

スクールカウンセラー便り 10

2026年2月

生徒のみなさん、保護者のみなさんへ

こんにちは。スクールカウンセラー浅田です。一段と寒さが厳しくなり、朝起きるのがつらい季節になってきましたね。外に出るのもおっくうな気温ですが、試験やイベントなども多くなる忙しい時期、体調を整えてがんばっていきましょう。

今回も引き続き LGBTQ+についてお伝えします。LGBTQ+を身近な問題として自分がどう対応していくかということが今回のテーマです。

今月のテーマ：LGBTQ+は社会的な問題です

● 「LGBTQ+が身近にいない？それ、ほぼありません。」（「アライアクションガイド2025-2026」より）

10人に1人がLGBTQ+なら、身近に一人もいないことはほぼありえないはず。「LGBTQ+であると伝えてくれている人は身近にいない」かもしれません、周りの人の中に「いるかもしれない」と考えて、自分の言動を見直していくことが大事です。

LGBTQ+当事者のうち約半数（47.2%）が、不安や生きにくさを感じているという調査結果も出ています。LGBTQ+にまつわる問題は、自分を含めて社会全体が取り組むべきものであるととらえ、自分にできることを考えていきましょう。

● 異性愛前提の会話を控え、性を決めつけない言葉づかいを心がけよう

恋愛の話になったとき、相手が異性愛者だという前提で話すと、つらい思いをする人がいるかもしれません。そうでない人もいること、恋愛感情や性的欲求を抱かない性のあり方の人がいることも想定しておきましょう。また、性別を限定する言葉づかいが、相手に違和感や否定されたような気持ちを持たせることもあります。恋愛の話をしてはいけないということではないし、性別にかかわる言葉を使うこともあるでしょうが、大切なことは、あくまで最初に決めつけないことです。

世界の中で、日本はまだまだ LGBTQ+に対する意識や具体的な取り組みは遅れています。誰もが自由に自分を表現し、心地よく自身の性を生きていける社会になるよう、私たちも LGBTQ+に対する意識を高め、想像力を働かせながら、できることをしていきましょう。

相談室開室時間 毎週金曜日 9時半～17時半

相談の予約をしたい場合は、スクールカウンセラーか担任の先生などに希望時間を伝えてください。 * 倦休みは相談室を開放する予定です。

♪気軽に声をかけてください



ちょっと話をしたい、相談したいなど、どんなことでも気軽に声をかけてください。静かな部屋でしばらく時間を過ごしたいということでもかまいません。

相談室には、将棋盤などのゲーム、絵具、紙粘土などもあるので、気分転換したい、なにかを創りたいときなどにもどうぞ。