



ひろげよう！ソジトモの輪っ！

#個人用 #レベル1 #ソジトモルーキー

ソジトモドリル  
レベル1

# ソジトモになろう！



あなたは女性ですか？男性ですか？

性別は生まれたときのからだで決まるんじゃないの？



性の要素は、それだけではないんです  
ソジー (SOGIE) という言葉を知っていますか？



## ソジーってなに？ ソジトモってなんのこと？

誰もが持っている、性の要素のことをソジーとい  
います。ソジーは多様で、ひとりひとり違  
います。

自分のソジーも、みんなのソジーも大切にでき  
る人のことを、あかしでは「ソジトモ」と呼んで  
います。

あなたもぜひ、ソジトモになってね！



まず、はじめに  
ソジーってなんだろう？  
順番に説明していくよ！

→  
つぎのページへ

ソジトモになると、オリジナルの  
ソジトモバッチがもらえるよ！  
ドリルが終わったら応募しよう！



ソジトモバッチ

# ステップ1 ソジー (SOGIE) について知ろう！



性別には、生まれた時のからだの特徴のほかに、大切な3つの要素があります。この性の要素のことを、英語の頭文字を取って、ソジー (SOGIE) といいます。



## ◆ 自分がどんな性別だと感じるか (Gender Identity じえんだーあいいでんてい)

- Q** からだが女性だったら、自分は女性だと思うんじゃないの？
- A** 自分の性別をどう思うかはその人によって違います。
- わたしはおんなのこ
- ぼくは男性です  
女の子として  
生まれました
- からだは男だけど  
わたしは女です
- 男でも女でも  
ありません

## ◆ どんな性別をあらわすか (Gender Expression じえんだーえくすぷれっしょん)

- Q** 男だけど、服はピンクがかわいいなあって思うんだ。変かな？
- A** どんな服を着て、どんな髪形をするか。自分を何と呼ぶか。それらはあなたらしさの表現です。
- 

## ◆ どんな性別の人を好きになるか (Sexual Orientation せくしゅあるおりえんてーしょん)

- Q** 男の人は女の子を好きになるんじゃないの？
- A** 異性を好きになる人も、同性を好きになる人も、男の人も女の子も好きになる人も、誰も好きにならない人もいます。
- わたしたち  
女の子どうしの  
カップル！
- あかしで  
くらしています
- わたしは  
だれかを好きになる感じが  
わからないです



どんなソジーの人も大切な存在です  
お互いのソジーを大切にしようね！



# ステップ2 自分のソジ-を考えよう!

ソジ-はすべての人が持っている要素で、ひとりひとり違っていています。そして、女性・男性とはっきりと分けられるものではありません。あなたのソジ-がどのあたりなのか、下の「ソジ-のものさし」にするしをつけながら考えてみましょう。(まわりの人に見られたくないときは、ひとりきりになれる場所でやってくださいね)

## ◆ あなたのソジ-を考えてみよう! - ソジ-のものさし -

**おもう感じる** (かん 感じる)

自分(じぶん)は...

- 0 → 100
- → おんなである
- → おとこである
- → そのほか

**あらわす**

- → 「おんならしさ」
- → 「おとこらしさ」
- → そのほか

**からだ**

- → おんな
- → おとこ

※からだの発達(はったつ)はひとそれぞれ

**好きになる** (す)

- → おんなを
- → おとこを
- → そのほか

**好きになる性** (す)

Sexual Orientation

どんな性別(せいべつ)の人(ひと)を好きになるか・ならないか

**思う・感じる性** (おも かん 感じる)

Gender Identity

自分がどんな性別(せいべつ)だと感じるか

**あらわす性** (せい)

Gender Expression

どんな服(ふく)を着(き)て、どんな髪形(かみがた)をするか、自分を何(なん)と呼ぶ(よ)か (わたし・ぼく・おれ...) など

**からだの性** (せい)



**あらわす**

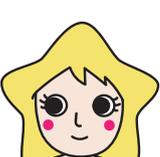
- → 「おんならしさ」
- → 「おとこらしさ」
- → そのほか

スカートははかないなあ

**好きになる**

- → おんなを
- → おとこを
- → そのほか

好きになるのはおとこ男の子(おとこ 男の子)です




ぼく(ぼあい)の場合はこんな感じ(かん)です

**おもう感じる**

- → おんなである
- → おとこである
- → そのほか

**あらわす**

- → 「おんならしさ」
- → 「おとこらしさ」
- → そのほか

**からだ**

- → おんな
- → おとこ

**好きになる**

- → おんなを
- → おとこを
- → そのほか



## ステップ3 確認クイズをやってみよう！

- Q1 「思う・感じる性」は、かならず「女」か「男」のどちらかにあてはまる。
- Q2 「あらわす性」は、かならず「思う・感じる性」と一致している。
- Q3 誰も好きにならない人もいる。
- Q4 ソジー (SOGIE) は一部の人だけに関係することで、多くの人には関係ない。
- Q5 ソジー (SOGIE) が多くの人と違っていても、おかしいことではない。

こたえ：Q1 × Q2 × Q3 ○ Q4 × Q5 ○

## ステップ4 ソジトモリクエストを送ろう！

おつかれさまでした！ソジー (SOGIE) が身近になりましたか？  
最後にQRコードを読み取って、ソジトモリクエストを送ってください。



フォームからの送信ができないときは、「キ  
リトリ線」より下に記入して、SDGs推進  
室まで郵送またはFAXで送ってくださ  
い。受付ののち、バッチを郵送します。直  
接お持ちいただいた場合は、そのときにお  
渡しします。

あなたも  
ソジトモだね！



あてなラベル →  
切り取ってお使いください

【送り先・お問い合わせ先】

電話：078-918-6056 FAX：078-918-5294

〒673-8686

明石市中崎 1-5-1 明石市役所本庁舎 4階

明石市政策局 SDGs推進室

LGBTQ+/SOGIE 施策担当

ソジトモリクエスト係

### キリトリ線

### ソジトモリクエスト(レベル1)

ステップ1～3で学びましたか？ (○をつけてください)

→ はい ・ いいえ

☆ おなまえ (ニックネーム可)：

☆ 明石市とのつながり： 在住 在勤 在学

☆ 電話番号：

☆ バッチの郵送を希望される方は、必ず右のボック  
スに送付先の住所とお名前をお書きください

☆ ご記入いただいた送付先に、今後ソジトモに関す  
るイベントやセミナーなどの案内をお送りしても  
よろしいですか？

→ はい ・ いいえ

〒

(送付先住所)

(なまえ)

様