LGBTQ+
調査2023
LGBTQ+ RESEARCH 2023

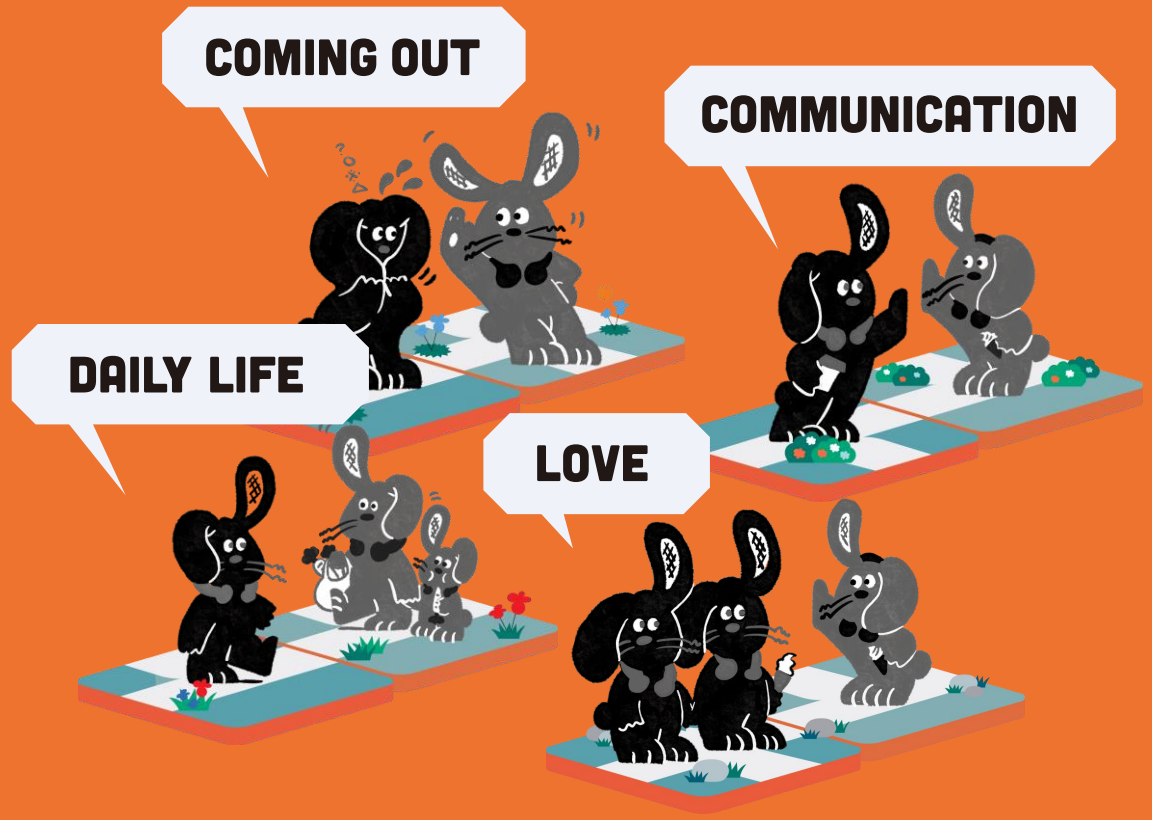
実はずっと聞いてみたかったこと






©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

実はずっと
聞いてみたかったこと



もし LGBTQ+ であると
カミングアウトを受けたら、
ありのまま受け入れたい。

84.6%の方が、そう回答しました。
LGBTQ+ の人も、そうでない人も、
それぞれの心の中で、考えていることがある。
でも、互いに直接、
本音を聞いたり、話したりする機会は、
十分にあったとは言えません。

だから今年は、一人ひとりの気持ちを集めた
「実はずっと聞いてみたかったこと」を制作しました。

4 つのテーマで紐解いた、たくさんの心の声が、
あなたと大切な誰かとの
歩み寄りのきっかけとなりますように。

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

誤った解釈や不必要な争いを生まない為に

事前に知ってほしいこと・守ってほしいこと



1. 本レポートは「LGBTQ+調査2023」の結果を活用したものであり、
   あくまでも全体の傾向を把握することを目的としたものであるということ
2. 本レポートは当事者/非当事者が、お互いをよりよく理解し合うためのものであり、
   それぞれへの不適切な言葉遣いや敬意なく接することを助長するものではないということ
3. 本レポートを用いて誰かを傷つけたり、価値観を押し付けるような行為をしない(助長しない)こと

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

COMING OUT

- カミングアウトをする / 受けることについて -1
- カミングアウトをする / 受けることについて -2
- カミングアウトをしていない場合の悩み
- カミングアウトへのプレッシャー



©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

COMING OUT

カミングアウトをする / 受けることについて -1

カミングアウトしないことで辛いことも多いが
カミングアウトすることで、
悪い方向に関係性が変わってしまうかもしれない
という怖さを感じてしまう。(30代当事者)

打ち明けてくれた気持ちを素直に受け止めて、
その後もこれまでと特に変わらず接したいと思う。
もし困っていることがあるなら教えてほしいし
力になりたいと思う。(30代非当事者)



当事者層

職場や学校などで
自分が性的マイノリティーだと
**カミングアウトしたら
居づらくなると思う**

48.6%

L層35.0%/G層60.0%/B層59.3%/T層43.0%/Q+層43.2%

非当事者層

職場や学校などの仲間から
LGBTQ+などの性的マイノリティーであることを
カミングアウトされたときは
**ありのまま
受け入れたいと思う**

84.6%

掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

COMING OUT

カミングアウトをする / 受けることについて -2

同性が恋愛対象なので同性で仲の良い友人ほど伝えにくい。理解するまでに時間がかかるかもしれないし、今まで通りの関係性でいたいけど相手に過度に意識される心配もあり言いにくい。（20代当事者）

自分だったらとても勇気がいることだと思うし誰にでも話せることではないので信頼してくれてるんだなと思う。（20代非当事者）



当事者層

友人・知人に自分が性的マイノリティーだとカミングアウトしたら

重荷に感じるのではないかと思う

43.3%

L層31.7%/G層43.4%/B層49.5%/T層37.8%/Q+層44.1%

非当事者層

友人・知人からカミングアウトをしてもらえることは

信頼されていると感じて嬉しい

77.7%

掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

COMING OUT

カミングアウトをしていない場合の悩み

プライベートな話を「嘘」で
語らなければいけないので、
とても居心地が悪く、
その場をやり過ごすことに必死。（30代当事者）



環境によって色々あるとは思うので
無責任に自分らしくすればいいとは言えないが
無理をせず素直な気持ちでいられるように
関わっていきたい。（30代非当事者）

当事者層

カミングアウトできていない職場や学校などでは、
うまく意見を言えなかったり、
自分を出せないことがある

36.1%

L層32.5%/G層37.5%/B層36.2%/T層33.3%/Q+層37.2%

非当事者層

LGBTQ+などの性的マイノリティーの
職場や学校の仲間にも、
自分らしくいてほしいと思う

84.5%

掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

COMING OUT

カミングアウトへのプレッシャー

本当の気持ちや人間関係を
偽って伝えることが多いので、
自分だけ周りの人と向き合えていないような
ネガティブな気持ちになることもある。
（30代当事者）

周りの人ではなく本人がどうしたいか、
というのがとても大切だと思う。
周りがとやかく言うことではないし
対応できない環境が変わるべきだと思う。
（40代非当事者）



当事者層

職場や学校の仲間には
カミングアウトしなければ、という
プレッシャーを感じる

16.1%

L層17.7%/G層20.9%/B層11.2%/T層19.4%/Q+層15.1%

非当事者層

職場や学校でカミングアウトするかどうかは、
本人の意思が尊重されるべきだと思う

87.6%

掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

COMMUNICATION

- 意図せず傷つけてしまったとき
- 当事者との会話で意識すること
- 性自認や性的指向の悩みを相談するか
- 人間関係における性のあり方



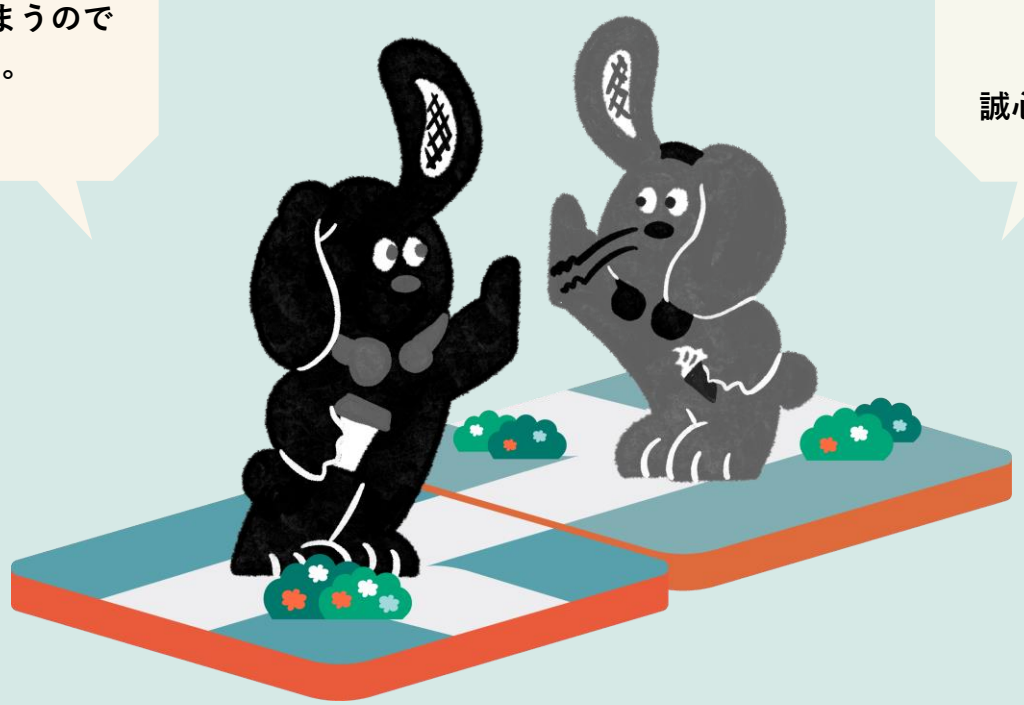
©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

COMMUNICATION

意図せず傷つけてしまったとき

偏見や差別意識が見えると
接する度に心が傷つくのではと思ってしまうので
距離を置きたいと感じることもある。
（30代当事者）

傷つくことをもし言っていたら教えてほしい。
気づかせてもらえることはありがたいし、
傷つけてしまった相手にも
誠心誠意謝って次から直したい。（40代非当事者）



当事者層

自分の性自認や性的指向に関して
失礼だと感じることを言われたら、
その人に悪気がなかったとしても
距離を置いてしまう

48.9%

L層33.0%/G層51.8%/B層66.7%/T層40.0%/Q+層44.9%

非当事者層

LGBTQ+の当事者を
傷つけるようなことを言っていたら、
教えてほしいと思う

78.4%

掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

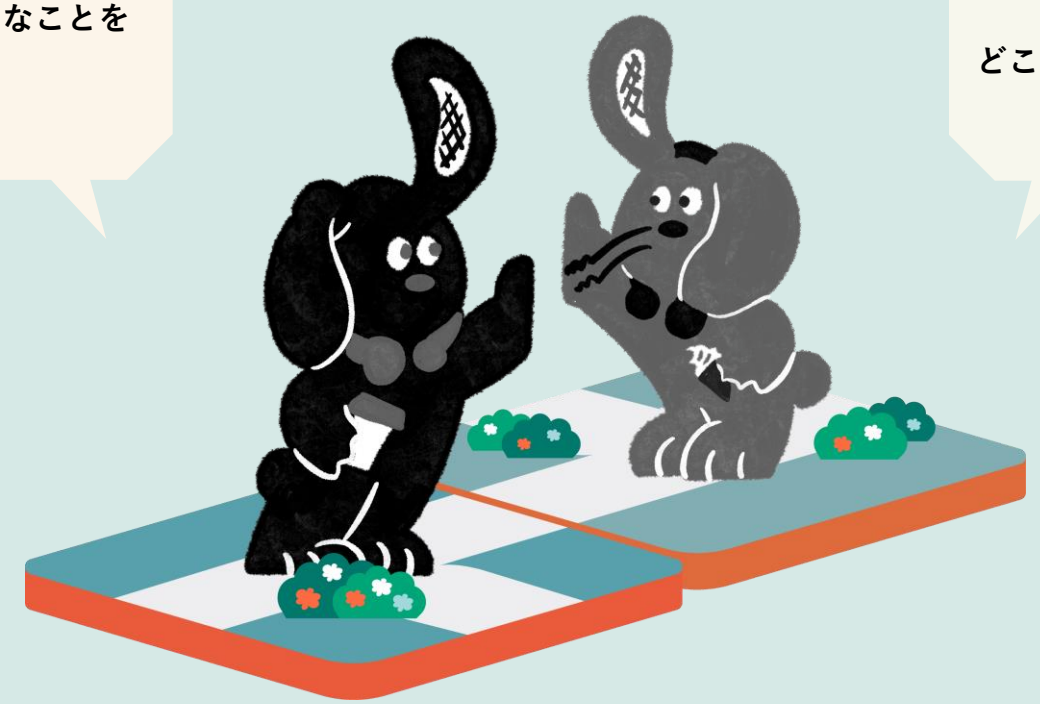
©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

COMMUNICATION

当事者との会話で意識すること

もしカミングアウトしている相手であれば
今まで以上にプライベートも含めて色々なことを
お互いに話したいなと思う。
（20代当事者）

自分の発言で
不快な気持ちにさせたくないので、
どこまでプライベートなことに踏み込んでいいのか
不安になるときもある。（20代非当事者）



当事者層

LGBTQ+の当事者ということを
過度に意識しないで会話してほしい

58.0%

L層36.4%/G層58.3%/B層78.1%/T層38.6%/Q+層59.2%

非当事者層

LGBTQ+の当事者との会話では、
どの程度踏み込んで良いかわからない

77.3%

掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

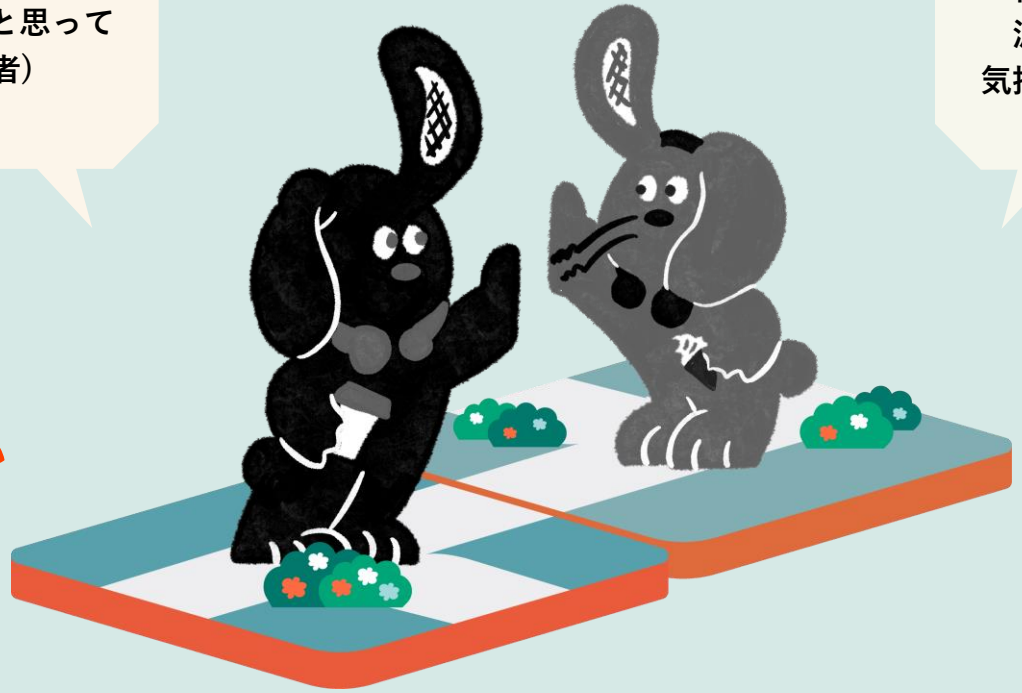
©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

COMMUNICATION

性自認や性的指向の悩みを相談するか

自分が気にしすぎかもしれないが
会社内で噂になってしまうのではないかと思って
相談できないと感じる。（30代当事者）

自分にできることがあるのなら協力したいし、
相手の気持ちに寄り添って考えたいと思う。
沢山の葛藤と勇気が必要だったと思うから、
気持ちが少しでも楽になれるよう力になりたい。
（20代非当事者）



当事者層

職場や学校には、
性自認や性的指向に関する悩みを
相談できる人がいない

51.7%

L層26.4%/G層52.5%/B層64.3%/T層43.9%/Q+層51.9%

非当事者層

LGBTQ+の当事者に相談されたときは
できるだけ協力したい

77.3%

掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

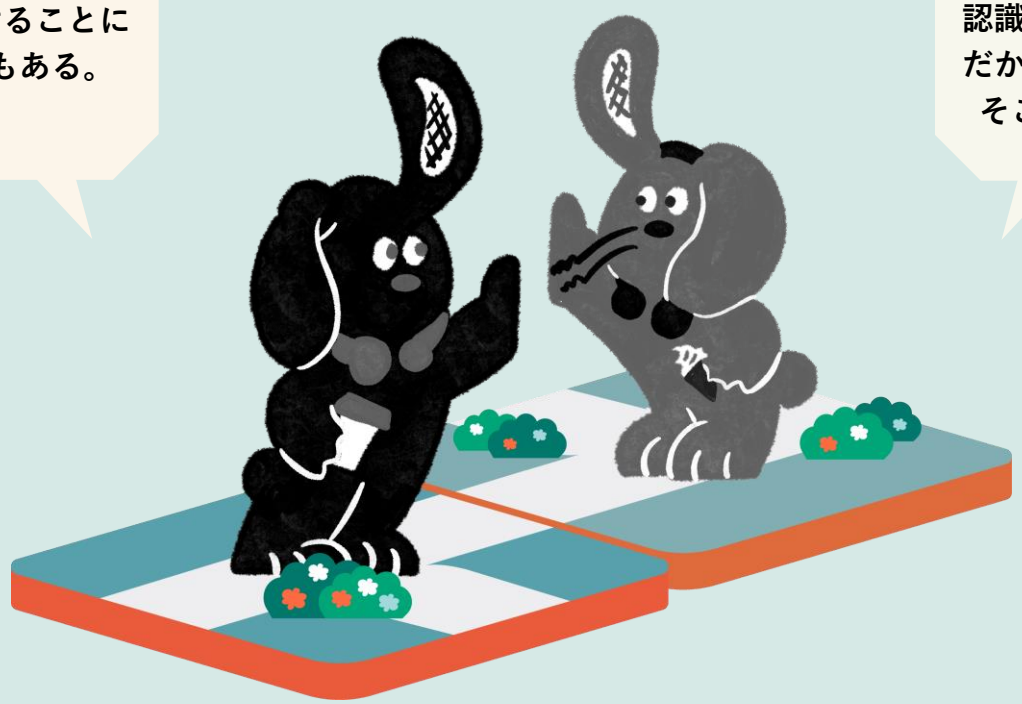
©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

COMMUNICATION

人間関係における性のあり方

自分がありたい姿で生きていくことで
関わる人たちに不必要な気遣いをさせ続けることに
なってしまうのではと思ってしまうこともある。
（30代当事者）

自分が自認している性と違う形で他人から
認識されたら、誰でもいい気持ちはしないと思う。
だからこそ、その方が認識している性で接したいし
そこにこちらの負担は全くない。（60代非当事者）



当事者層

望む性で人と関わっていけるか
不安に思うことがある

33.4%

L層28.5%/G層39.2%/B層31.2%/T層30.1%/Q+層34.5%

非当事者層

関わる人とは
その人が望む性で接したいと思う

79.6%

掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

DAILY LIFE

- 「LGBTQ+」として束ねられることへの思い
- 同性カップルの子どもを取り巻く未来
- 性自認に従って生活すること



©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

DAILY LIFE

「LGBTQ+」として束ねられることへの思い

みんな価値観や感受性は違うと思うから
LGBTQ+全体の話と個人の話を結び付けて
語られるときはモヤっとした気持ちになる。
（30代当事者）

くくりきれない悩みや
価値観を持っている人もいると思うから、
どう表現してもくくりきることはできないと思う。
（20代非当事者）



当事者層

性的マイノリティーの当事者ではあるが、
「LGBTQ+」と
束ねられることに違和感がある

42.9%

L層27.0%/G層45.0%/B層49.5%/T層32.0%/Q+層45.8%

非当事者層

性の多様性は様々なので、LGBTの
4つではくくりきれない

80.0%

掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

DAILY LIFE

同性カップルの子どもを取り巻く未来

結婚もできず法的な家族と見なされない中で、
100%の安心は得られないと思う。
子どもを持てたら、もちろん愛情を伝え続けるが、
差別や偏見を受ける可能性は高いと感じる。
（30代当事者）

性別や国籍関係なく、周りの人のことを思いやって
関われる子どもになってほしいから
差別や偏見を持たないように育てたいと思う。
（30代非当事者）



当事者層

同性パートナーとの間に
子どもを持った場合、（その子どもが）
周囲との関係を良好に築けるか不安
に感じてしまうと思う

41.3%

L層34.5%/G層51.6%/B層54.3%/T層33.9%/Q+層35.0%

非当事者層

自分の子どもを育てるなら、
差別や偏見のない子に育てたいと思う

86.2%

掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

DAILY LIFE

性自認に従って生活すること

自分らしく生活したいが、プライベート以外では
周囲から求められているであろう
自分の姿を常に演じてしまっている。
（20代当事者）

自分の心に素直でいられることは素敵だと思うし、
もし悩んでいる人がいたら
素直になってもらえるような
接し方を探したいと思う。（30代非当事者）



当事者層

性自認に従って生活するのは
周囲の目が気になる
ことがある

37.6%

L層27.6%/G層46.0%/B層43.8%/T層33.6%/Q+層34.4%

非当事者層

性自認に素直に生きていくことは
素敵なことだと思う

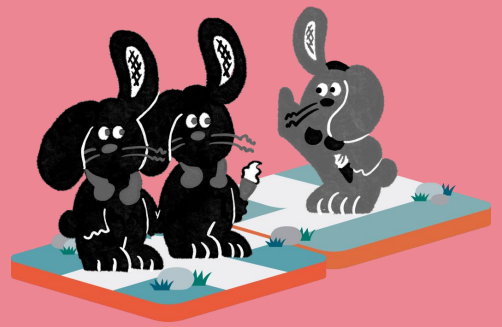
83.0%

掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

LOVE

- 同性のパートナーや
  好意を寄せる人との関係性を聞かれること / 聞くこと
- 同性同士でデートスポットに行くこと
- 同性同士で手をつなぐこと



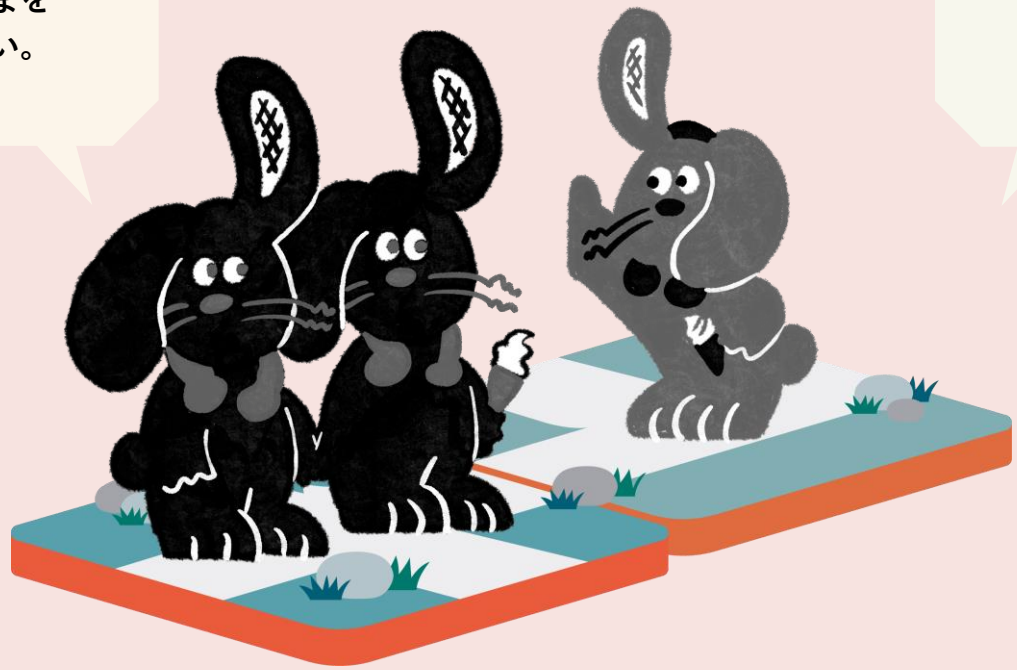
©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

LOVE

同性のパートナーや好意を寄せる人との関係性を聞かれること / 聞くこと

カミングアウトできていない場面だと
とても気まずく思うし、緊張してしまう。
一度関係性を偽るとその後もつじつまを
合わせ続けなければいけないため辛い。
（30代当事者）

誰が誰と仲良くしていても
どんな関係を築いていてもいいと思います。
逆にモラルに欠けてとやかく言う人の方が
私は気になります。（40代非当事者）



当事者層

親しくない人に同性のパートナーや好意を
寄せる人との関係性を聞かれたときに、
嘘をついてしまうことがある／

気まずく感じてしまう

ことがある

38.1%

L層27.5%/G層55.8%/B層47.4%/T層32.1%/Q+層30.8%

非当事者層

個人の性自認や性的指向について、

人がとやかく言うのは失礼だと思う

68.7%





掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

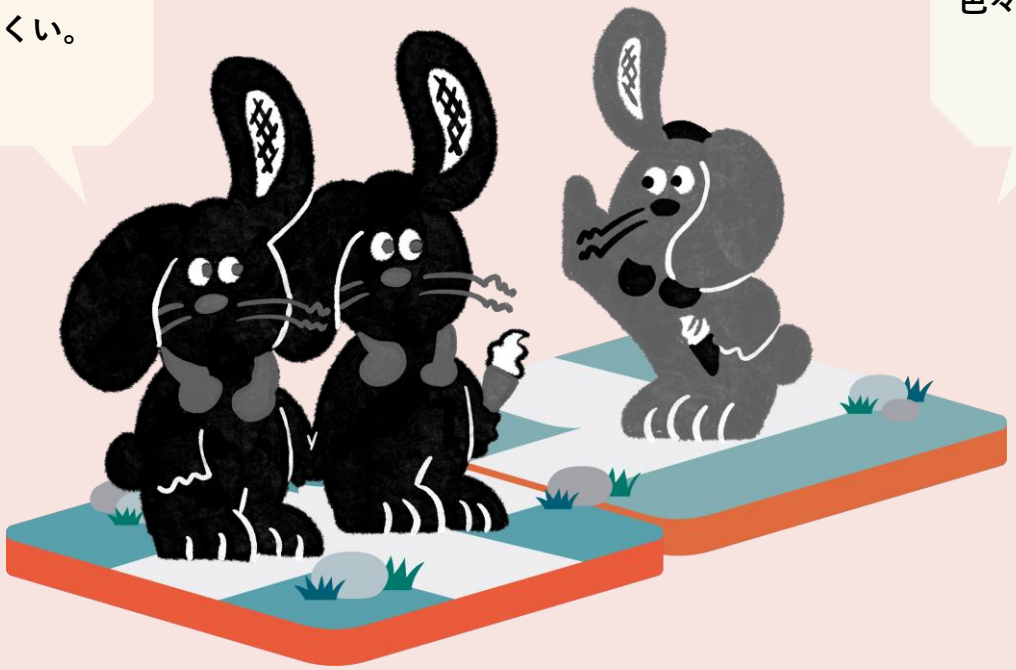
©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

LOVE

同性同士でデートスポットに行くこと

どうしても周りの視線を気にしてしまう。
自分だけじゃなくてパートナーがどう思うかも
気にしなければいけないから提案はしにくい。
（20代当事者）

別にデートスポットだからといって
色々な人がいていいと思うし素敵な関係だと思う。
（20代非当事者）



当事者層

デートスポットは同性のパートナーや
好意を寄せる人と
行きにくいと感じてしまうことがある

28.4%

L層25.2%/G層43.4%/B層26.9%/T層28.8%/Q+層23.9%

非当事者層

**同性カップルを
ジロジロ見るのは失礼**だと思う

78.4%

掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

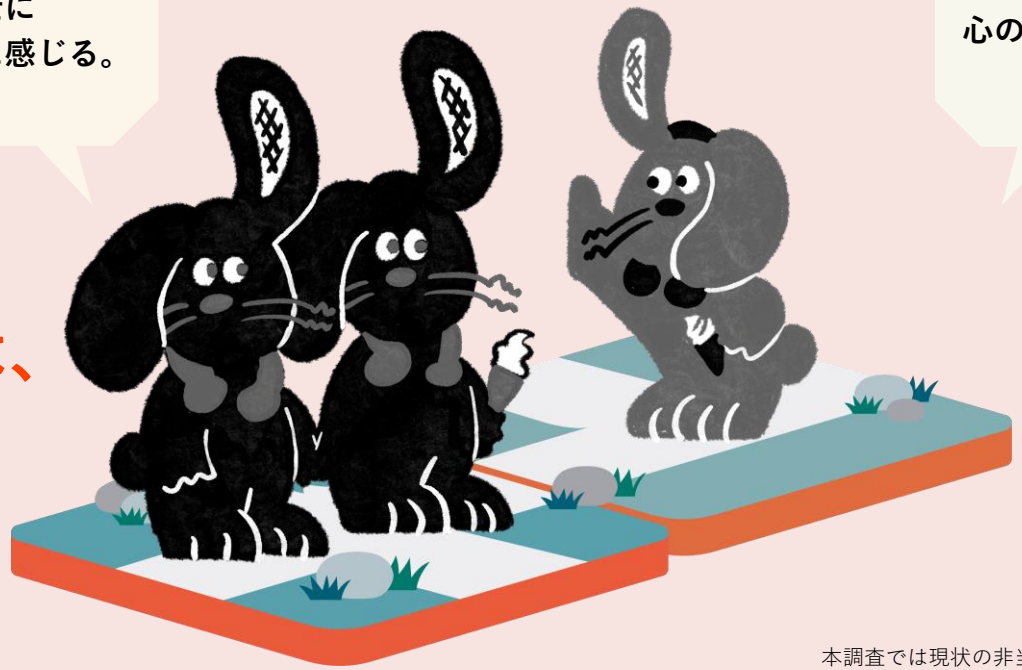
©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

LOVE

同性同士で手をつなぐこと

なんとなくまだ目立ってしまいそうで
とても勇気がいることだと思ってしまう。
本当は手をつなぎたいけど友人同士に
思ってもらえた方が今はまだ気持ちは楽に感じる。
（20代当事者）

最初は少し驚いてしまうかもしれないけど、
カップルだと気づいたら温かい気持ちになるし
心の中で同じように応援している人も多いと思う。
（40代非当事者）



当事者層

同性のパートナーや好意を寄せる人と
手をつないで歩くのは、周囲の目が気になる

36.3%

L層27.3%/G層59.2%/B層42.9%/T層31.7%/Q+層27.8%

非当事者層

同性同士が**手をつないで歩いていてもいい**と思う

81.6%

本調査では現状の非当事者層の意識を把握するため上記文言で聴取したが、同性・異性同士に関わらず手をつなぐことは第三者からの承認を必要としたり、制約を受けるべき行為ではない

掲示スコアは「とてもそう思う」+「そう思う」の合計

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

調査結果一覧

	当事者層		非当事者層	
COMING OUT	職場や学校などで自分が性的マイノリティーだとカミングアウトしたら、居づらくなると思う	48.6	職場や学校などの仲間からLGBTQ+などの性的マイノリティーであることをカミングアウトされたときは、ありのまま受け入れたいと思う	84.6
	友人・知人に自分が性的マイノリティーだとカミングアウトしたら、重荷に感じるのではないかと思う	43.3	友人・知人からカミングアウトをしてもらえることは、信頼されていると感じて嬉しい	77.7
	カミングアウトできていない職場や学校などでは、うまく意見を言えなかったり、自分を出せないことがある	36.1	LGBTQ+などの性的マイノリティーの職場や学校の仲間にも、自分らしくいてほしいと思う	84.5
	職場や学校の仲間にはカミングアウトしなければ、というプレッシャーを感じる	16.1	職場や学校でカミングアウトするかどうかは、本人の意思が尊重されるべきだと思う	87.6
COMMUNI-CATION	自分の性自認や性的指向に関して失礼だと感じることを言われたら、その人に悪気がなかったとしても距離を置いてしまう	48.9	LGBTQ+の当事者を傷つけるようなことを言っていたら、教えてほしいと思う	78.4
	LGBTQ+の当事者ということを過度に意識しないで会話してほしい	58.0	LGBTQ+の当事者との会話では、どの程度踏み込んで良いかわからない	77.3
	職場や学校には、性自認や性的指向に関する悩みを相談できる人がいない	51.7	LGBTQ+の当事者に相談されたときはできるだけ協力したい	77.3
	自分の望む性で人と関わっていけるか不安に思うことがある	33.4	関わる人とはその人が望む性で接したいと思う	79.6
DAILY LIFE	性的マイノリティーの当事者ではあるが、「LGBTQ+」と束ねられることに違和感がある	42.9	性の多様性は様々なので、LGBTの4つではくくりきれない	80.0
	同性パートナーとの間に子どもを持った場合、(その子どもが)周囲との関係を良好に築けるか不安に感じてしまうと思う	41.3	自分の子どもを育てるなら、差別や偏見のない子に育てたいと思う	86.2
	性自認に従って生活するのは周囲の目が気になることがある	37.6	性自認に素直に生きていくことは素敵なことだと思う	83.0
LOVE	親しくない人に同性のパートナーや好意を寄せる人との関係性を聞かれたときに、嘘をついてしまうことがある／気まずく感じてしまうことがある	38.1	個人の性自認や性的指向について、人がとやかく言うのは失礼だと思う	68.7
	デートスポットは同性のパートナーや好意を寄せる人と行きにくいと感じてしまうことがある	28.4	同性カップルをジロジロ見るのは、失礼だと思う	78.4
	同性のパートナーや好意を寄せる人と手をつないで歩くのは、周囲の目が気になる	36.3	同性同士が手をつないで歩いていても、いいと思う	81.6

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.





結果から見えたこと

LGBTQ+の人たちが不安や生きにくさを感じる場面は、
まだ多くあるのが現実です。
一方で、今回の調査結果からは「協力したい、寄り添いたい」という思いも
社会に広がりつつあることも明らかになりました。
本レポートも、歩み寄りの一歩に役立てていただければ嬉しいです。

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

掲載スコアについて

「LGBTQ+調査2023」本調査

調査対象	：20～59歳の個人6,240人 （LGBTQ+層 600人、非LGBTQ+層 5,640人）
調査対象エリア	：全国
調査時期	：2023年6月14日～19日
調査方法	：インターネット調査

※都道府県・性別・年代（20～30代／40代～50代区切り）の人口構成比、
LGBTQ+層割合にあわせて、ウェイトバックをかけています。

掲載コメントについて

調査対象	：20～69歳の合計1,137回答から抽出（一部抜粋・要約）
調査対象エリア	：全国
調査時期	：2023年7月19日～2023年8月29日
調査方法	：インターネット調査

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.

【本レポート利用に際しての注意事項・免責】

- 法令や公序良俗に反する用途、他人に不利益・不快感を与える用途、
  趣旨に反する用途などに利用することを禁止致します。
- 商標登録、商用的利用を禁止致します。
- SNSやインターネット上へ転載することを禁止致します。
- 本レポートに掲載された情報・データを利用、使用、ダウンロードするなどの行為に関連して
  トラブルや損害が発生した場合でも、電通グループはいかなる責任も負いません。
- 本レポート内のイラストの著作権は電通グループが所有するものとなります。

【お問い合わせ先について】

- 本レポートの内容に関するお問い合わせ先
  dentsu Japan dJサステナビリティ推進オフィス
  Email：sustainability@dentsu-group.com

- LGBTQ+に関するソリューションのお問い合わせ先（法人の方）
  株式会社電通　Do! Solutions 運営事務局
  お問い合わせフォーム：https://www.d-sol.jp/contact

©Dentsu Group Inc. All Rights reserved.