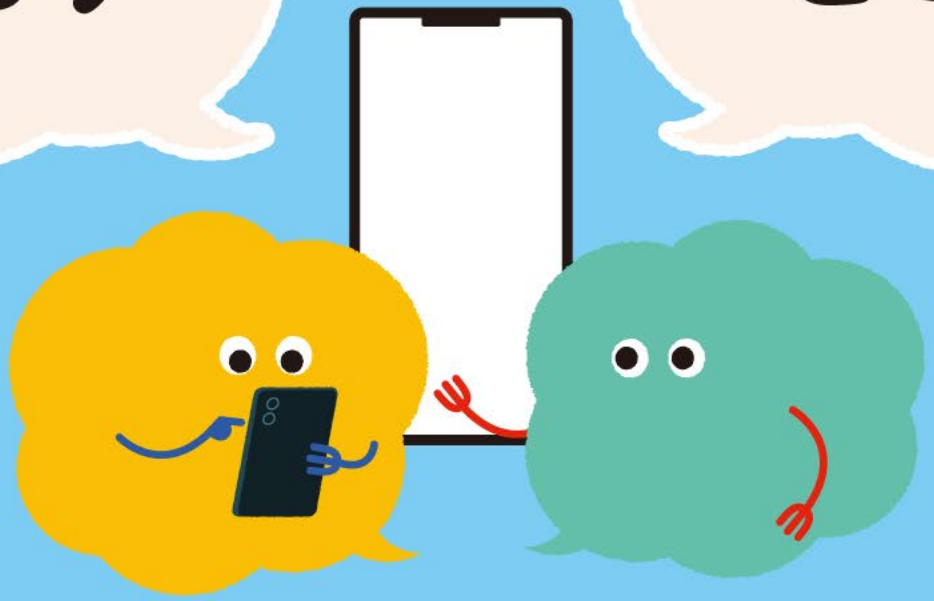
LGBTQ+調査2026

データと声で知る

わかったつもり

と

ほんとのところ



©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

はじめに

近年、LGBTQ+への関心や認知は、少しずつ広がってきました。
当事者による発信や、授業や研修、
ドラマや映画、書籍などで扱われる機会も増えてきています。

一方で、見えやすいエピソードや、語られやすいテーマの裏側には、
まだ十分に知られていない現実が存在しています。

学校、職場、災害時の避難生活、そして老後に至るまで、
ライフステージのさまざまな場面に、当事者が直面している困難や課題があります。
それらは「わかったつもり」のままでは見過ごされてしまうことも少なくありません。

このデジタルブックでは、そうしたLGBTQ+当事者の「ほんとのところ」に目を向け、
すでに関心を持っている人にも、これから知ろうとする人にも、
それぞれの立場から理解を深めるきっかけとなることを目指します。

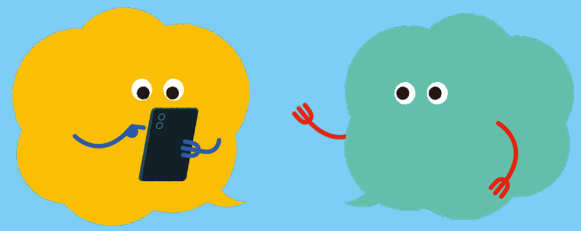
©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

デジタルブックを読む前に、知っておいてほしいこと

1. このデジタルブックは、LGBTQ+当事者の実感をもとに、見えにくい負担や違和感を伝えるものです。
   特定の個人を批判することを目的としたものではありません。

2. ここで紹介する内容は一部のデータや声をもとにしたものであり、
   すべての人に当てはまるものではありません。
   また、掲載されている言葉は、特定の行動や対応を求めるものではなく、
   当事者の中で実際に感じられてきたことを共有するためのものです。

3. 一部に、当事者が実際に経験してきた言葉や考え方をそのまま掲載しています。
   目にすることで負担を感じる方もいるかもしれません。
   ご自身のペースで、無理のない範囲でお読みください。



©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

使われている用語について

※LGBTQ+とは…
（L）レズビアン／（G）ゲイ／（B）バイセクシュアル／
（T）トランスジェンダー／（Q）クィア・クエスチョニングの頭文字をとった略語。
（+）には、それ以外の多様な性的マイノリティも含まれます。

【性的指向を表す言葉】
●レズビアン・・・・・・女性を好きになる女性。
●ゲイ・・・・・・・・・・男性を好きになる男性。
●バイセクシュアル・・・男性と女性の両方を好きになる人やその状態のこと。両性愛者。
●パンセクシュアル・・・好きになる相手の性のあり方を問わない人やその状態のこと。全性愛者。
●アセクシュアル・・・・他者に性的な魅力を感じない、または、性的欲求を持たない人やその状態のこと。
●アロマンティック・・・他者に恋愛感情を抱かない人やその状態のこと。
●クエスチョニング・・・性自認や性的指向が定まっていない、または、あえて定めていない人やその状態のこと。

【性自認を表す言葉】
●トランスジェンダー・・・性自認と出生時に割り当てられた性が異なる人やその状態のこと。
●ノンバイナリー・・・・・性自認が、男性/女性の二択に当てはまらないと感じる人やその状態のこと。
●クィア・・・・・・・・・・ジェンダーやセクシュアリティに関する既存の枠組みにとらわれない
自由なアイデンティティや立場を示す人やその状態のこと。

異性愛者でシスジェンダー（体の性別と心の性別が一致する人）の人は一般的にはストレート、シスヘテロと呼ばれています。

【そのほかの語句】
●カミングアウト…自身がLGBTQ+であると周りに伝えること。
●同性婚…戸籍上の性別が同じ２人が結婚すること。
●パートナーシップ制度…戸籍上の性別が同じであるカップルに対し、自治体がその関係性を証明する制度。

dentsu japan「広告とLGBTQ+」より引用

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

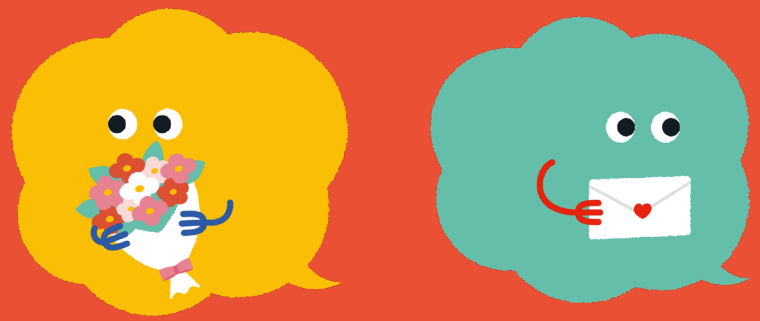
もくじ

1. 恋愛・結婚のわかったつもり
2. 働き方のわかったつもり
3. 住まいのわかったつもり
4. 子ども・教育のわかったつもり
5. 医療・防災のわかったつもり
6. 老後のわかったつもり

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

1

恋愛・結婚のわかったつもり



©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「今の時代のLGBTQ+当事者は自由に恋愛できる」と思われることがあるが…

「恋愛自体はできても、家族や周囲に共有できない負担を感じる」人もいる

わかったつもりの声

今の時代の
LGBTQ+当事者は
自由に恋愛できる
と思う
58.6%

メディアなどで
取り上げられることも増えて
理解も深まっているから
今は恋愛しやすいと思うけど…

掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

ほんとのところの声

【30代 クエスチョニング当事者】

まだ世の中の偏見があるため、難しい部分も多い。パートナーができたとしても、カミングアウトしづらいことで家族や友人に紹介できないといった弊害があり、一概に「自由に恋愛できる」とは言えない。

【20代 レズビアン当事者】

実際の生活で後ろ指をさされたり直接的に批判をしてくる人と会ったりすることは少なくなっていると感じる。一方で、批判的なコメントを目にすることや、職場でその場に当事者がいるという認識なく差別的な発言をされる方もいるので、非常に不快な気持ちになることも多い。

【30代 ノンバイナリー当事者】

ネットやSNSが発達したので出会いの自由化は進んだと思うけど、そのあと恋愛関係に進んだとしても友人家族に紹介しにくいのは変わってない。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「同性パートナーとも結婚指輪を買えばいい」と思われることがあるが…

「指輪の購入や着用による周囲からの視線に不安を感じる」ことがある

わかったつもりの声

LGBTQ+当事者は
結婚という形に
こだわらず、
結婚指輪を買えば
いいと思う
60.8%

1つの結婚の形として
結婚指輪をつけるのは素敵だし、
自由に買ってほしいけど…

掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

ほんとのところの声

【50代 ゲイ当事者】

結婚指輪をつけると、カミングアウトしていない人から「結婚したの？」と深掘りされるため、つけることで嬉しさよりも不安のほうを強く感じることがある。 自分は右手薬指にパートナーとおそろいの指輪をつけているが、それでも「何の指輪？」と聞かれる。

【30代 ゲイ当事者】

パートナーと2人で買いに行く場合、店員さんは自然に対応してくれたとしても、周りの目が気になるから行けないと思ってしまう。

【30代 ノンバイナリー当事者】

買いに行くことになったとしても、お店をめちゃくちゃ選ぶ必要があると思う。結婚指輪を選ぶシーンは一般的には思い出に残ることだと思うが、自分を想定すると周りの目を気にして緊張だけで良い思い出にはならなさそう。

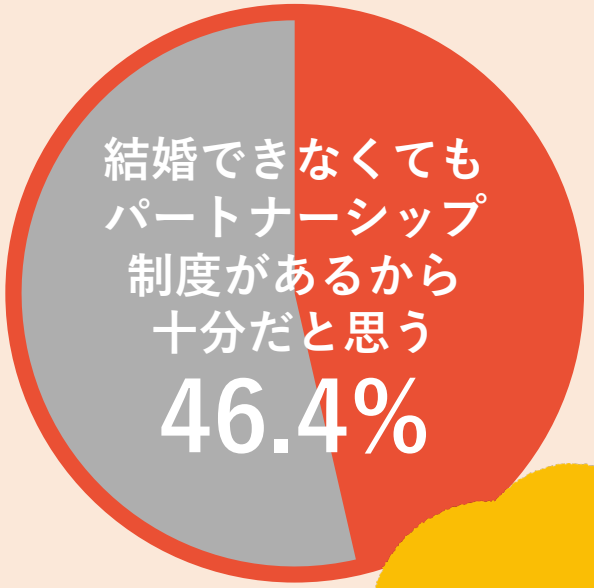
©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「パートナーシップ制度があるから十分だ」と思われることがあるが…

「法律婚と同等に扱われず、将来や今後の関係性に不安を持つ」ことがある

わかったつもりの声

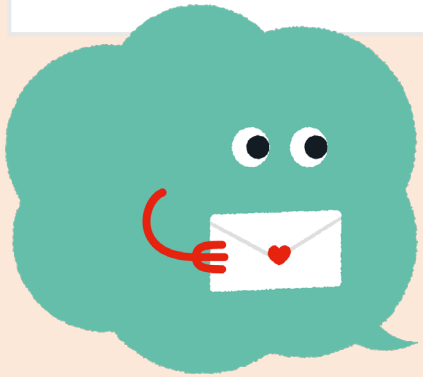


掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

ほんとのところの声

【20代 レズビアン当事者】

パートナーシップだけでは、十分だとは思えない。結婚をすることが絶対的に必要なものだという考えではないが、異性間のカップルが何の制約もなく婚姻を選択できることに対し同性間だと不可能であるというのは存在を否定されているのと同義だと思う。



【50代 ゲイ当事者】

結婚にこだわってはいないが、事実婚のような生活をしていても、自分、もしくはパートナーのどちらかが死んだ後、お金、家、病院での看取り、葬儀、がどうなってしまうのか不安。カミングアウトをしていない者同士なら尚更だと思う。

【30代 ノンバイナリー当事者】

結婚を前提としない上でしか恋愛をしたことがなく(するしかなく)、自分が結婚をしたいと思っていても、結婚が認められていないためにパートナーにさえも言葉にできないモヤモヤを抱えながら恋愛をするしかないことが辛く感じる。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「恋愛/性愛感情がないのは、まだ本当に好きな人と出会っていないだけ」と思われることがあるが…
「その前提自体が当事者のあり方を否定し、孤立や違和感を生む」ことがある

わかったつもりの声

誰もが好きな人と性的な関係を持ちたいと思う
59.8%

恋愛感情を持ったことがない人は、まだ本当に好きな人に出会っていないのだと思う
43.0%

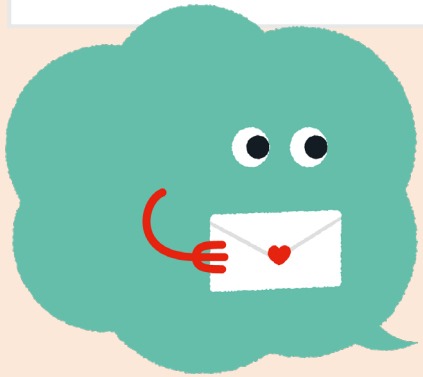
本当に好きな人に出会えば恋愛感情を持つし、より深い関係に発展したいと感じるようになると思うけど…

掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

ほんとのところの声

【40代 アセクシュアル当事者】

アセクシュアルをカミングアウトした上で付き合った男性がいて、性交渉がなくてもいいと言うので交際していたが、結局そこが問題になって破局した。口では問題ないと相手は言っていたが、ずっと不安を抱えながら恋愛していた。アセクシュアル同士で恋愛するしかないのかも。



【20代 アロマンティック当事者】

自分が抱かない感情だから人の恋愛話は尊いなとは思う。でも聞いている中で「あなたも同じ感情を持っているよね」という態度で接されることがしんどいと感じることがある(特に同性だけの飲み会の場など)。

【50代 ゲイ当事者】

「女性に対して興味が無いのは、まだいい人に出会ってないだけだ」と繰り返し言われた。「そうかも？」「そうだったらいいな」と当時は考えてしまい、自分の生き方や幸せになる方法がよくわからなくなっていた。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

コラム

制度は進んでいる？

2026年5月現在、日本で同性婚は法律上は認められていないものの、
パートナーシップ制度は多くの自治体に広がり、
企業の制度でも一定の配慮が見られるようになっているところもあります。

こうした変化から、
「結婚という形にこだわらなくてもよいのではないか」
「制度もあるのだから大きな不自由はないのではないか」
と受け止められてしまうことがあるのも事実です。

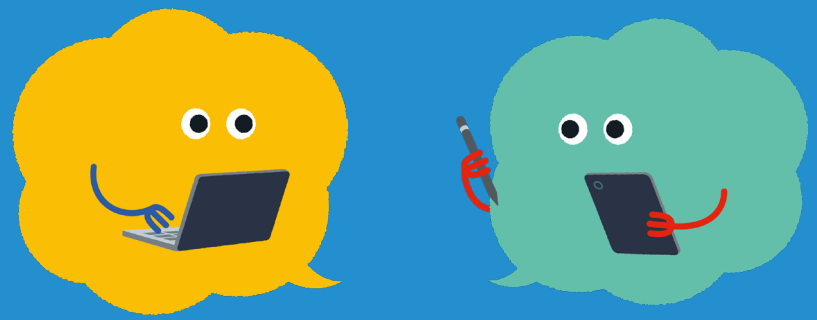
しかし実際には、パートナーシップ制度は法律婚と同等の権利を持つものではなく、
相続や税制、医療、子どもの親権の手続きなどで扱いが異なります。
また、結婚指輪の着用や関係性の表明といった日常的な選択においても、
周囲の視線を意識せざるを得ないという声もあります。

制度としての選択肢は広がりつつある一方で、
それがそのまま「安心して選択肢を選べる状態」に
結びついているとは言い切れません。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

2

働き方のわかったつもり

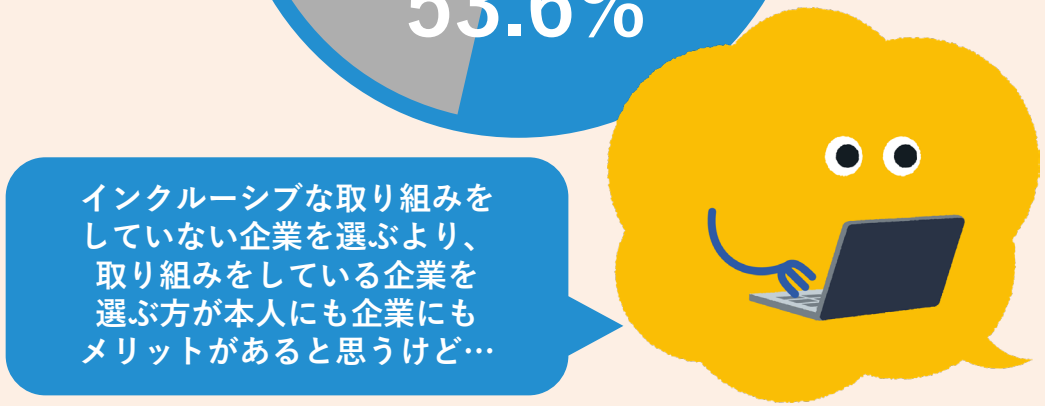


©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「転職時はLGBTQ+への取り組みをしている企業を選べばよい」と思われることがあるが…
「そもそも働く選択肢が狭められている不平等さを感じる」ことがある

わかったつもりの声



掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

ほんとのところの声

【30代 ノンバイナリー当事者】

最近転職をしたのだが、転職にあたってまずは取り組みをしている企業を調べたところ、掲載情報が薄くて不安になった（表面的な限られた情報しか載っていないと感じた）。

【30代 ゲイ当事者】

そもそも働くときの選択肢が狭められてること、セクシュアリティによって仕事を選択しなければいけないことが問題なのではと感じる。

【20代 レズビアン当事者】

取り組みをしている企業からしか選択をできないのは、不合理だと思う。取り組みをしている企業で働いていても、実際の現場で自身のセクシュアリティについて発言するのは気が引ける。周りに打ち明けている社員もいなければ、噂ですら聞かないので、「自分のまわりにはいないだろう！」という空気を日々感じる。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「職場でカミングアウトしたいならすればよい」と思われることがあるが…

「理解してもらえない不安があり、リスクを伴う選択に感じる」場合がある

わかったつもりの声

掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

ほんとのところの声

【20代 ゲイ当事者】

同性パートナーとパートナーシップを結んだが理解してもらえない不安があるので、職場ではカミングアウトしていない。職場の人には結婚したという話にしているが、「奥さん」という前提で色々聞かれることも多く、そのたびに苦しいなと思う。

【30代 ノンバイナリー当事者】

今までの人生で非当事者に対しては、プライベートに踏み込まない(自分にも踏み込ませない)コミュニケーションしかしたことがないから、カミングアウトしたとしてもうまくコミュニケーションできない気がする。

【30代 トランスジェンダー当事者】

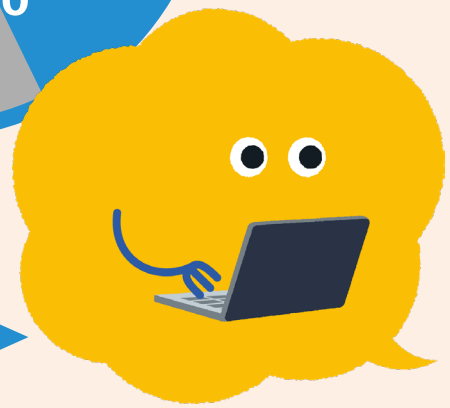
自分の場合カミングアウトする必要があると思うが、変に噂になってしまったり、受け止めてもらえなかったりするんじゃないかという不安がある。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「職場で当事者であることは仕事や評価に影響しない」と思われることがあるが…
「自己開示しないことで関係性を深めにくく、働きやすさや評価に不安を感じる」ことがある

わかったつもりの声



仕事は能力次第なところが大きく、
セクシュアリティは関係ない
と思うけど…

掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

ほんとのところの声

【20代 ゲイ当事者】

飲み会で自分のプライベートを深掘りされるのが怖いから飲み会に行きたくないと思ってしまう。職場の人と親密になりたくないわけではないのに、付き合いの悪い人だと思われてしまうことが仕事のやりにくさに影響していると思う。

【40代 ゲイ当事者】

当時は結婚していないと出世ができないという認識があり、女性のレズビアンの方と結婚した(いわゆる友情結婚)。

【50代 ゲイ当事者】

パートナーのことなど人生で大切なことを周囲に話せていないことで、プライベートも含めて共有し合う関係に入りきれず、仕事にも本気で向き合っていないように見られてしまうのでは、と感じていた。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

コラム

仕事において
当事者であることは
本当に関係ない？

職場においては、「仕事は仕事、個人のことは関係ない」といった考え方が広く見られます。
実際に、LGBTQ+当事者であることが仕事の能力や成果に直接影響するわけではありません。

一方で、日々のやり取りは、必ずしも業務だけで完結するものではありません。
雑談や人間関係の中で、休日やパートナーの話題が自然に交わされる場面も多くあります。
そうした中で、踏み込まれたくないことにどう答えるか、あえて話さないか、
あるいは説明するか、つきたくない嘘をつくかを、その都度選ぶ必要性が生じます。
また、トランスジェンダーの場合には、履歴書の性別欄や署名、トイレの利用など、
業務に関わるさまざまな場面で判断や対応を求められることもあります。

周囲と同じように関わりながら、仕事にも前向きに取り組みたいと感じていても、
その距離感に悩んでしまう人もいます。

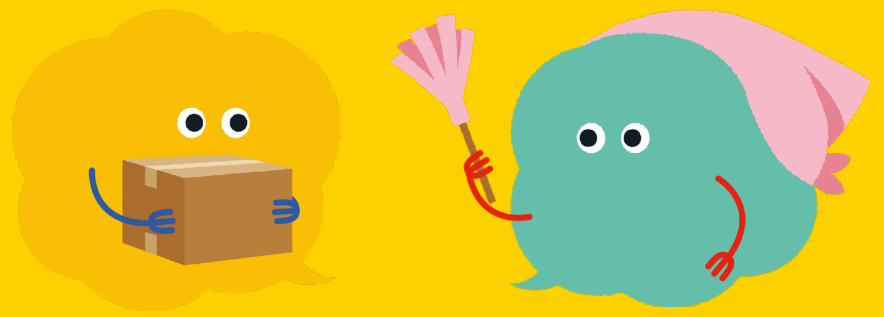
どの選択にもそれぞれの負担や迷いが伴い、一つの正解が決まっているわけではありません。
仕事そのものとは直接関係がなくても、こうした日常的なコミュニケーションの積み重ねが、
働きやすさや人間関係に影響していると感じる人もいます。

こうした状況の中では、特別な配慮をするよりも、
相手がどのようにコミュニケーションしたいかを尊重し、
急に踏み込むのではなく、関係性を少しずつ自然な形で築いていくことが、
誰もが安心して働ける環境につながる一つのヒントになるかもしれません。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

3

住まいのわかったつもり



©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「好きな人同士で一緒に住めばよい」と思われることがあるが…

「契約や手続き、関係性の証明などで負担や制約が生じる」ことがある

わかったつもりの声

LGBTQ+当事者は
結婚という形に
こだわらず、
一緒に住めばいいと思う
69.5%

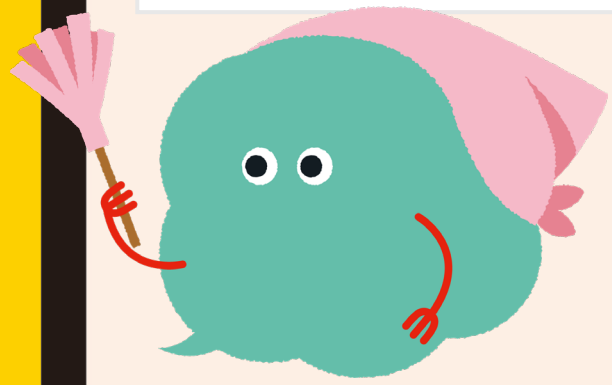
一緒に住むくらいなら、男女の
カップルと変わらず自由に
できるんじゃないかな…？

掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

ほんとのところの声

【30代 ゲイ当事者】

仲介業者にカミングアウトしていても、男性2人で住むことについて大家さんから嫌がられる、審査が通りにくいと言われてしまい、賃貸の申し込みを見送ることがあった。
今はカミングアウトした上で一軒家を購入しパートナーと暮らしているが、業者と逐一様々な確認を挟みながら進めた。



【30代 バイセクシュアル当事者】

引っ越しの内見のたびに関係性を聞かれたり、内覧を2名で予約すると「旦那さんとですか？」と聞かれるなど、何気ない一言ではあるが蓄積されるものがある。共同名義やペアローンを組むためには、銀行に対して公正証書を作成するなど、時間もコストもかかることがある。

【30代 レズビアン当事者】

ここ10年で、同性カップルでの賃貸、引っ越し、マンション購入を経験したが、思ったよりは困らなかった。
もちろん、異性カップルや夫婦であれば遣わなくていい気を遣ったりもしたが、そのへんは慣れているので「そんなもんだよな」と思うぐらいだった。

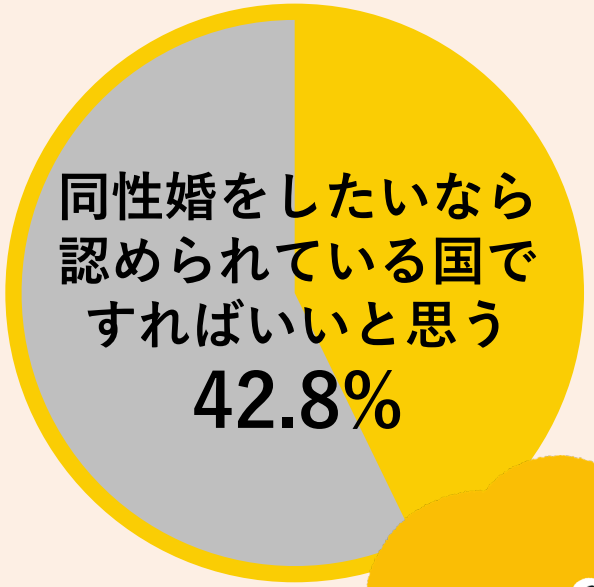
©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

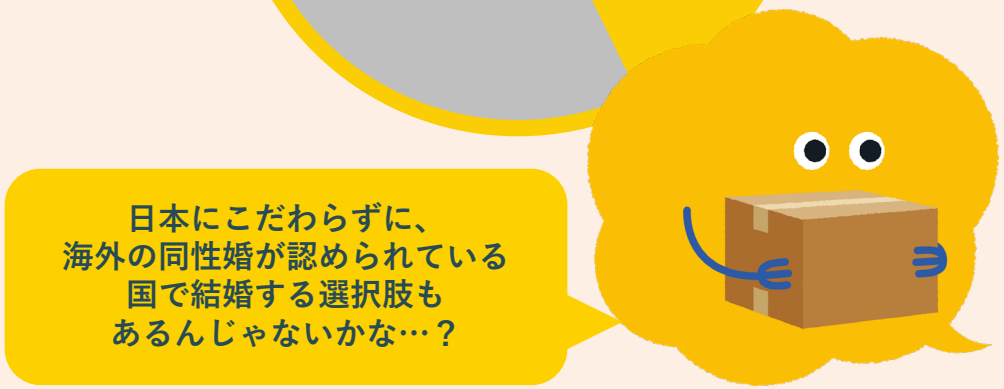
ほんとのところは…

「同性婚をしたいなら、認められている国に行けば結婚もできる」と思われることがあるが…

「家族・暮らしとの関係や金銭面でも、現実的には難しい」場合がある

わかったつもりの声





掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

ほんとのところの声

【30代 ノンバイナリー当事者】

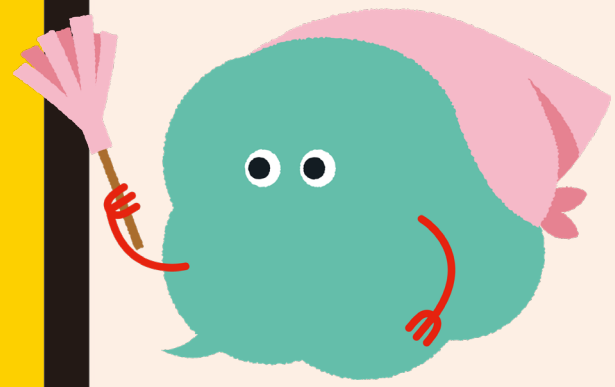
移住すればできるかもしれないけど、日本にいる友人家族など失うものが多すぎると思う。またそれが大した問題でないことのように語られてしまうことに悲しさを感じる。

【30代 ゲイ当事者】

普通に暮らしてる中で好きな人と結婚がしたいだけであって、結婚できる国で好きな人を探したいわけではない。

【30代 レズビアン当事者】

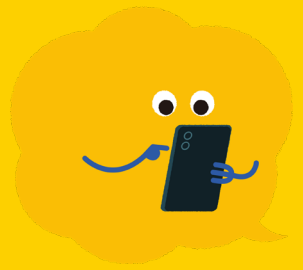
「同性婚ができる国に行けばよい」「同性パートナーシップ制度がある自治体に引っ越せばよい」という意見には簡単には同意できない。それは居住地が自分で選べないということであり、不公平。どこに住んでも、等しく権利や保障が得られる社会であるべきだと思う。



©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

コラム

住む場所は
自由に選べる？



LGBTQ+当事者の住まいについて、「好きな人同士で一緒に住めばよい」
「住みにくい地域であれば、理解のある場所に移ればよい」
といった声が見られることがあります。
実際に、同性婚が認められている国で
関係を築くという選択肢が語られることもあります。

しかし、生活の拠点や仕事、家族との関係、金銭面、言語の壁などを考えると
住む場所を変えることは簡単ではありません。また、日本国内においても
地域によって理解の差があるため、「住みやすい場所に移ればよい」という考え方が、
今いる場所から離れることが前提のように感じられ、
排他的に受けとめられる場合もあります。

さらに、海外で結婚した場合でも、日本に戻ると異性間の法律婚と同じように扱われず、
手続きや制度の面で違いが生じることもあります。

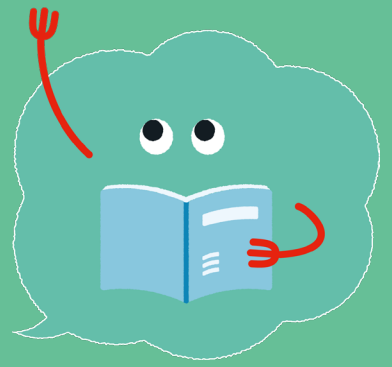
実際の住まい探しでは、
内覧や契約時に関係性の説明が求められたり、入居条件や保証人の扱いで悩むなど、
制度上は明確な制限がなくても、手続きややり取りの中で負担を感じるケースがあります。

このように、住まいは単に「住めるかどうか」だけでなく、
生活環境や関係性の中で選択されるものです。
選択肢があることと、安心して選べることは、必ずしも同じとは限りません。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

4

子ども・教育のわかったつもり

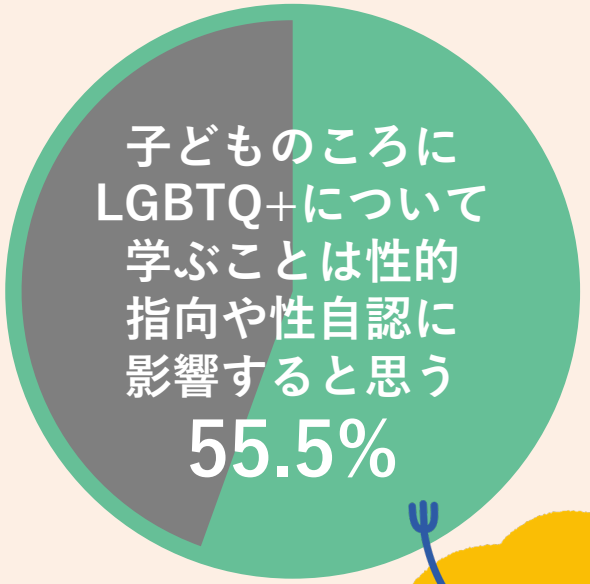


©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

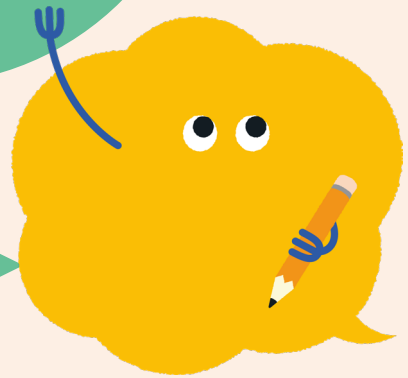
ほんとのところは…

「LGBTQ+について学ぶことは性的指向や性自認に影響する」と思われることがあるが…「幼少期に学ぶ機会がないことで戸惑いや生きづらさを感じる」場合がある

わかったつもりの声



心の成長がまだ不安定な
時期だと思うと、良い影響は
どれくらいあるんだろう…



掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

ほんとのところの声

【20代 ゲイ当事者】

保健の教科書にはすべて異性との恋愛の話しかなかったため、保健の授業は自己肯定感が下がる時間だった。LGBTQ+について学ぶ機会があっても、無関係の子がそれで当事者になるとは思えないから、必要な教育だったと思う。

【30代 ノンバイナリー当事者】

子どもの頃は当事者という存在をテレビの中でしか知ることができなかったから、自分の将来像のイメージがつかなかった。普通の人生が歩めないと思っていた。

【30代 トランスジェンダー当事者】

物心ついたときから自分が周りとは違う存在と認識しながら、それを隠すように人とコミュニケーションを取るしかなかった。でも大人になった今、もっと早く教えてくれたら未来に希望を持って自由に過ごすことができたかなと思う。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「子どもが欲しければ養子縁組すればいい」と思われることがあるが…

「制度や条件だけでなく、周囲の理解に対しても高いハードル」がある

わかったつもりの声

掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

ほんとのところの声

【50代 ゲイ当事者】

同性カップルに養子縁組をすることになる子どもがかわいそう、という空気感がまだある気がする。そうでなくても男性2人で親となったときに、周りの目を気にしてしまう。

【30代 ノンバイナリー当事者】

自分の子どもが欲しいとは思うが養子縁組の制度を活用して、そのあとの周囲への説明などの負担を考えるとそこまでの気持ちじゃない。だから少し悲しいけど子どもとは無縁の人生だなと思う。

【30代 ゲイ当事者】

そもそも同性カップルでは法律婚をしていないので、養子縁組は制度として活用することができない。現状だと里親制度が利用できるけどそれも色々と難しそう。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

コラム

子どもを持つための制度の実態

2026年5月現在、日本では里親制度や養子縁組といった仕組みが存在しています。
ただし、制度の利用方法には違いがあります。

たとえば、特別養子縁組は、法律上の婚姻関係にある夫婦による申立てが前提とされています。
そのため、同性パートナー同士ではこの制度を利用することはできません。
一方で、トランスジェンダーの方が法的に性別を変更し、
異性間の法律婚という形を取っている場合には、制度上は特別養子縁組の対象となり得ます。

また、普通養子縁組については単身でも行うことが可能ですが、
その場合は一方のみが法的な親となるなど、関係性の扱いが異なる形になります。

里親制度についても、制度上の利用は可能ではあるものの
同性パートナー同士の場合は自治体によって考え方や運用が異なることがあります。
更に登録や委託にあたっては審査や条件があり、誰もが同じように選択できるとは限りません。

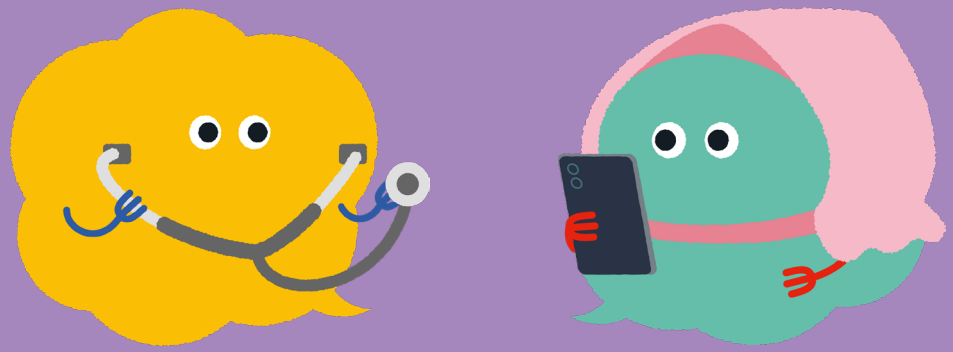
こうした状況の中で、近年はパートナーに加えて子どもや家族も含めた関係性を証明する
「ファミリーシップ制度」を導入する自治体がありますが、まだ多くないのが実態です。

このように制度は存在していても、その利用の条件や前提は一様ではありません。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

5

医療・防災のわかったつもり



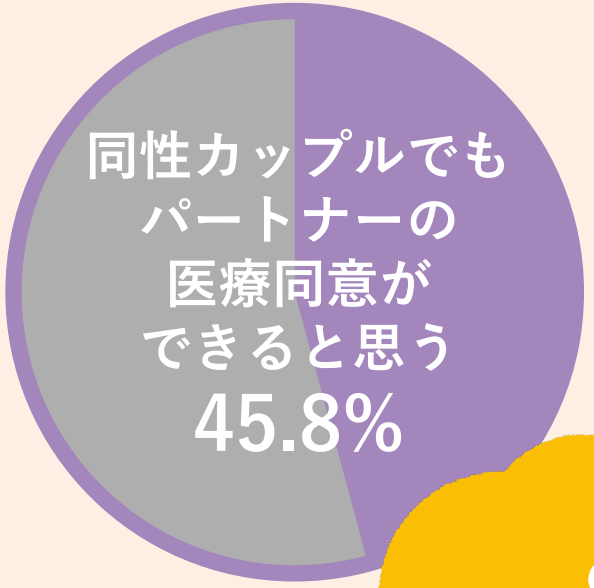
©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

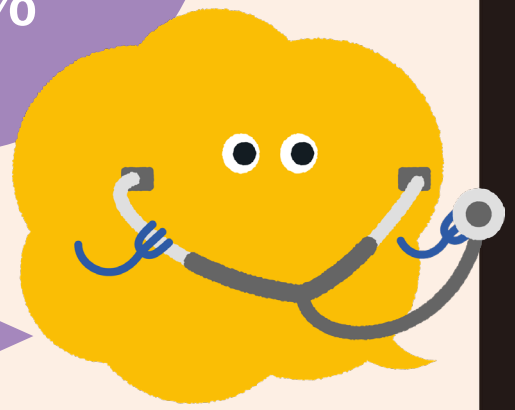
ほんとのところは…

「同性カップルでもパートナーの医療同意ができる」と思われることがあるが…

「医療現場の理解や判断に差があり、対応してもらえない」場合がある

わかったつもりの声





掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

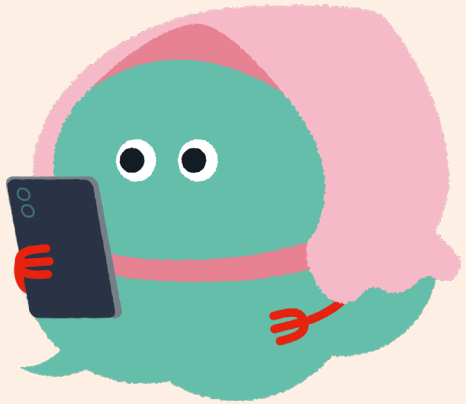
ほんとのところの声

【20代 レズビアン当事者】

病気や手術で緊急入院した場合に同性パートナーは、パートナーシップ制度の証明書がないと医療同意ができないと聞いたことがある。

【30代 レズビアン当事者】

私は同性婚がしたいと言うより、パートナーに対する医療行為に同意ができるか否か(同意書サインなど)とか、入院しても面会ができるとか、結婚制度に付随する安心感が欲しい。



【30代 ゲイ当事者】

パートナーシップ制度がある自治体であれば家族同様に扱ってもらえると思うが、それを理解して受け入れてくれるかどうかは医療機関次第で異なるのが現状。

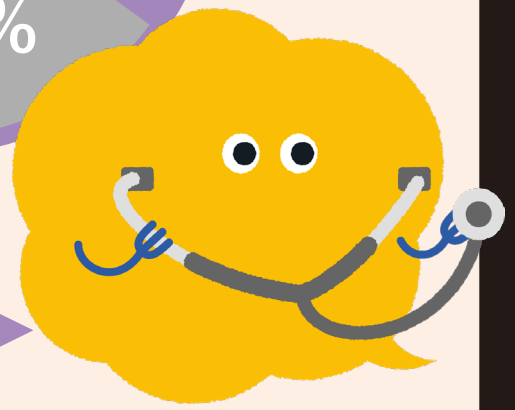
©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「LGBTQ+当事者だからといって、保険で困ることはない」と思われることがあるが…「手続きに必要以上の手間がかかったり、対応してもらえなかったりする」ことがある

わかったつもりの声

LGBTQ+当事者だからといって、保険で困ることはないと思う
35.0%



保険は身体的な病気やケガに関するサービスであって、セクシュアリティは関係ないと思うけど…

掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

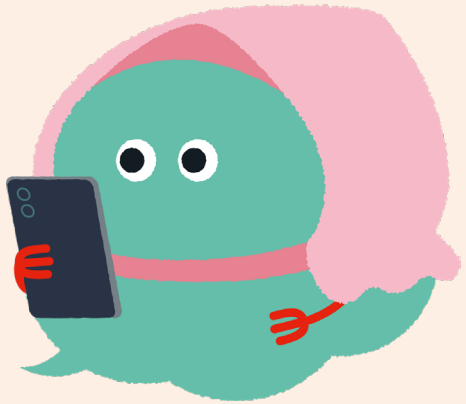
ほんとのところの声

【30代 バイセクシュアル当事者】

とある保険会社の保険料の受け取り人を同性パートナーにするにあたり、申請、書類の提出がややこしく、放置してしまった。

【50代 ゲイ当事者】

ホームページ上では、保険金の受け取りに同性パートナーを指定可能なことを表明している会社の保険に加入していたので、その時の担当窓口に手続きなどを聞いたところ、まったく把握しておらず、確認もしない対応であった。



【60代 トランスジェンダー当事者】

トランスジェンダーが性別変更を行っても、終身保険や医療保険の性別が変更されない場合がある。特に保険は男女で保険料が異なり、実質的に対応不可との回答をもらった。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「災害時や避難所には当事者ゆえの特別な対応は必要ない」と思われることがあるが…

「当事者として最低限の生活をするための個別対応を求めたい」場合がある

わかったつもりの声

掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

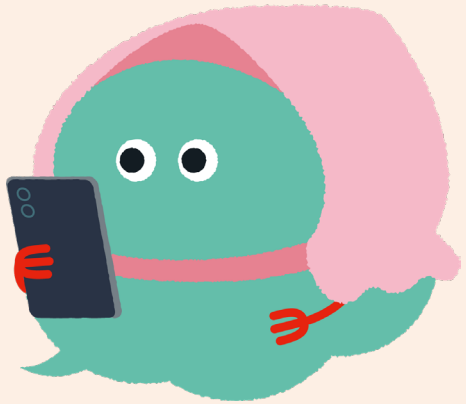
ほんとのところの声

【30代 トランスジェンダー当事者】

男性として生活しているため、生理用品などがもらえるのかどうか不安がある。

【30代 ゲイ当事者】

同性パートナーと避難所でも一緒に生活できるのか不安。実際は周囲の目を気にしてしまうので、できないと思う。もちろん命の方が大事だが、他の人だったら気にしない不安を、緊急時を想定してまで感じてしまうのが辛いなと思う。



【30代 レズビアン当事者】

もし被災して避難所に行った際に、同性パートナーの所在を確認できるのかどうか不安。法的な家族・親族関係でないことを理由に情報提供を拒まれてしまいそう(実際にそういった声を聞いたことがある)。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

コラム

医療の場で家族と同じように扱われる？

2026年5月現在、日本ではパートナーシップ制度が広がり、
多くの自治体で証明書の発行が行われています。
医療機関においても、この証明書をもとにパートナーが
付き添いや説明を受けることができる場合があります。

一方で、これらの制度は法律上の婚姻とは異なり、
医療機関ごとに対応が異なる場合があります。
実際には、病状の説明や同意の場面で家族として扱われず、
説明を受けられない/同意ができないなどの問題が起きています。

そのため、事前にパートナーシップ証明書や委任の意思を示す書面を準備したり、
自治体で証明を取得したりと、個別の準備が必要になることもあります。
しかし、制度自体が十分に知られていないことや、医療機関ごとに判断がなされる運用から、
証明書を提示しても対応が難しいとされる場合があります。

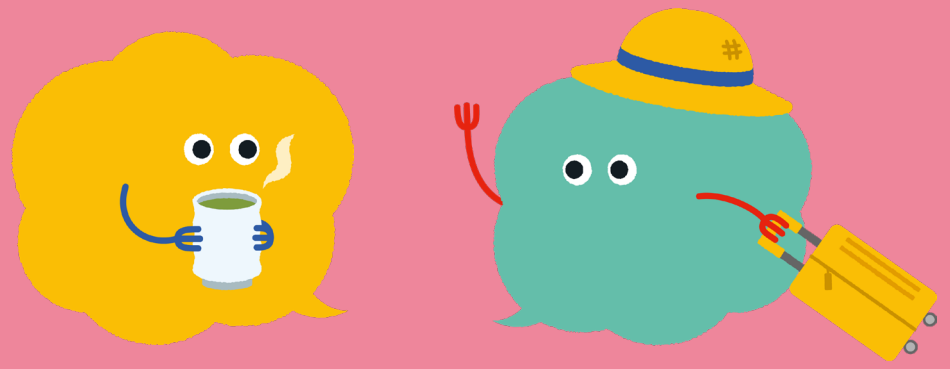
こうした状況は、日常の医療の場面に限らず、災害時や緊急時にも影響する可能性があります。
平常時に関係性が十分に尊重されていない場合、
緊急時に適切な対応がなされるとは考えにくいため、不安を感じる人もいます。

このように制度は整いつつあるものの、その使われ方や受け取られ方には違いが見られます。
関係を証明できても、家族と同じように扱われるとは限らない場面があるのが現状です。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

6

老後のわかったつもり

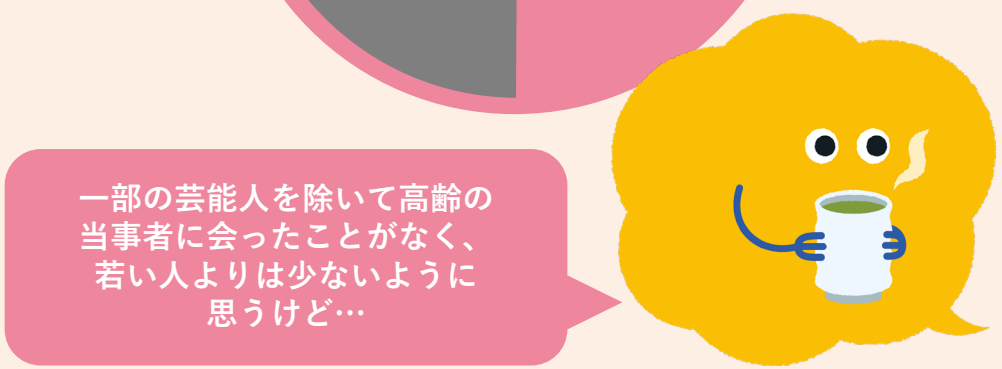


©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「他の世代と比べて、高齢者の当事者は少ない」と思われることがあるが…
「時代背景の影響もあり、可視化されていない」だけの可能性がある

わかったつもりの声



掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

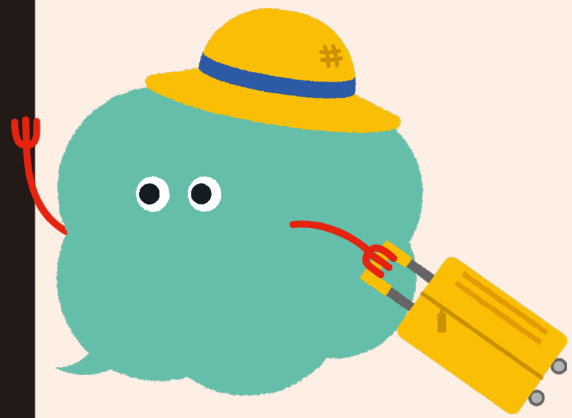
ほんとのところの声

【30代 ゲイ当事者】

自分は同年代のゲイの友人よりも、50代のゲイの友人の方が多く、実際に少ないとは到底思えない。その友達にも更に上の世代のゲイの友人や知り合いがたくさんいる。

【30代 トランスジェンダー当事者】

実際には自分たちの世代と同じくらい当事者はいると思うが、当時の時代背景を考えると可視化されていないだけだと思う。社会の圧力もあったとのことで、生まれた性のまま異性と結婚をした方が知り合いにいる。



【50代 ゲイ当事者】

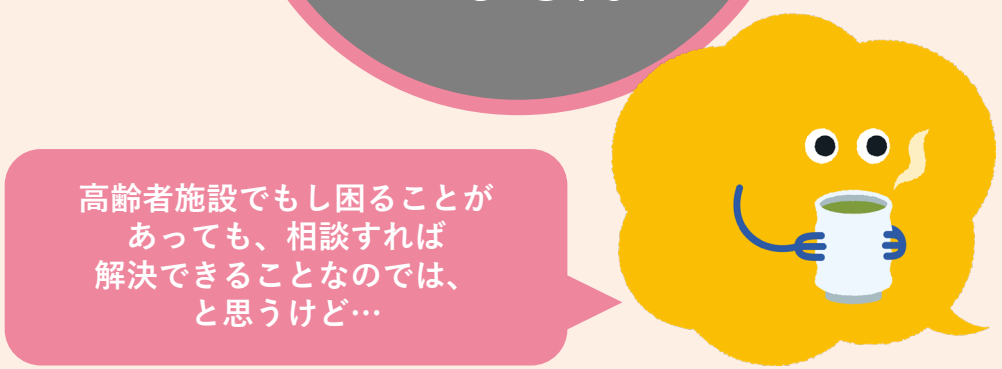
シニア層はそもそもセクシュアリティについての話題との関連性が想起されにくいので、社会の理解度は確かにかなり低いと思う。実際には同程度シニア層にも当事者は存在している。年齢に限らず自分の性の問題に向き合っている人は多いと思う。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「高齢者施設では当事者であることによる特別な困りごとはない」と思われることがあるが…
「施設内で自分らしく過ごせるか不安を感じる」ことがある

わかったつもりの声



掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

ほんとのところの声

【50代 ゲイ当事者】

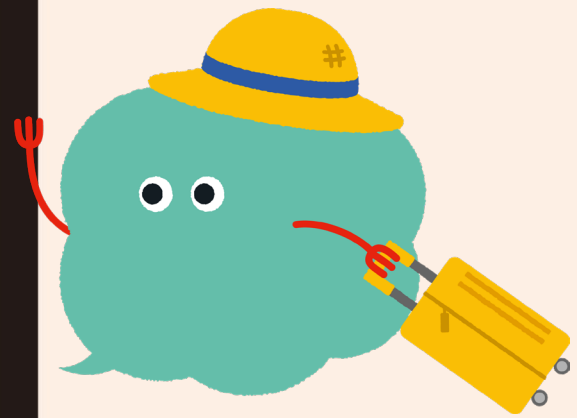
体力や気力も衰退する中、介助や入居者同士の関わりの過程で不本意な扱いを受け入れざるを得ないことを想像すると、かなり不安です(ので、早いうちから対策を考えています)。

【30代 トランスジェンダー当事者】

老後の同性介助がどちらになるか不安がある。

【30代 レズビアン当事者】

高齢者施設でも、いわゆる男女のいざこざがあると聞いたことがあり、自分も巻き込まれそうな不安がある。また、衣食住を共にする生活環境だと思うので、カミングアウトしたくなくても、自分のプライベートが周囲に知られることになってしまうのではないかという不安もある。

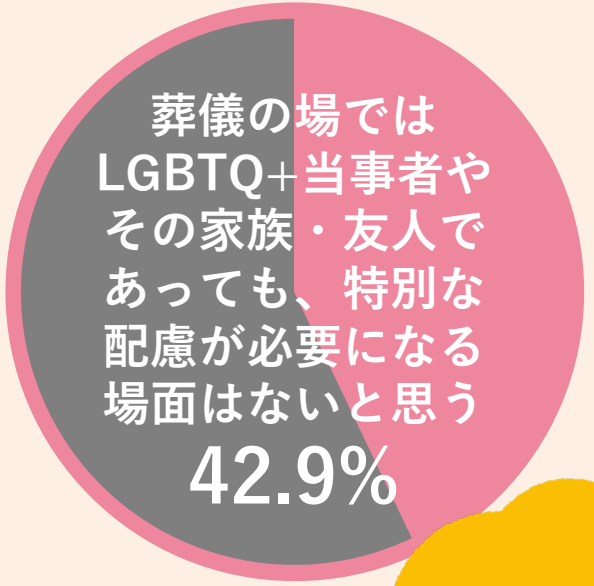


©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

ほんとのところは…

「葬儀の場では特別な配慮が必要になる場面はない」と思われることがあるが…
「当事者としての生き方や人間関係に配慮してもらえない不安を感じる」ことがある

わかったつもりの声



掲示スコアは「そう思う」+「ややそう思う」の合計

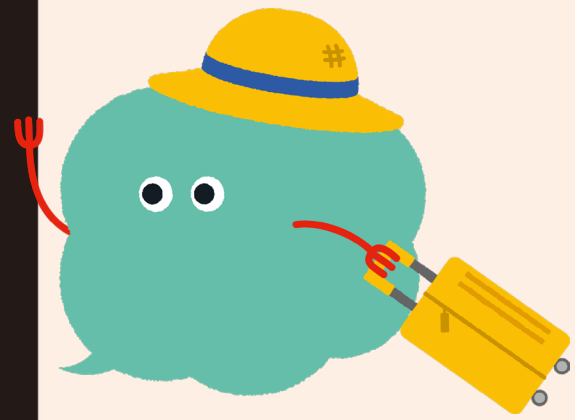
ほんとのところの声

【20代 バイセクシュアル当事者】

もし同性パートナーと事実婚をすることになった場合、どちらかが亡くなったら親族に説明していないため喪主になれるのか、葬儀に立ち会えるのか、財産相続ができるのか、不安がたくさんある。

【30代 ゲイ当事者】

家族にカミングアウトしていないので、もし自分が死んでしまったら、同じ当事者の仲間や友人に気づかれることもなく葬儀を行われてしまうのではと思ってしまう。



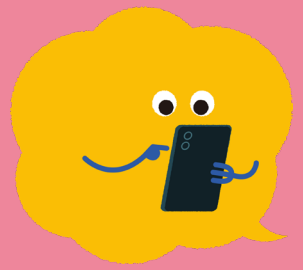
【40代 クエスチョニング当事者】

最期まで常に偽らなければならないと思っている。たとえば戒名をつける場合、性別によって分けられる部分をつけられたくない等。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

コラム

当事者である不安は
どこまで続く？



高齢者のLGBTQ+当事者は、他の世代と比べて少ないように見えることがあります。
しかし、時代背景の影響もあり、
これまで自身のセクシュアリティを表に出さずに生きてきた人も多く、
実際には存在が見えにくくなっているだけである可能性があります。

そのため、当事者が直面している課題も見えにくい状況があり、
老後の暮らしにおいても、セクシュアリティが関係する場面は少なくありません。

LGBTQ+当事者の場合、老後に法律上の家族がいない、
あるいはパートナーとの関係性が十分に認識されていないこともあり、
医療や介護の場面で本人の意思が反映されにくいと感じるケースがあります。

また、施設での生活においては、自分のことをどこまで伝えるか悩むことや、
これまでの関係が周囲に理解されにくいと感じる場面もあるといわれています。

さらに、最期に関わる場面では、葬儀や相続、遺品の整理といった中で、
パートナーや大切な関係が十分に尊重されないことへの不安を感じる人もいます。

このように、老後の暮らしにもセクシュアリティにまつわる不安が多くあります。
老後も当事者であることへの不安を抱え続けるのか、それとも安心して過ごせるのかは、
世の中や周囲の理解がどう変わっていくかに左右されます。

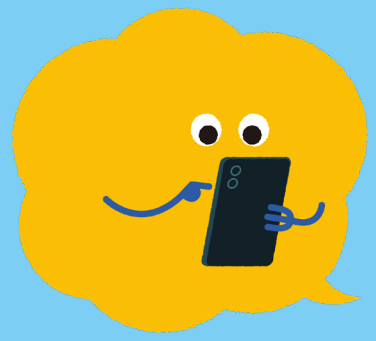
©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

おわりに

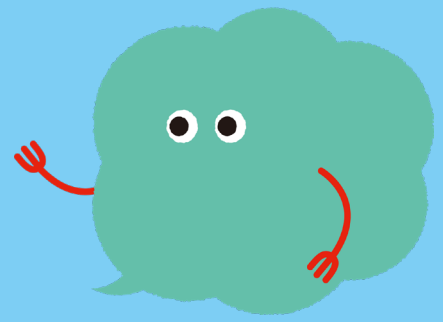
このデジタルブックでは、LGBTQ+当事者の生活にまつわる
「わかったつもり」と「ほんとのところ」を紹介してきました。

データやコメントからは、同じ言葉や出来事でも、
立場によって感じ方が異なることが見えてきました。

その認識の違いは、恋愛や仕事、住まい、家族との関係など、
日常のさまざまな場面に存在しています。



ここで知ったことが、身の回りの出来事や言葉を、
少し違う角度から見つめるきっかけになれば幸いです。



©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.

掲載スコアについて

「LGBTQ+調査2026」本調査

調査対象	：20～59歳の非LGBTQ+当事者5,640人
調査対象エリア	：全国
調査時期	：2026年1月19日～27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

回答回収数	：20～59歳のLGBTQ＋当事者による 635件の回答から抽出（一部抜粋・要約）
調査対象エリア	：全国
調査時期	：2026年1月19日～2026年4月12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 DEIオフィス
  Email：dj-dei-office@dentsu.co.jp

知る。話し合う。変えていく。

©DENTSU GROUP INC. ALL RIGHTS RESERVED.