



ひろげよう！ソジトモの輪っ！

ソジトモドリル
レベル 1

ソジトモになろう！

Q 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の特徴で決まるんじゃないの？



そういうわけではないんです。性の要素は、それだけではありません。
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
ソジトモバッジがもらえるよ！
ドリルが終わったら応募しよう！



ソジトモバッジ

明 石 市

ステップ1 ソジー (SOGIE) について知ろう！



生まれた時のからだの特徴のほかに、大切な3つの性の要素があります。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。



自分はどうな性だと思うか (Gender Identity じえんだー あいでんてい)

Q からだの特徴が女性だったら、自分は女性だと思うんじゃないの？



わたしはおんなのこ



ぼくは男性です
おんなのこ
女の子として
生まれました

A 自分の性別をどう思うかはその人によって違います。



わたしは女です
生まれたときは
男の子でした

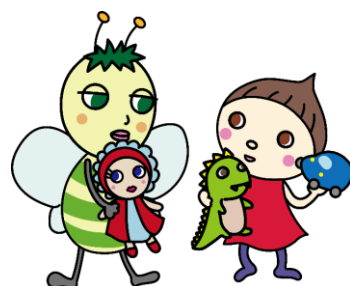


男でも女でも
ありません

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

Q 男だけど、ピンクの服が着たいなあって思うんだ。変かな？

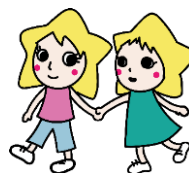
A ぜんぜん変じゃないですよ。どんな服を着るか。どんな髪形をするか。自分を何と呼ぶか。それらはあなたらしさの表現です。



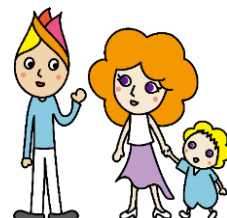
どんな性の人を好きになるか (Sexual Orientation せくしゅある おりえんてーしょん)

Q 男の人は女の人を好きになるんじゃないの？

A そういう人が多いですが、同性を好きになる人も、男の人も女の人も好きになる人も、恋愛として誰も好きにならない人もいます。



わたしたち
おんなのこ
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。
みんなのソジーを大切にしようね！

は～い！

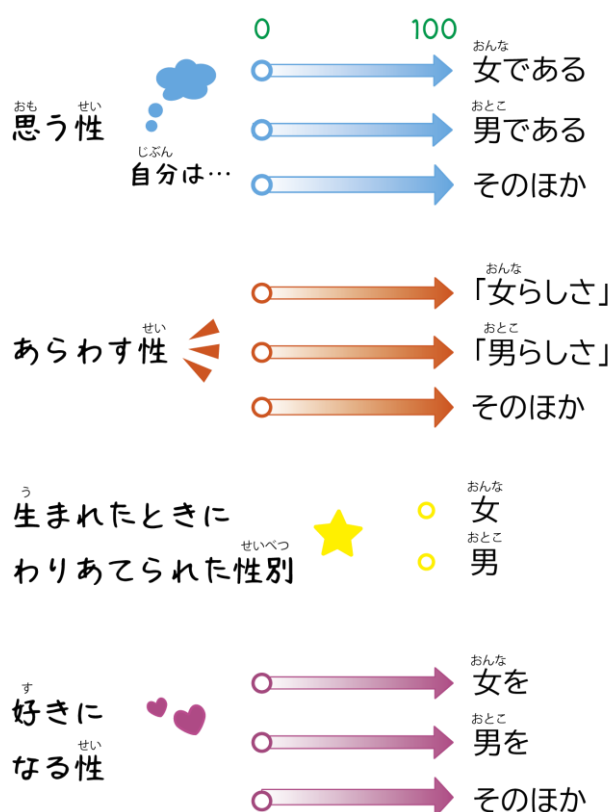


ステップ2 自分のソジーを考えよう！

ソジーはすべての人が持っている性の要素で、ひとりひとり違います。そして、女性・男性と二つに分けられるものではありません。あなたのソジーがどのあたりなのか、下の「ソジーのものさし」にの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)

あなたのソジーを考えてみよう！ - ソジーのものさし -



Sexual Orientation (sexual orientation)

好きになる性 (すきになる せい)

どんな性別の人を好きになるか・ならないか (どんな せいべつ のひと を すきになるか・ならないか)

Gender Identity (gender identity)

自分の思う性 (じぶん おもう せい)

自分のことを女だと思う / 男だと思う / どちらでもある / どちらでもない など (じぶん のこと を 女だと思 う / 男だと思 う / どち らでもある / どち らでもない など)

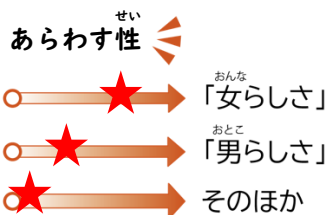
Gender Expression (gender expression)

あらわす性 (あらわす せい)

どんな服を着て、どんな髪型をするか、自分を何と呼ぶか (わたし・ぼく・おれ…) など (どんな ふく を 着て、どんな かみがた を するか、自分 を 何と 呼ぶか (わたし・ぼく・おれ…) など)

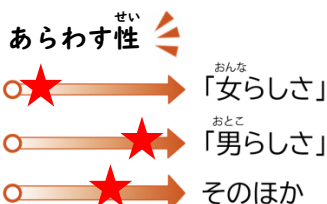
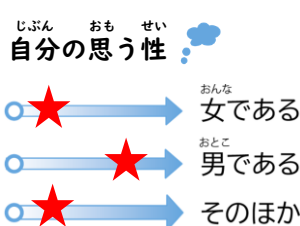
例

スカートは
はかないなあ



好きになるのは
男の子です

ぼくの場合はこんな感じです



生まれたときに (うまれたとき)

わりあてられた性別 (わりあてられた せいべつ)

女 (おんな 女)

男 (おとこ 男)



ステップ3 確認クイズをやってみよう！

- Q1 「自分の思う性」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「自分の思う性」と一致している。
- Q3 恋愛として、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！

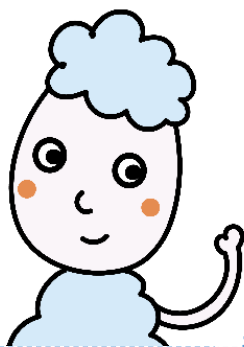
おつかれさまでした！ソジー(SOGIE)のことがよくわかりましたか？これであなたもソジトモです！
最後にソジトモリクエストを送ってください。フォームからの送信ができないときは、「キトリ線」より下に記入して、LGBTQ+/SOGIE施策担当まで郵送またはFAXで送ってください。
受付ののち、バッジを郵送します。直接お持ちいただいた場合は、そのときにお渡します。

リクエストは
こちらから



これであなたも
ソジトモだね！

あて名ラベル
切り取って
お使いください。



【送り先・お問い合わせ先】

でんわ 電話：078-918-6056 FAX：078-918-5617

〒 673-8686
明石市中崎 1-5-1
明石市インクルーシブ推進課
LGBTQ+/SOGIE 施策担当
ソジトモリクエスト係

2025.03 改訂

キトリ線

ソジトモリクエスト(レベル1)

- 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：
- バッジ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

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

(送付先住所)
〒

(なまえ)

様