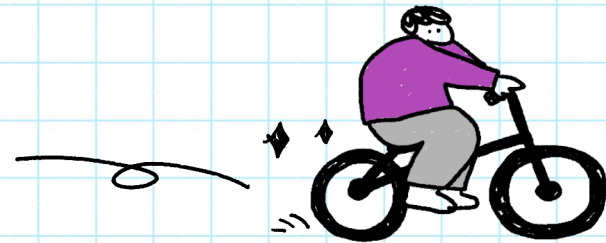
Q. セクシュアリティを受け入れるまでの体験談

学生の頃から大人になってからも周りが恋愛について積極的で自分は恋愛の何がいいのか全く関心・興味がなくほかの人とはなんか違うと思っていた。大人になると結婚は？などと言われるとウンザリすることがよくあった。そんな時、NHKの夜ドラ「作りたい女と食べたい女」というドラマを見てアセクシャルというワードを知り、自分と当てはまり、理解することができて納得できた。

(宮城県 32歳)

他者に対して性的欲求を抱かない または少ない男性

ASEXUAL



【当事者の声】

Q.自分のセクシュアリティについて 受け入れたきっかけ/出来事

みんな好きな人がいるのに自分にはできない
ことに気づいたとき (和歌山県 24歳)

自然に

(栃木県 42歳)

アセクシャルという
用語を知ったから

(東京都 39歳)

恋愛感情は生まれないんだと思ったとき

(新潟県 40歳)

はじめから違和感を抱いたことがなく、そういうものだと思っていたため、受け入れるという状態がよくわからない

(大阪府 21歳)

Q.今のセクシュアリティで良かったこと

恋愛・性関連の悩みを
持たずに済む

(神奈川県 24歳)

交際費がかからないので、
無駄な出費を抑えられる

(奈良県 32歳)

性的接触が無くても全く苦にならない

(岐阜県 51歳)

Q.自分のセクシュアリティについて知ってほしいこと

対物性愛であつても人に迷惑をかけることはない。また、病気や気持ち悪い存在ではなく、異性愛者と同じように物を一生懸命愛している

(神奈川県 27歳)

彼女を作ることや結婚することだけが幸せという概念を押し付けないで欲しい

(兵庫県 32歳)

昭和時代のような古い固定概念の当たり前のような概念を押し付けないで欲しい

(宮城県 32歳)

他者に対して性的欲求を抱かないまたは少ない女性 ASEXUAL



アセクシュアル女性

女性無性愛者

697,304人 (推計人口)

人口の 0.9%



SUMMARY



- ・他層に比べると、性について悩んだりはっきり自覚した経験は少なく、経験した人も「社会人になってから」と時期が遅い。
- ・表現したい性は「女性的」、好きになる性は「中性的」が上位だが、人を好きになるケースは多くない。カミングアウト経験者は4割弱で、時期は「社会人になってから」が多い。
- ・日常生活では「共感できるエンタメコンテンツが少ない」ところに不便を感じている。セクシュアリティ以外でマイノリティ意識を感じているのは2割とやや多め。
- ・恋愛や結婚は人生において重要ではないと考えており、恋愛経験がある人も少ない。幸福度・生活満足度は全体的に低い。

Q. 表現したい性は？

女性的 51.1%

中性的 33.8%

流動的(フルイド) 13.6%

男性的 6.8%

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：ボーイッシュ
- 3位：清楚
- 4位：クラシック
- 5位：シック

【ヘア】

- 1位：ミディアム
- 2位：ロング
- 3位：ショート
- 4位：ボブ
- 5位：ベリーショート

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪あり(ぱつん)
- 3位：前髪なし

Q. 好きになる人の特徴/傾向は？

【性表現】

- 1位：中性的
- 2位：女性的
- 3位：男性的
- 4位：流動的

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：ボーイッシュ
- 3位：清楚
- 4位：スポーティ
- 5位：ロック
- 6位：モード
- 7位：個性的
- 8位：シック

【髪型】

- 1位：ミディアム
- 2位：ショート
- 3位：ウルフ
- 4位：ボブ
- 5位：ロング

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪なし
- 3位：前髪あり(ぱつん)

【ヒゲ】

- 1位：ヒゲなし
- 2位：ヒゲあり

Q. 恋愛遍歴/恋人の有無

「好きな人」ができたことがある
... 29.8%

セクマイ全体平均との差分 (-32.8pt)

「恋人・パートナー」ができたことある
... 30.3%

セクマイ全体平均との差分 (-21.7pt)

現在、パートナーがいる
... 16.7%

セクマイ全体平均との差分 (-24.3pt)

他者に対して性的欲求を抱かない または少ない女性

ASEXUAL



【自分のセクシュアリティについて】

「わたし」が「セクシュアリティ」と向き合った道のり

Q.悩んだことがある

YES
と答えた割合 **23.2%**

セクマイ全体平均との差分 (-12.3pt)

Q.悩み始めた時期

1位: 社会人	38.5%
2位: 中学生	17.4%
3位: 大学/短大/専門	14.4%
4位: 高校生	12.8%
5位: 覚えていない	7.9%

Q.深く考えたことがある

YES
と答えた割合 **31.6%**

セクマイ全体平均との差分 (-13.1pt)

Q.深く考え始めた時期

1位: 社会人	39.8%
2位: 高校生	17.6%
3位: 中学生	13.6%
4位: 大学/短大/専門	13.4%
5位: 覚えていない	8.6%

Q.はっきりとした自覚

YES
と答えた割合 **26.9%**

セクマイ全体平均との差分 (-16.7pt)

Q.自覚した時期

1位: 社会人	38.6%
2位: 覚えていない	15.6%
3位: 中学生	11.7%
4位: 高校生	10.7%
5位: 大学/短大/専門	8.6%

Q.受け入れている

YES
と答えた割合 **80.2%**

セクマイ全体平均との差分 (+6.9pt)

Q.受け入れた時期

1位: 覚えていない	36.5%
2位: 社会人	28.3%
3位: 未就学児	7.2%
3位: 小学生	7.2%
5位: 中学生	7.0%

Q.自身のセクシュアリティを知る/受け入れるためにしたこと

- 1位 インターネット
情報を検索した
... **45.0%**
- 2位 特に何かをしたわけでは
ないが、自然と気づき
受け入れた
... **43.7%**
- 3位 友人に気持ちを話した
/相談した
... **7.5%**
- 4位 本・雑誌・マンガ
などを読んだ
... **6.0%**
- 5位 SNSやYouTubeで
当事者の発信を見た
... **6.0%**

Q.カミングアウトの有無

YES
と答えた割合 **37.5%**

セクマイ全体平均との差分 (-7.1pt)

Q.初カミングアウトの時期

1位: 社会人	60.2%
2位: 大学/短大/専門	17.9%
3位: 中学生	10.0%
3位: 高校生	10.0%

Q.カミングアウトのきっかけ TOP5

1位: 特に明確な理由はなかった/自然な流れだった	36.2%
2位: 自分のことを正直に伝えたいと思ったから	29.8%
3位: 偶然、会話の流れで話すことになったから	19.9%
3位: 隠していることにストレスや苦しさを感じたから	19.9%
5位: 相手を信頼できると感じたから	13.9%

Q.カミングアウトしたことある相手は?

1位: 友人	52.1%
2位: 家族	40.0%
3位: 恋人・パートナー	10.0%
3位: SNSでオープン	10.0%
5位: みんなに	6.1%

それぞれのセクシュアリティ、それぞれの声

他者に対して性的欲求を抱かない または少ない女性

ASEXUAL



【価値観・日々の生活について】

Q. 自己肯定/自己評価

自分は幸せだと思う
... **53.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (-11.9pt)

自分のことが好きだ
... **38.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (-11.8pt)

自分に自信を持っている
... **23.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (-13.4pt)

現在の生活に満足している
... **43.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (-7.3pt)

人間関係に満足している
... **45.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (-8.4pt)

自分らしく生きられている
... **58.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (-4.7pt)

Q. 不便を感じる場面

共感できるエンタメコンテンツが少なすぎる
16.4 %
セクマイ全体平均との差分 (+6.0pt)

日常的な会話の中での「異性愛前提」や
「性別前提」への違和感
30.0 %
セクマイ全体平均との差分 (+4.4pt)

家族や親戚との関係で違和感や
プレッシャーを感じる
20.3 %
セクマイ全体平均との差分 (+2.8pt)

Q. 不安を感じること

老後の年金が足りるか不安
54.0 %
セクマイ全体平均との差分 (+14.4pt)

高齢になると賃貸契約が通りにくくなるため、
住まいの確保が不安
32.6 %
セクマイ全体平均との差分 (+13.7pt)

大きな病気になったとき、身近に頼れる人が
いない不安
39.3 %
セクマイ全体平均との差分 (+13.5pt)

Q. あるあるだと思うもの

「一度異性と付き合えば変わるよ」と
言われたことがある
28.4 %
セクマイ全体平均との差分 (+16.1pt)

異性愛前提の話題に無言で
やり過ごすことが多い
30.0 %
セクマイ全体平均との差分 (+4.4pt)

テレビや映画に出てくる当事者像に
違和感を覚える
20.2 %
セクマイ全体平均との差分 (+4.4pt)

アセクシュアルは、他のセクシュアリティと比べて自己肯定感が低くなっている傾向にあることが調査から見えてきました。
アセクシュアル女性とLGBTQ全体の平均とを比べてみると、『自分のことが好きだ』と回答した割合は11.9%もの開きがありました(マイノリティ全体平均: 50.4% / Aセク女性: 38.5%)。恋愛や結婚が前提とされすぎている社会の中でアセクシュアルとして生きていくこと。その難しさを形作っているのは、婚姻制度だけでなく日常で耳にする恋バナや恋愛をテーマにした作品など、“当たり前の空気”のようなもの...なのかもしれません。

Q. セクシュアリティに対する価値観

他人のセクシュアリティにとやかく
言うべきではない
53.4 %
セクマイ全体平均との差分 (+12.6pt)

性的指向や性自認は公表する必要はないと思う
43.9 %
セクマイ全体平均との差分 (+10.4pt)

セクシュアリティをカテゴライズする
必要はないと思う
30.4 %
セクマイ全体平均との差分 (+7.7pt)

Q. 恋愛価値観

恋愛は人生において必須ではないと思う
61.8 %
セクマイ全体平均との差分 (+30.1pt)

恋愛や結婚は人生の中でさほど
重要ではないと思う
47.4 %
セクマイ全体平均との差分 (+25.0pt)

恋愛よりも友情や仲間とのつながりを
大切にしたい
28.5 %
セクマイ全体平均との差分 (+12.5pt)

Q. マイノリティ意識

“セクシュアリティ以外”の
マイノリティ意識がある
22.6 %
セクマイ全体平均との差分 (+7.5pt)

他者に対して性的欲求を抱かない または少ない女性

ASEXUAL



【文化・生活について】

Q. セクシュアリティを受け入れるために 触れてきたコンテンツは？

▽本／雑誌／マンガ

- ・見えない性的指向 アセクシュアルのすべて
- ・作りたい女と食べたい女
- ・新井祥さんのエッセイ

▽映画／ドラマ

- ・NHK「恋せぬふたり」

▽SNSやYouTubeでの当事者の発信

- ・ゴブノサン
- ・午前0時のプリンセス
- ・kemio
- ・えるちゅぶ
- ・セカンドストリート
- ・佐伯ポインティ

Q. 映画やドラマでのマイノリティの 描かれ方、どう感じる？

- ・消費されるものに終わってほしくない
- ・都合よく美化しすぎ
- ・無理矢理キャラクターとして入れられると、なんか考え方を押し付けられてる感じで不愉快だし、面白いと思えない

Q. あったら安心できるものは？

- ・アセクシャル同士で保証人になるシステム
- ・アセクシャルの人専用の交流アプリ
- ・性別欄の表記
- ・同性婚
- ・友情結婚の相談ができるところ

Q. 日常生活でどんなハードルがある？

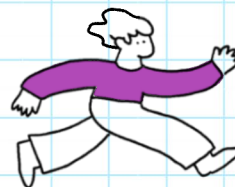
- ・結婚＝幸せ、常識のような雰囲気
- ・多様性とは言われるものの実際身近に該当しそうな方がいないため理解されていることを実感しにくい。
- ・恋愛の話を振られると少し困る
- ・恋愛絡みの映画、ドラマ、小説に漫画ばかり。恋愛讃歌が多すぎて少数派だということを自覚させられる機会が多い。

Q. うれしかった経験は？

- ・親に結婚するもしないと本人の自由と言われた
- ・同じように性に無関心な仲間が増えた
- ・友人が、私は自分を持っていてしっかりしたアイデンティティがあって尊敬できると言われたとき。
- ・かわいと言われた

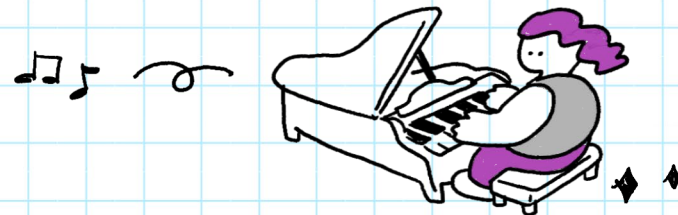
Q. 傷ついた経験は？

- ・「恋人作らないの？」とか「結婚しないの？」など悪気無く言われる時。相手に悪気が無い分かえってこたえる。
- ・以前お付き合いした男性に「セックスってすごく大事な行為だと思ってるの？恋人ならだれでも簡単にするものだよ」と言われた。
- ・家族から異性との恋愛をすすめられたり、母の職場の人との食事会を勝手にセティングされそうになった時
- ・結婚適齢期の頃、上司からの結婚して一人前という言動
- ・恋愛未経験や興味の無いことを伝えた時に多数から言われる「そのうち良い人が現れるよ」という言葉



他者に対して性的欲求を抱かない
または少ない女性

ASEXUAL



【当事者の声】

Q.自分のセクシュアリティについて
受け入れたきっかけ/出来事

アセクシャルというセクシャリティを知ったとき
(東京都 28歳)

自然と受け入れた

(千葉県/47歳)

テレビの特集を見て

(神奈川県 50歳)

ネットで多様性や自分と同じ悩みを抱えてる人が
いることを知って

(兵庫県 41歳)

人に対して恋愛感情や性的欲求が
一向に芽生えないから

(京都府 43歳)

Q.今のセクシュアリティで良かったこと

恋愛に依存することが
ないこと

(東京都 31歳)

異性のパートナーがいない、
欲しいと思わないため自分の時間を
大切にできる

(新潟県 24歳)

1番を決める必要がないので、大切にしたい人たちに
平等に接することができること

(愛知県 17歳)

Q.自分のセクシュアリティについて知ってほしいこと

恋愛感情はないが、友人や家族等を大切に思う気持ちは
あるため「冷たい人」だと思わないでほしい

(神奈川県 28歳)

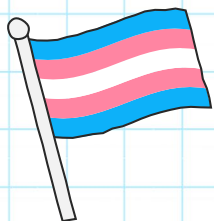
付き合い=性行為ではないということ、
精神的なつながりだけ求める人も
いるということ

(千葉県 39歳)

人間には理解できない
領域があることを理解して
ほしい

(鹿児島県 27歳)

出生時に割り当てられた性が女性で、男性の性自認を持つ人 TRANSGENDER



トランスジェンダー男性

FtM

179,522人 (推計人口)

人口の 0.2%



SUMMARY



- ・性について「悩んだことがある」経験者が多く、その時期は「小学生の頃」と早い。自身の性について受け入れているのは6割程度に留まる。
- ・表現したい性は「男性的」で、好きになる人は「女性」。カミングアウト経験者は6割超と多く、その時期は「社会人」が多め。
- ・自身の性を受け入れるために「カウンセラーや医師に相談した」人は約2割。
- ・制服やトイレ、公的書類、問診票の記載など、日常生活で不便を感じることも多い。
- ・「オープンにすると不利益があるかも?」という不安や、「自分の血を継ぐ子どもを育てたい/育てたかった」などのスコアが高め。幸福度はやや低い。

Q. 表現したい性は?

男性的 74.6 %

中性的 23.9 %

女性的 2.3 %

流動的(フルイド) 1.7 %

【ファッション】

- 1位: ボーイッシュ
- 2位: ナチュラル
- 3位: アウトドア
- 4位: スポーティ
- 5位: 個性的

【ヒゲ】

- 1位: ひげなし
- 2位: ひげあり

【ヘア】

- 1位: ショート
- 2位: ツーブロック
- 3位: ベリーショート
- 4位: マッシュ
- 5位: ミディアム

【前髪】

- 1位: 前髪あり(流し/シースルー)
- 2位: 前髪なし
- 3位: 前髪あり(ぱつん)

Q. 好きになる人の特徴/傾向は?

【性表現】

- 1位: 女性的
- 2位: 男性的
- 3位: 中性的
- 4位: 流動的

【ファッション】

- 1位: ナチュラル
- 2位: 清楚
- 3位: キュート
- 4位: スポーティ
- 5位: 華やか
- 6位: アウトドア
- 7位: ボーイッシュ
- 8位: ガーリー

【髪型】

- 1位: ミディアム
- 2位: ロング
- 3位: ショート
- 4位: マッシュ
- 5位: ボブ

【前髪】

- 1位: 前髪あり
(流し/シースルー)
- 2位: 前髪なし
- 3位: 前髪あり
(ぱつん)

【ヒゲ】

- 1位: ヒゲなし
- 2位: ヒゲあり

Q. 恋愛遍歴/恋人の有無

「好きな人」ができたことがある
... 63.5 %

セクマイ全体平均との差分 (+2.8pt)

「恋人・パートナー」ができたことある
... 59.8 %

セクマイ全体平均との差分 (+7.8pt)

現在、パートナーがいる
... 44.1 %

セクマイ全体平均との差分 (+3.1pt)

出生時に割り当てられた性が女性で 男性の性自認を持つ人

TRANSGENDER



【自分のセクシュアリティについて】

「わたし」が「セクシュアリティ」と向き合った道のり

トランスジェンダーは、自分のセクシュアリティについて深く考え始めた年齢や悩み始めた年齢が、他のセクシュアリティと比べて早い傾向にあることがわかりました。
トランスジェンダー男性(FtM)とLGBTQ全体の平均とを比べてみると、考え始めた時期が未就学児の頃と答えた人は、3.7倍以上。小学生の頃と答えた人は2倍近くに上り、早い時期から自身のセクシュアリティを意識していた人が多いようです。

Q.悩んだことがある

YES

と答えた割合

46.8%

セクマイ全体平均との差分 (+11.3pt)

Q.深く考えたことがある

YES

と答えた割合

47.2%

セクマイ全体平均との差分 (+2.5pt)

Q.はっきりとした自覚

YES

と答えた割合

53.9%

セクマイ全体平均との差分 (+10.3pt)

Q.受け入れている

YES

と答えた割合

66.7%

セクマイ全体平均との差分 (-6.7pt)

Q.悩み始めた時期

1位：小学生	31.4%
2位：中学生	30.4%
3位：高校生	25.0%
4位：未就学児	5.3%
5位：社会人	3.5%

Q.深く考え始めた時期

1位：中学生	31.9%
2位：小学生	26.4%
3位：高校生	23.8%
4位：未就学児	7.1%
5位：社会人	6.8%

Q.自覚した時期

1位：中学生	26.3%
2位：高校生	24.0%
3位：小学生	13.9%
4位：大学/短大/専門	12.0%
5位：社会人	9.9%

Q.受け入れた時期

1位：覚えていない	17.7%
2位：高校生	16.9%
3位：中学生	15.1%
4位：小学生	13.7%
5位：大学/短大/専門	12.6%

Q.カミングアウトの有無

YES

と答えた割合

63.0%

セクマイ全体平均との差分 (+18.5pt)

Q.初カミングアウトの時期

1位：社会人	29.3%
2位：中学生	29.2%
3位：高校生	19.0%
4位：小学生	12.3%

Q.カミングアウトのきっかけ TOP5

1位：自分のことを正直に伝えたいと思ったから	36.4%
2位：隠していることにストレスや苦しさを感じたから	26.5%
3位：いずれ伝える必要があると感じていたから	24.9%
4位：相手を信頼できると感じたから	23.2%
5位：気づかれているかもしれないと感じ、不安だったから	16.9%

Q.カミングアウトしたことある相手は？

1位：友人	82.4%
2位：家族	73.3%
3位：恋人・パートナー	36.3%
4位：職場の上司	34.0%
5位：職場の同僚	32.8%

Q.自身のセクシュアリティを知る/受け入れるためにしたこと

- 1位 インターネットで情報を検索した ... 28.5%
- 2位 友人に気持ちを話した/相談した ... 20.9%
- 3位 SNSなどで、当事者と知り合った ... 20.4%
- 4位 特に何かをしたわけではないが、自然と気づき受け入れた ... 20.4%
- 5位 カウンセラーや医師など、専門家に相談した ... 19.4%

それぞれのセクシュアリティ、それぞれの声

出生時に割り当てられた性が女性で 男性の性自認を持つ人

TRANSGENDER



【価値観・日々の生活について】

Q. 自己肯定/自己評価

自分は幸せだと思う
... **60.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (-5.1pt)

自分のことが好きだ
... **51.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.4pt)

自分に自信を持っている
... **38.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.4pt)

現在の生活に満足している
... **48.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (-2.6pt)

人間関係に満足している
... **50.1 %**
セクマイ全体平均との差分 (-3.7pt)

自分らしく生きられている
... **55.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (-7.8pt)

Q. 不便を感じる場面

学校や職場での性別に基づく
制服・更衣室・トイレの利用 **40.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+30.5pt)

公的書類（性別欄、名前の変更など）に
関する手続き **34.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+25.8pt)

医療機関での対応や問診票の記載
29.5 %
セクマイ全体平均との差分 (+22.4pt)

Q. 不安を感じること

性的指向や性自認をオープンにすると、就職や
転職で不利益があるかもしれない **9.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.2pt)

配偶者/パートナーが見つかるか不安
14.1 %
セクマイ全体平均との差分 (+2.9pt)

性的指向や性自認をオープンにすると、職場や
学校で不利益があるかもしれない **8.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+2.9pt)

Q. あるあるだと思うもの

「どうしてそうなったの？」と
根掘り葉掘り聞かれる **27.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+12.0pt)

「一度異性と付き合えば変わるよ」と
言われたことがある **24.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+11.7pt)

「最近そういう人多いよね」と言われて
モヤモヤする **27.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+9.3pt)

Q. セクシュアリティに対する価値観

性的マイノリティを「LGBTQ+」と
呼ぶことに違和感を感じる **24.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+7.0pt)

「普通」とされる性のあり方に違和感を覚える
25.4 %
セクマイ全体平均との差分 (+3.0pt)

他人のセクシュアリティを知ること
に抵抗がある **7.1 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.2pt)

Q. 恋愛価値観

自分の血を継ぐ子どもを育てたい/育てたかった **19.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.0pt)

男と女など、異性間の友情は成立しないと思う **13.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.9pt)

日本で同性婚が認められたら、結婚したいと
思う/思っていた **12.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.5pt)

Q. マイノリティ意識

“セクシュアリティ以外”の
マイノリティ意識がある **14.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (-0.2pt)

出生時に割り当てられた性が女性で 男性の性自認を持つ人

TRANSGENDER



【文化・生活について】

Q. 日常生活でどんなハードルがある？

- すでに戸籍変更も済ませているので日常生活では不便はないが、体が不自然なので公衆浴場や健康診断での心電図などは避けている
- パートナーや自分が病気になっても家族として重要な場面に立ち会えない。
どちらかが先に死んだ時に財産が残せない。
- 選挙で受付の人に止められる

Q. あったら安心できるものは？

- マイナカードの性別の記載をなくす。
或いは、医師の診断書があれば性別Xが選択できる。
- 多目的トイレじゃなくて、男女共用トイレ。
- 中性用品が増えること。
- 結婚制度
- 何年以上一緒に住んでいたら実質の夫婦として同じ権利を受けられる制度

Q. ロールモデルになった人は？

- かなたいむ。
- 天使ニア
- マツコ・デラックス

Q. うれしかった経験は？

- 親が受け入れてくれた
- 大学の友人にカミングアウトしたとき、「そうなんだ。全然気にしないよ。ていうか教えてくれてありがとう」と笑って言ってくれたこと。緊張していたのに、まるで些細なことのように自然に受け止めてくれたのがうれしくて、思わず泣きそうになった。
- 友人が「そのままの君が素敵だよ」と言ってくれたこと。

Q. 傷ついた経験は？

- アウティングされたこと
- 何かにつけて「男だろ？」とやたら強調してくる人がある
- 公衆のトイレに入った時、だいたい一瞬びっくりされる
- 周りの人から女性扱いされること。

Q. セクシュアリティを受け入れるまでの体験談 ☆

小学生の頃生理が始まり、ショックを覚えた。好きになるのも女の人を対象だった。中学に入りよりその傾向は強まり、社会と馴染めなくなっていって。テレビで見た金八先生でFTMの生徒がいて、自分によろやくしっくりきた。そのあとは自分はFTMなのだと自覚して、男性として生活するようになった。オペと戸籍の変更は済ませているけど、今でも生きづらいと思う時、本当によかったのかと思うこともあるけど段々と社会的認知も広まってきているのもつと良くなることを願ってます。

(東京都／36歳)

出生時に割り当てられた性が女性で 男性の性自認を持つ人

TRANSGENDER



【当事者の声】

Q.自分のセクシュアリティについて 受け入れたきっかけ/出来事

ネットで調べると同じ境遇の人が
たくさんいたこと (兵庫県 16歳)

自然なので特に
きっかけは無い

(愛知県 60歳)

今のパートナーと
出会ってから

(大分県 33歳)

カウンセリングを受けた

(岐阜県 31歳)

学校の先生が受け入れてくれた

(兵庫県 17歳)

Q.今のセクシュアリティで良かったこと

自分のセクシュアリティを
受け入れることで、
自分らしく生きられて、
心が楽になったこと

(千葉県 25歳)

中性的な感覚が持てる/
分かるところ

(千葉県 38歳)

恋愛の形に正解がないことも自然に受け入れられる
ようになり、人の多様性や違いに対して寛容になれた

(千葉県 33歳)

Q.自分のセクシュアリティについて知ってほしいこと

「いつか誰かを好きになるよ」とか「寂しくないの?」と決めつけず
に、まずはそういう在り方もあるんだと知ってもらえると嬉しい

(千葉県 33歳)

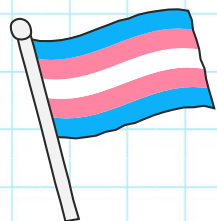
どちらの性も知ったとしても、それを否定したり
相手を傷つける言動をして欲しくない

(北海道 16歳)

見た目ですら判断せずに
話を聞いてから理解
してほしい

(大阪府 18歳)

出生時に割り当てられた性が男性で、女性の性自認を持つ人 TRANSGENDER



トランスジェンダー女性

MtF

157,838人 (推計人口)

人口の 0.2%

SUMMARY

- ・性について「悩んだことがある」経験者が多く、その時期は「中学生」「高校生」などが多め。自身の性について受け入れているのは6割強に留まる。
- ・表現したい性は「女性的」で、好きになる人は「お兄系」「ヒゲなし」など。カミングアウト経験者は半数程度で、その時期は「高校生」が多い。
- ・受け入れるためにしたことは「家族に相談」「日記を書く」「イベントに参加」など。制服やトイレ、公的書類、保守的な価値観など、日常生活で不便を感じることも多い。
- ・「パートナーとの関係がいつまで続くか」や「オープンにすると不利益があるかも？」という不安が強い。幸福感と人間関係への満足度が低い。

Q. 表現したい性は？

女性的	74.3 %
男性的	14.6 %
中性的	13.9 %
流動的(フルイド)	1.6 %

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：キュート
- 3位：ストリート
- 4位：華やか
- 5位：ギャル

【ヘア】

- 1位：ボブ
- 2位：ロング
- 3位：ショート
- 4位：ミディアム
- 5位：ウルフ

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪あり(ぱつん)
- 3位：前髪なし

Q. 好きになる人の特徴/傾向は？

【性表現】

- 1位：男性的
- 2位：女性的
- 3位：中性的
- 4位：流動的

【ファッション】

- 1位：お兄系
- 2位：清楚
- 3位：セクシー
- 4位：ナチュラル
- 5位：ボーイッシュ
- 6位：ワイルド
- 7位：ハンサム
- 8位：個性的

【髪型】

- 1位：マッシュ
- 2位：ツブロック
- 3位：ショート
- 4位：ウルフ
- 5位：ボブ

【前髪】

- 1位：前髪あり
(流し/シースルー)
- 2位：前髪なし
- 3位：前髪あり
(ぱつん)

【ヒゲ】

- 1位：ヒゲなし
- 2位：ヒゲあり

Q. 恋愛遍歴/恋人の有無

「好きな人」ができたことがある
... 65.4 %

セクマイ全体平均との差分 (+2.8pt)

「恋人・パートナー」ができたことある
... 56.7 %

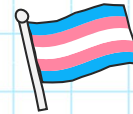
セクマイ全体平均との差分 (+4.7pt)

現在、パートナーがいる
... 48.6 %

セクマイ全体平均との差分 (+7.7pt)

出生時に割り当てられた性が男性で 女性の性自認を持つ人

TRANSGENDER



【自分のセクシュアリティについて】

「わたし」が「セクシュアリティ」と向き合った道のり

トランスジェンダーは、自分のセクシュアリティについて深く考え始めた年齢や悩み始めた年齢が、他のセクシュアリティと比べて早い傾向にあることがわかりました。
トランスジェンダー男性(FtM)とLGBTQ全体の平均とを比べてみると、考え始めた時期が未就学児の頃と答えた人は、3.7倍以上。小学生の頃と答えた人は2倍近くに上り、早い時期から自身のセクシュアリティを意識していた人が多いようです。

Q.悩んだことがある

YES
と答えた割合 **46.9%**

セクマイ全体平均との差分 (+11.4pt)

Q.悩み始めた時期

1位：中学生	37.9%
2位：高校生	24.4%
3位：小学生	21.5%
4位：大学/短大/専門	8.8%
5位：覚えていない	3.0%

Q.深く考えたことがある

YES
と答えた割合 **47.8%**

セクマイ全体平均との差分 (+3.1pt)

Q.深く考え始めた時期

1位：中学生	49.6%
2位：高校生	23.7%
3位：小学生	19.7%
4位：社会人	4.1%
5位：未就学児	3.0%

Q.はっきりとした自覚

YES
と答えた割合 **51.0%**

セクマイ全体平均との差分 (+7.4pt)

Q.自覚した時期

1位：高校生	30.1%
2位：中学生	24.3%
3位：大学/短大/専門	16.0%
4位：社会人	12.9%
5位：小学生	10.6%

Q.受け入れている

YES
と答えた割合 **65.7%**

セクマイ全体平均との差分 (-7.6pt)

Q.受け入れた時期

1位：中学生	23.8%
2位：覚えていない	18.0%
3位：大学/短大/専門	17.7%
4位：社会人	14.1%
5位：高校生	14.0%

Q.自身のセクシュアリティを知る/受け入れるためにしたこと

- 1位 インターネットで情報を検索した ... **25.3%**
- 2位 家族に気持ちを話した/相談した ... **25.0%**
- 3位 自分の気持ちを文章にまとめたり、日記を書いたりした ... **24.8%**
- 4位 友人に気持ちを話した/相談した ... **19.4%**
- 5位 LGBTQ+イベントに参加した ... **19.3%**

Q.カミングアウトの有無

YES
と答えた割合 **48.0%**

セクマイ全体平均との差分 (+3.5pt)

Q.初カミングアウトの時期

1位：高校生	54.0%
2位：社会人	26.3%
3位：中学生	16.4%
4位：小学生	3.4%

Q.カミングアウトのきっかけ TOP5

1位：いずれ伝える必要があると感じていたから	52.8%
2位：自分のことを正直に伝えたいと思ったから	34.2%
3位：隠していることにストレスや苦しさを感じたから	31.0%
4位：相手を信頼できると感じたから	27.4%
5位：相手とより深い関係を築きたかったから	19.4%

Q.カミングアウトしたことある相手は？

1位：家族	73.0%
2位：友人	68.9%
3位：恋人・パートナー	27.5%
4位：SNSでオープン	14.2%
5位：職場の同僚	9.8%

それぞれのセクシュアリティ、それぞれの声

出生時に割り当てられた性が男性で 女性の性自認を持つ人

TRANSGENDER



【価値観・日々の生活について】

Q. 自己肯定/自己評価

自分は幸せだと思う
... **60.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (-5.6pt)

自分のことが好きだ
... **51.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+1.2pt)

自分に自信を持っている
... **39.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+2.8pt)

現在の生活に満足している
... **42.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (-8.5pt)

人間関係に満足している
... **36.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (-17.0pt)

自分らしく生きられている
... **60.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (-2.5pt)

Q. 不便を感じる場面

学校や職場での性別に基づく
制服・更衣室・トイレの利用 **29.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+19.9pt)

医療機関での対応や問診票の記載 **19.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+12.7pt)

(特に地方で) 保守的な価値観
・閉鎖性を感じる **26.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+11.9pt)

Q. 不安を感じること

配偶者/パートナーとの関係がいつまで
続けられるか不安 **23.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+9.4pt)

性的指向や性自認をオープンにすると、職場や
学校で不利益があるかもしれない **12.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.5pt)

性的指向や性自認をオープンにすると、就職や
転職で不利益があるかもしれない **10.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.7pt)

Q. あるあるだと思うもの

家族との距離感をどう取るか悩むことがある **22.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+7.9pt)

「どうしてそうなったの？」と根掘り
葉掘り聞かれる **23.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+7.9pt)

「そういうの全然気にしないから！」と
あっさり会話が終了する **21.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.6pt)

Q. セクシュアリティに対する価値観

「普通」とされる性のあり方に違和感を覚える **25.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.3pt)

他人のセクシュアリティについて興味がある **8.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (-0.7pt)

他人のセクシュアリティを知ること
抵抗がある **2.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (-3.2pt)

Q. 恋愛価値観

男と女など、異性間の友情は成立しないと思う **12.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.3pt)

日本で同性婚が認められたら、
結婚したいと思う/思っていた **10.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.1pt)

日本で夫婦別姓が認められたら、
結婚したいと思う/思っていた **9.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+2.3pt)

Q. マイノリティ意識

“セクシュアリティ以外”の
マイノリティ意識がある **17.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+2.6pt)

出生時に割り当てられた性が男性で 女性の性自認を持つ人

TRANSGENDER



【文化・生活について】

Q. あったら安心できるものは？

- ・男女共用のトイレ等
- ・同性婚出来るようになること

Q. ロールモデルになった人は？

- ・杉本凜
- ・とうあ
- ・ひめにい
- ・カルーセル真紀
- ・ドリアン
- ・はるな愛

Q. うれしかった経験は？

- ・ありのままでいいと言われた
- ・かわいいと言われた
- ・性別なんてどうでもいいとパートナーから言われた時
- ・母に、通称名で呼ばれる
- ・友人にセクシュアリティを告白したら、躊躇わず気にしないと言われ、私の信じるのは愛であり性指向ではないと言われた

Q. 傷ついた経験は？

- ・気持ち悪いと言われた
- ・男のくせにと言われた
- ・父の「男だから」という発言
- ・友人の「彼氏いるの？」という発言
- ・女性からの「男らしくない」
- ・同僚からLGBTが気持ち悪いと言われた

Q. セクシュアリティを、誰かに伝えたことで、「良かったこと」は？

- ・隠し事がなくなってすっきりした
- ・協力してもらえた
- ・男扱いされることが減った
- ・知っててくれる人がいる安心感
- ・仲間や人とつながりができた
- ・本当の自分を知れたこと



Q. セクシュアリティを、誰かに伝えたことで、「後悔していること」は？

- ・セクシュアリティについて知らない人にバレてしまうか心配
- ・気持ち悪いと思われる
- ・周りの視線や意見の影響を受けやすくなったこと
- ・知らぬ間に噂になっていた

出生時に割り当てられた性が男性で 女性の性自認を持つ人

TRANSGENDER



【当事者の声】

Q.自分のセクシュアリティについて 受け入れたきっかけ/出来事

自分を否定したくないと思い、悩むのをやめた
(山口県 43歳)

自分の知り合いにも
同じ人がいた

(神奈川県 45歳)

友達に相談した

(山口県 53歳)

ネットでXジェンダーに関する記事を読んだ時、
自分の現状と重なって泣いた
(兵庫県 24歳)

新宿に同じような人たちが集まる街で
同じセクシャリティの友達が出来たこと
(埼玉県 59歳)

Q.今のセクシュアリティで良かったこと

女性らしさや自分らしさを
過度に気にすることなく、
日常生活を過ごせるように
なったこと

(山梨県 29歳)

肉体と精神の乖離があることで
死ぬことが怖くなくなった

(兵庫県 24歳)

信頼できる同じセクシャリティの人と出会い、
心の安らぎを得ることができた

(東京都 40歳)

Q.自分のセクシュアリティについて知ってほしいこと

性別適合手術は命がけの手術であり、そんな簡単に決断は出来ないのと性別適
合手術が失敗などで普通に命を落とされた方も沢山居ること

(大阪府 19歳)

普通の人と何ら変わりはないこと。
少し見た目が違うだけだということ

(京都府 56歳)

自認や志向が全く違っても、
人間として信頼してほしい

(東京都 40歳)

男女どちらかに当てはまらない/当てはめない性自認 (出生時の性：男性) NONBINARY



ノンバイナリー

(出生時の性：男性)

119,661人 (推計人口)

人口の 0.1%



SUMMARY



- 自分の性について、「中学生」~「高校生」にかけて深く考えたり悩んだりした経験者が多い。今は7割程度が受け入れているが、その時期は「社会人になってから」。
- 表現したい性は「中性的」、好きになる人は「中性的」「セクシー」が多め。カミングアウト経験者は3割以下に留まる。
- 公的書類や保守的な価値観など、日常生活で不便を感じることも多い。
- また、「オープンにすると不利益があるかも？」という不安を抱えている。
- 「自分に自信を持っている」のスコアは高めだが、「自分は幸せだ」「自分らしく生きられている」などの満足度は全体的に低い。

Q. 表現したい性は？

中性的 51.3 %

女性的 19.5 %

男性的 19.5 %

流動的(フルイド) 17.3 %

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：清楚
- 3位：個性的
- 4位：スイート
- 5位：セクシー

【ヘア】

- 1位：ショート
- 2位：ミディアム
- 3位：ロング
- 4位：ツープロック
- 5位：マッシュ

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪なし
- 3位：前髪あり(ぱつん)

Q. 好きになる人の特徴/傾向は？

【性表現】

- 1位：中性的
- 2位：女性的
- 3位：流動的
- 4位：男性的

【ファッション】

- 1位：セクシー
- 2位：清楚
- 3位：ナチュラル
- 4位：ハンサム
- 5位：ストリート
- 6位：ギャル
- 7位：ボーイッシュ
- 8位：個性的

【髪型】

- 1位：ショート
- 2位：ミディアム
- 3位：ボブ
- 4位：ロング
- 5位：マッシュ

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪あり(ぱつん)
- 3位：前髪なし

【ヒゲ】

- 1位：ヒゲなし
- 2位：ヒゲあり

Q. 恋愛遍歴/恋人の有無

「好きな人」ができたことがある ... 58.6 %

セクマイ全体平均との差分 (-3.9pt)

「恋人・パートナー」ができたことある ... 49.7 %

セクマイ全体平均との差分 (-2.3pt)

現在、パートナーがいる ... 33.7 %

セクマイ全体平均との差分 (-7.3pt)

男女どちらかに当てはまらない/ 当てはめない性自認 (出生時の性：男性)

NONBINARY



【自分のセクシュアリティについて】

「わたし」が「セクシュアリティ」と向き合った道のり

Q.悩んだことがある

YES
と答えた割合 **63.3%**

セクマイ全体平均との差分 (+27.8pt)

Q.悩み始めた時期

1位：中学生	45.9%
2位：高校生	23.8%
3位：社会人	11.1%
4位：小学生	6.8%
4位：大学/短大/専門	6.8%

Q.深く考えたことがある

YES
と答えた割合 **69.1%**

セクマイ全体平均との差分 (+24.4pt)

Q.深く考え始めた時期

1位：中学生	34.6%
2位：高校生	21.8%
3位：小学生	19.5%
4位：大学/短大/専門	11.4%
5位：覚えていない	5.1%

Q.はっきりとした自覚

YES
と答えた割合 **50.4%**

セクマイ全体平均との差分 (+6.8pt)

Q.自覚した時期

1位：高校生	29.5%
2位：中学生	24.4%
3位：社会人	20.3%
4位：大学/短大/専門	16.9%
5位：小学生	8.9%

Q.受け入れている

YES
と答えた割合 **71.9%**

セクマイ全体平均との差分 (-1.5pt)

Q.受け入れた時期

1位：社会人	33.7%
2位：中学生	20.1%
3位：大学/短大/専門	16.6%
4位：高校生	16.2%
5位：覚えていない	9.9%

Q.自身のセクシュアリティを知る/受け入れるためにしたこと

- 1位 インターネットで情報を検索した ... **31.7%**
- 2位 特に何かをしたわけではないが、自然と気づき受け入れた ... **30.5%**
- 3位 恋人/パートナーをつかった ... **22.2%**
- 4位 SNSなどで、当事者と知り合った ... **12.6%**
- 5位 LGBTQ+イベントに参加した ... **11.1%**

Q.カミングアウトの有無

YES
と答えた割合 **27.0%**

セクマイ全体平均との差分 (-17.6pt)

Q.初カミングアウトの時期

1位：大学/短大/専門	23.1%
2位：社会人	22.6%
3位：高校生	22.4%
4位：中学生	18.0%

Q.カミングアウトのきっかけTOP5

1位：隠していることにストレスや苦しさを感じたから	31.6%
2位：相手とより深い関係を築きたかったから	23.1%
3位：特に明確な理由はなかった/自然な流れだった	22.6%
4位：相手を信頼できると感じたから	22.4%
5位：気づかれているかもしれないと感じ、不安だったから	18.5%

Q.カミングアウトしたことがある相手は？

1位：友人	58.9%
2位：家族	45.5%
3位：恋人・パートナー	36.7%
4位：SNSでオープン	18.5%

男女どちらかに当てはまらない/ 当てはめない性自認 (出生時の性：男性)

NONBINARY



【価値観・日々の生活について】

Q. 自己肯定/自己評価

自分は幸せだと思う
... **45.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (-19.9pt)

自分のことが好きだ
... **49.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (-1.4pt)

自分に自信を持っている
... **45.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+8.8pt)

現在の生活に満足している
... **46.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (-3.8pt)

人間関係に満足している
... **42.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (-10.9pt)

自分らしく生きられている
... **52.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (-10.6pt)

Q. 不便を感じる場面

公的書類（性別欄、名前の変更など）に
関する手続き **21.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+12.6pt)

（特に地方で）保守的な価値観
・閉鎖性を感じる **24.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+10.6pt)

共感できる商品・サービスが少なすぎる
19.7 %
セクマイ全体平均との差分 (+9.7pt)

Q. 不安を感じること

性的指向や性自認をオープンにすると、就職や
転職で不利益があるかもしれない **9.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.2pt)

高齢になると賃貸契約が通りにくくなるため、
住まいの確保が不安 **23.1 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.1pt)

性的指向や性自認をオープンにすると、職場や
学校で不利益があるかもしれない **9.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.8pt)

Q. あるあるだと思うもの

自分のことを説明しすぎると
「こだわりが強い」と言われる **15.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.7pt)

初対面の人に「見た目ではわからないね」
と言われる **11.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+0.9pt)

カミングアウトすると、必要以上に性的な
話題に関する質問をされる **14.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+0.5pt)



Q. セクシュアリティに対する価値観

「男女」「男らしさ・女らしさ」に
とらわれない社会がよいと思う **45.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+8.1pt)

「普通」とされる性のあり方に違和感を覚える **28.5 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.1pt)

性的マイノリティに対する社会の意識は、
ここ数年で変わってきたと感じる **32.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.0pt)

Q. 恋愛価値観

恋愛感情は性別に関係なく
生まれるものだと思う **41.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+8.0pt)

恋愛と友情の区別はあまり意識していない **21.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (+5.6pt)

恋愛よりも友情や仲間とのつながりを
大切にしたい **16.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+0.7pt)

Q. マイノリティ意識

“セクシュアリティ以外”の
マイノリティ意識がある **18.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.4pt)

男女どちらかに当てはまらない/ 当てはめない性自認 (出生時の性：男性)

NONBINARY



【文化・生活について】

Q. あったら安心できるものは？

- ・お客さんが干渉しない お店
- ・安心トイレ
- ・家の近くに交流スペースを作してほしい
- ・性別記入欄の廃止
- ・政治家に沢山のLBGTQの人がいれば

Q. うれしかった経験は？

- ・オンラインサロンでカミングアウトしてもバッシングされなかった
- ・誰かから何か言われたという言動や希望などではなく、そのことに対して基本的にスルーして触れないでおいでごく普通に接してもらえること。
- ・地元の中学校が今年から男女別の制服をやめ、ブレザーが基本となり、スラックス・スカート・ネクタイ・リボンの組み合わせを自由に選べるようになった。地元が変わってきたことに勇気づけられた。
- ・通う病院で性について少し話した時に担当の先生にどんな時でも自分らしく生きればいって励ましてくれた時

Q. ロールモデルになった人は？

- ・マツコ・デラックス
- ・レディー・ガガ
- ・井手上真
- ・美輪明宏

Q. 傷ついた経験は？

- ・あらゆる人々から髪型についてとやかく言われたこと
- ・学生時代に好きな女の子の話をして聞かれた時興味無いと言ったらゲイなのかと言われてとても不快な思いをした
- ・教師の男なら女に負けてはいけないという発言
- ・知り合いのMTFがトランプ政権下のアメリカで差別されている事を知った時。
- ・父の「男らしくしろ」

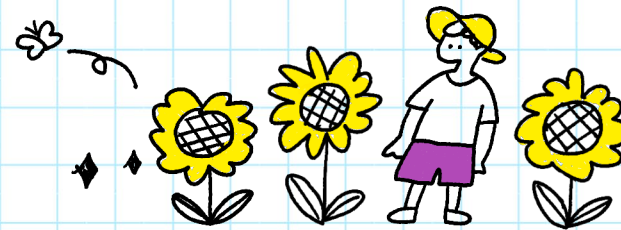
Q. セクシュアリティを受け入れるまでの体験談

男は男らしくなることが個人の成長だと家でも学校でも教えられて育ったが、努力してもそうならぬ自分がずっと嫌いだった。自己肯定感が低く自殺願望を抱くこともあった。結婚し子どもが出来、世間ではジェンダー多様性について徐々に理解が深まっていったと思うようになった。そこで、地元のLGBTQ+の当事者団体に接触し、話をするようになった。SNSで同じように自分の性に悩んだり受け入れたりといろんな人がいることも分かった。今では自分を否定する気持ちはあまり無くなり、性的指向も性自認も実は誰もがグラデーションではないかと思っている。二択で決められるほど人間の心は単純ではないと思う。

(石川県/66歳)

男女どちらかに当てはまらない/ 当てはめない性自認 (出生時の性：男性)

NONBINARY



【当事者の声】

Q. 自分のセクシュアリティについて 受け入れたきっかけ/出来事

自分と同じ悩みがある人がいることを知った
(大阪府 46歳)

自然と

(東京都 23歳)

学校の授業

(埼玉県 18歳)

理解してくれる人がいた (神奈川県 43歳)

地元のLGBTQ+の団体や当事者と話をするようになって
(石川県 66歳)

Q. 今のセクシュアリティで良かったこと

男性とも女性とも
分けり合える部分がある
(神奈川県 58歳)

人の多様性を受け入れられる。
他者に偏見を持ちにくい

(石川県 66歳)

恋愛対象となる相手が、異性愛者や同性愛者より多いので
出会う機会も多いこと

(大阪府 66歳)

Q. 自分のセクシュアリティについて知ってほしいこと

他人が自身の性自認について興味や関心がなくても頭ごなしに否定して欲しくないし「男性、女性だから」とどちらかに決めつけて欲しくないと思う。
(愛知県 31歳)

性別に違和感を持たれるかも知れないが、
中身は同じ人間と言う事を分かってほしい (大阪府 66歳)

男女どちらかに当てはまらない/当てはめない性自認 (出生時の性：女性) NONBINARY



ノンバイナリー

(出生時の性：女性)

258,712人 (推計人口)

人口の 0.3%



SUMMARY



- ・自分の性について、「小学生」~「中学生」にかけて深く考えたり悩んだりした経験者が多い。今は7割以上が受け入れているが、その時期は「社会人になってから」。
- ・表現したい性は「中性的」「ボーイッシュ」など、好きになる人は「中性的」「ナチュラル」などが多め。カミングアウト経験者は5割以上と多い。
- ・制服やトイレ、異性愛前提の会話、公的書類など、日常生活で不便を感じることも多い。
- ・また、「オープンにすると不利益があるかも？」という不安を抱えている。
- ・セクシュアリティ以外でマイノリティ意識がある人も26%と多い。恋愛経験は少なく、生活満足度も全体的にやや低め。

Q. 表現したい性は？

中性的 64.4 %

男性的 24.2 %

流動的(フルイド) 16.9 %

女性的 10.4 %

【ファッション】

- 1位：ボーイッシュ
- 2位：ナチュラル
- 3位：ストリート
- 4位：スポーティ
- 5位：シック

【ヘア】

- 1位：ショート
- 2位：ベリーショート
- 3位：ミディアム
- 4位：ウルフ
- 5位：ボブ

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪なし
- 3位：前髪あり(ぱつん)

Q. 好きになる人の特徴/傾向は？

【性表現】

- 1位：中性的
- 2位：女性的
- 3位：男性的
- 4位：流動的

【ファッション】

- 1位：ナチュラル
- 2位：清楚
- 3位：キュート
- 4位：ストリート
- 5位：ボーイッシュ
- 6位：モード
- 7位：個性的
- 8位：スポーティ

【髪型】

- 1位：ショート
- 2位：ミディアム
- 3位：ロング
- 4位：ボブ
- 5位：マッシュ

【前髪】

- 1位：前髪あり(流し/シースルー)
- 2位：前髪なし
- 3位：前髪あり(ぱつん)

【ヒゲ】

- 1位：ヒゲなし
- 2位：ヒゲあり

Q. 恋愛遍歴/恋人の有無

「好きな人」ができたことがある ... 56.8 %

セクマイ全体平均との差分 (-5.8pt)

「恋人・パートナー」ができたことある ... 45.4 %

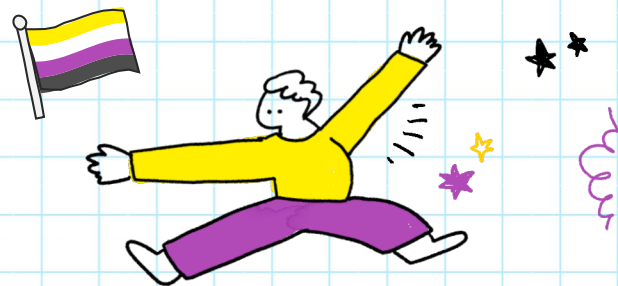
セクマイ全体平均との差分 (-6.6pt)

現在、パートナーがいる ... 35.9 %

セクマイ全体平均との差分 (-5.1pt)

男女どちらかに当てはまらない/ 当てはめない性自認 (出生時の性：女性)

NONBINARY



【自分のセクシュアリティについて】

「わたし」が「セクシュアリティ」と向き合った道のり

0.悩んだことがある

YES
と答えた割合

60.0%

セクマイ全体平均との差分 (+24.6pt)

0.悩み始めた時期

1位：中学生	28.4%
2位：小学生	23.7%
3位：高校生	15.6%
4位：社会人	11.6%
5位：覚えていない	9.1%

0.深く考えたことがある

YES
と答えた割合

70.2%

セクマイ全体平均との差分 (+25.5pt)

0.深く考え始めた時期

1位：中学生	31.0%
2位：小学生	17.7%
3位：社会人	15.9%
4位：高校生	15.1%
5位：覚えていない	9.3%

0.はっきりとした自覚

YES
と答えた割合

46.8%

セクマイ全体平均との差分 (+3.2pt)

0.自覚した時期

1位：社会人	35.3%
2位：高校生	20.9%
3位：中学生	12.5%
4位：覚えていない	10.6%
5位：大学/短大/専門	10.5%

0.受け入れている

YES
と答えた割合

75.1%

セクマイ全体平均との差分 (+1.7pt)

0.受け入れた時期

1位：社会人	36.2%
2位：覚えていない	17.8%
3位：高校生	16.8%
4位：大学/短大/専門	11.8%
5位：中学生	8.9%

0.自身のセクシュアリティを知る/受け入れるためにしたこと

- 1位 インターネットで情報を検索した
... 39.1%
- 2位 特に何かをしたわけではないが、自然と気づき受け入れた
... 33.5%
- 3位 友人に気持ちを話した/相談した
... 17.2%
- 4位 SNSなどで、当事者と知り合った
... 13.8%
- 5位 自分の気持ちを文章にまとめたり、日記を書いたりした
... 11.9%

0.カミングアウトの有無

YES
と答えた割合

56.1%

セクマイ全体平均との差分 (+11.5pt)

0.初カミングアウトの時期

1位：社会人	35.7%
2位：高校生	18.4%
3位：大学/短大/専門	17.5%
4位：中学生	16.8%

0.カミングアウトのきっかけ TOP5

1位：自分のことを正直に伝えたいと思ったから	37.3%
2位：相手を信頼できると感じたから	34.1%
3位：隠していることにストレスや苦しさを感じたから	24.5%
4位：いずれ伝える必要があると感じていたから	24.0%
5位：偶然、会話の流れで話すことになったから	16.3%

0.カミングアウトしたことある相手は？

1位：友人	72.0%
2位：家族	51.0%
3位：恋人・パートナー	27.2%
4位：職場の同僚	13.9%
5位：SNSでオープン	13.3%

男女どちらかに当てはまらない/ 当てはめない性自認 (出生時の性：女性)

NONBINARY



【価値観・日々の生活について】

Q. 自己肯定/自己評価

自分は幸せだと思う
... **61.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (-3.9pt)

自分のことが好きだ
... **40.9 %**
セクマイ全体平均との差分 (-9.4pt)

自分に自信を持っている
... **31.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (-6.1pt)

現在の生活に満足している
... **47.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (-2.9pt)

人間関係に満足している
... **56.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+2.8pt)

自分らしく生きられている
... **66.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+3.0pt)

Q. 不便を感じる場面

学校や職場での性別に基づく制服
・更衣室・トイレの利用 **25.0 %**
セクマイ全体平均との差分 (+15.5pt)

日常的な会話の中での「異性愛前提」や
「性別前提」への違和感 **39.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+13.8pt)

公的書類（性別欄、名前の変更など）に
関する手続き **21.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (+12.2pt)

Q. 不安を感じること

性的指向や性自認をオープンにすると、職場や
学校で不利益があるかもしれない **12.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+7.1pt)

性的指向や性自認をオープンにすると、就職や
転職で不利益があるかもしれない **11.4 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.7pt)

大きな病気になったとき、
身近に頼れる人がいない不安 **30.1 %**
セクマイ全体平均との差分 (+4.3pt)

Q. あるあるだと思うもの

異性愛前提の話題に無言でやり過ごすことが多い **36.1 %**
セクマイ全体平均との差分 (+10.5pt)

「最近そういう人多いよね」と言われて
モヤモヤする **28.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+10.4pt)

「一度異性と付き合えば変わるよ」と
言われたことがある **18.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+6.4pt)

Q. セクシュアリティに対する価値観

「普通」とされる性のあり方に違和感を覚える **41.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+19.3pt)

「男女」「男らしさ・女らしさ」にとらわれない
社会がよいと思う **54.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+17.7pt)

自分のセクシュアリティは自分で
決めるものだと思う **49.6 %**
セクマイ全体平均との差分 (+16.3pt)

Q. 恋愛価値観

恋愛は人生において必須ではないと思う **43.7 %**
セクマイ全体平均との差分 (+12.0pt)

恋愛や結婚は人生の中で
さほど重要ではないと思う **33.8 %**
セクマイ全体平均との差分 (+11.4pt)

恋愛感情は性別に関係なく生まれるものだと思う **42.3 %**
セクマイ全体平均との差分 (+8.8pt)

Q. マイノリティ意識

“セクシュアリティ以外”の
マイノリティ意識がある **26.2 %**
セクマイ全体平均との差分 (+11.1pt)

男女どちらかに当てはまらない/ 当てはめない性自認 (出生時の性：女性)

NONBINARY



【文化・生活について】

Q. 映画やドラマでのマイノリティの描かれ方、どう感じる？

- ・「性別を超えた～」「ただのBL/レズではない」など、普通ではないものとして扱われている印象がある
- ・性的マイノリティの作品が増えるとそれに対してアレルギー反応を起こす人が増えるのではと危惧している
- ・普通の生活している人としての側面の描写が疎かになりがち

Q. 日常生活でどんなハードルがある？

- ・トイレ、更衣室はじめ、性別ごとに分けられるスペースそのもの。公的書類に限らず、性別欄。
- ・パートナーシップをしたパートナーがいるが、やはり住民票に記載されない、家族という保証がない事で扶養が必要になってもパートナーを入れられない不安を感じる。
- ・一人称がインフォーマルな場でも「俺」は許されにくい

Q. あったら安心できるものは？

- ・ジェンダーレストイレ
- ・ユニセックスの制服・礼服
- ・手術をしやすくする
- ・性別の記入をしなくて良い
- ・同性婚

Q. ロールモデルになった人は？

- ・kemio
- ・宇多田ヒカル
- ・ゆきむら。
- ・最上もが

Q. うれしかった経験は？

- ・カミングアウトをしたとき、自然に受け入れて貰えた
- ・ボーイッシュだった頃友達から「格好良いね」と言われた時
- ・主治医の先生に「多分真ん中なんだねー。別に変なことじゃないよ」と言われた
- ・母がややこしい私の性的趣向や、性別をすんなり受け入れてくれた
- ・恋人の、「あなたがその性では無かったら出会えなかったかもしれない」という言葉。

Q. 傷ついた経験は？

- ・カミングアウトしたときに思春期の一時的なものだと断定された
- ・クラスのひとがLGBTQに人を馬鹿にするような発言を聞いた時
- ・家族に女のくせにといわれたとき
- ・家族に女の子らしくするように言われた
- ・友人から化粧もしないでみっともないと言われた
- ・友人や職場の人からの、彼氏いる？という言葉



男女どちらかに当てはまらない/ 当てはめない性自認 (出生時の性：女性)

NONBINARY



【当事者の声】

Q. 自分のセクシュアリティについて 受け入れたきっかけ/出来事

自分以外にもノンバイナリーの人がいる
知ったとき (東京都 38歳)

自然と

(京都府 18歳)

大学の講義

(新潟県 19歳)

親友にあなたはあなただからと言われた時
(埼玉県 36歳)

彼氏ができて自分自身の性自認は変わらなかったこと
(茨城県 51歳)

Q. 今のセクシュアリティで良かったこと

どこにも当てはまらない
自分自身を目指せるような
気がする (北海道 31歳)

ファッションが多彩に楽しめる
(奈良県 32歳)

様々な恋愛を描いた(異性愛・同性愛に限らず)作品に、
それぞれ感情移入しながら読めること (東京都 21歳)

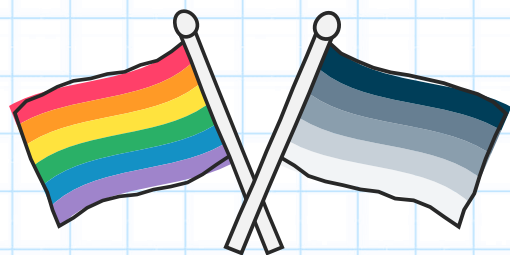
Q. 自分のセクシュアリティについて知ってほしいこと

私のことは気にせず恋愛の話もしていいが、私に意見を求めないで欲しい。
同じ立場から言えることはないの、がっかりさせたくない

(東京都 21歳)

女性、男性、どちらかの型に押し込まれるのは嫌
だし、強要されたくない。子供を作るかどうかを
期待されたくない (東京都 30歳)

性別は男性、女性の2つだけ
ではないこと。恋愛することが
当たり前ではないこと
(栃木県 23歳)



LGBTQ+と一言にいても、そのあり方や向き合う課題は千差万別。
各セクシュアリティごとに調査してみると、それぞれの違いが見えてきました。
自分自身や友人、パートナー、周囲の人など、
このレポートがそれぞれのセクシュアリティへの理解が
深まる一助になれば嬉しいです。



それでは最後に、セクシュアルマイノリティ全体（LGBTQ+）と、
マジョリティ(シスジェンダー/異性愛者)について見ていきましょう。

セクシュアルマイノリティと マジョリティ

MINORITY & MAJORITY

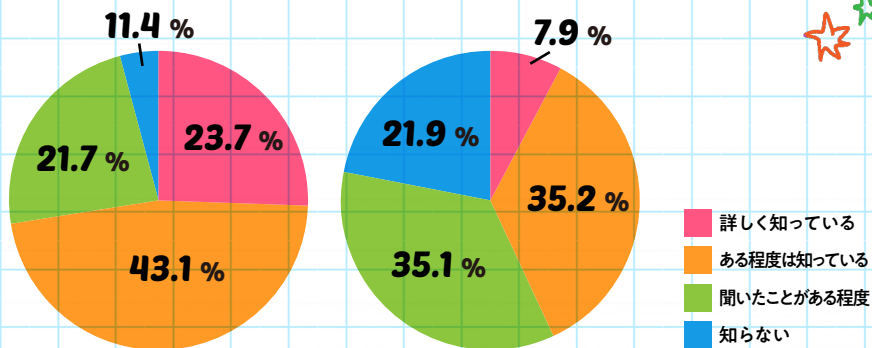


SUMMARY



- ・性的マジョリティの 80% 以上が「知り得る範囲で自分の周囲に当事者がいない」と答える一方で、性的マイノリティ／当事者では 50% 以上が自分の周囲にいると回答。当事者以外に開示する難しさや、性的マジョリティ側からの見えづらさが窺える。
- ・性的マジョリティでは、自身のセクシュアリティについて深く考えた経験が 10% にも満たないのに対して、性的マイノリティ／当事者では 40% 以上にのぼる。社会規範がマジョリティをベースに構築されているため、相対的にマイノリティは自身について考えることが多い傾向に。
- ・性的マジョリティでは、小学生までに自身のセクシュアリティをはっきり自覚している人が多いが、性的マイノリティ／当事者では中学生以降に自覚する人が多く、社会人になってからというケースもある。

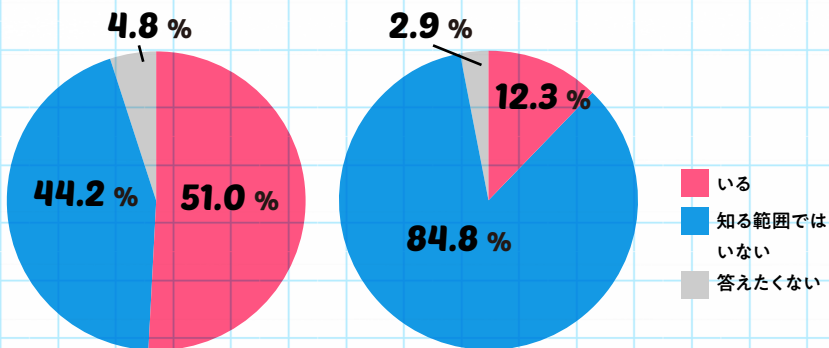
Q. 「セクシュアリティ」という言葉を知っていますか？



マイノリティ

マジョリティ

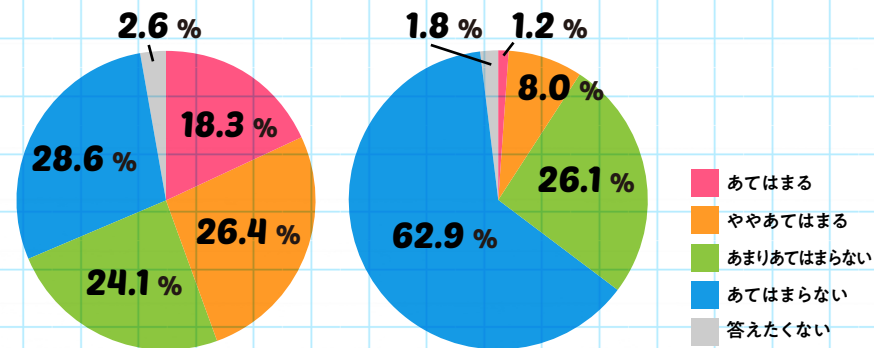
Q. あなたの周囲にLGBTQ+の人はいますか？



マイノリティ

マジョリティ

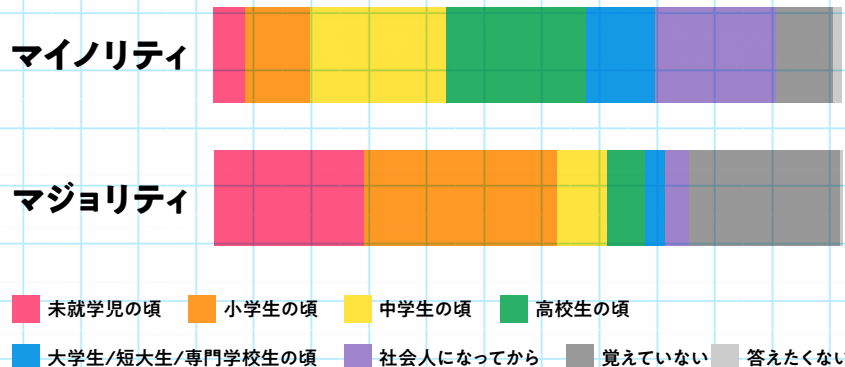
Q. 自分のセクシュアリティについて深く考えたことがありますか？



マイノリティ

マジョリティ

Q. 自分のセクシュアリティをはっきりと自覚したのはいつですか？



未就学児の頃 小学生の頃 中学生の頃 高校生の頃
大学生/短大生/専門学校生の頃 社会人になってから 覚えていない 答えたくない

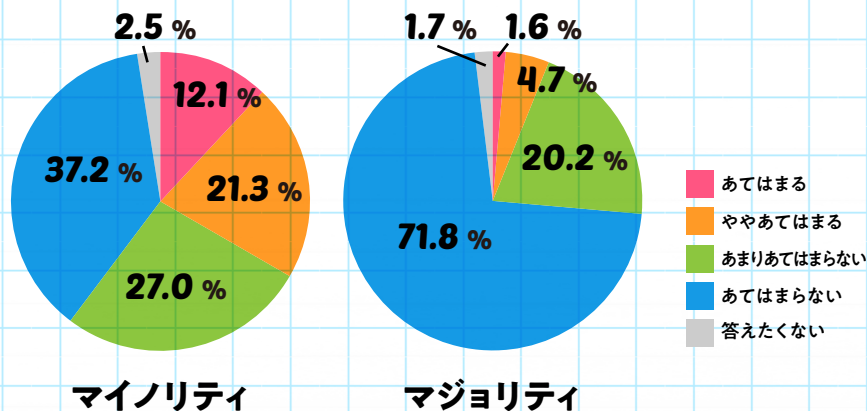
セクシュアルマイノリティと マジョリティ

MINORITY & MAJORITY

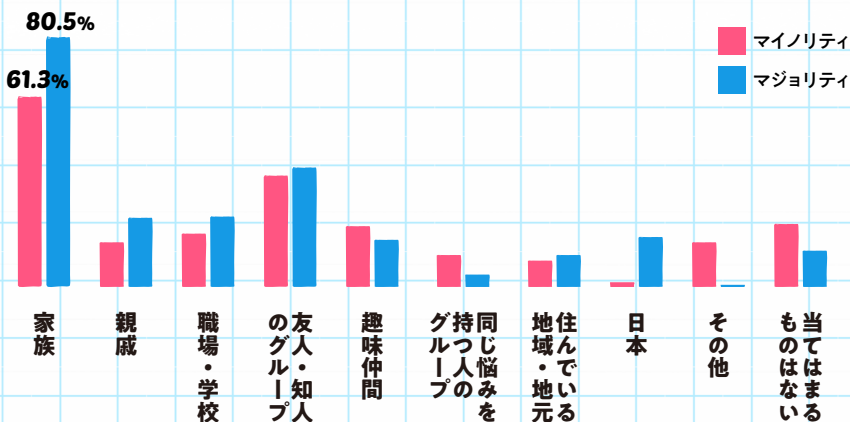
SUMMARY

- ・性的マジョリティのうち、自分のセクシュアリティが今後変わる可能性があると感じているのは6%程度で、大多数はその可能性すらないと思っている。一方、性的マイノリティ/当事者では、3割以上がその可能性があると感じている。
- ・帰属意識（一員/仲間だと感じるもの）について、マジョリティ/マイノリティともに「家族」が最も多いが、マジョリティが8割以上のスコアなのに対して、マイノリティは6割程度に留まる。家族との関係性に悩みを抱えている当事者も多いことが窺える。
- ・性的マジョリティに比べて、性的マイノリティ/当事者は「病気になる際に頼れる人がいない」「高齢になった際の賃貸住宅の確保」などで不安を感じている人が多い。また「性的指向や性自認をオープンにすると不利益があるかも？」など、マイノリティ特有の不安も抱えている。

Q. 自分のセクシュアリティは今後変わる可能性がありますか？



Q. あなたが「その一員/仲間」だと思うものは？



Q. あなたが不安を感じることは？

配偶者/パートナーとの関係がいつまで続けられるか不安	マジョリティとの差分 1.4 pt
結婚ができないかもしれない不安	マジョリティとの差分 1.7 pt
子どもを持てないかもしれない不安	マジョリティとの差分 1.1 pt
大きな病気になったとき、身近に頼れる人がいない不安	マジョリティとの差分 5.7 pt
老後、最期の時を一人で迎えることになるかもしれない不安	マジョリティとの差分 2.6 pt
高齢になると賃貸契約が通りにくくなるため住まいの確保が不安	マジョリティとの差分 4.8 pt

【他にマイノリティが不安に感じていること】

- 性的指向や性自認をオープンにすると、就職や転職で不利益があるかもしれない
- 性的指向や性自認をオープンにすると、職場や学校で不利益があるかもしれない
- 賃貸住宅に住む際、同性カップルだと入居が断られるかもしれない
- パートナーとの関係を、親族に認められないかもしれない
- 災害時や事故の際に「家族ではない」と判断されて、パートナーの安否確認や支援が遅れる
- 入院時に「家族ではない」と判断されて、パートナーの手術同意ができない
- 同性パートナーの間では、相続権や配偶者控除が認められない
- 同性カップルでは法的に共同親になれない（特別養子縁組ができない）