



理解の輪が  
広がっていくことを  
願って

柏市立藤心小学校  
校長 中光理恵さん

2025年9月取材 藤心小学校校庭にて



柏市立藤心（ふじごころ）小学校校長の中光理恵（なかがみつりえ）さん。1984年以降、柏市内の小中学校の教員を務めてきました。現在は教職のかたわら、全国で性的マイノリティ（少数者）をテーマとした講演をしています（所属・肩書等は2025年9月取材時のもの）。

中光さんの活動にとって大きな転機となったのは2014年、独立行政法人国立女性教育会館（以下NVEC、※1）に3年間、専門職員として派遣されたことでした。ここでは、女性活躍推進、女性の貧困、SDGsなどをテーマにした事業に取り組みました。NVECが主催する研修やセミナーの企画運営に携わったほか、2016年にはニューヨーク国連本部「国連女性の地位委員会」に政府代表団の一人として参加しました。様々な仕事の中でも、教育現場での経験を踏まえ、とりわけ注力したのは「性的マイノリティへの理解増進」でした。

2017年に柏市の小学校に戻ると早速、市教育委員会主催の「性的マイノリティ児童生徒への対応研修」（教職員対象）の講師を始めました。NVECの中光さんの研修を見聞きした人のつながりから、全国各地からも講師依頼を受けるようになり、現在に至っています。我孫子市でも毎年「人権講演会」（※2）で、2022年の白山中学校を皮切りに毎年1校程度、中学生に対し性的マイノリティをテーマに講演を続けています。こうした講演を始めた動機やそれに寄せる思いについて聞きました。

## ある教え子との出会いから.....

私が性的マイノリティに関する講演を行うようになった元々のきっかけは、中学校の担任をしていた時に、トランスジェンダーの生徒に出会ったことです。当時担任していた1年生のクラスに「身体が女の子で心が男の子」であることに苦しんでいるAさんがいました。入学して間もない頃、お母さんからそのことを打ち明けられ、初めて知るようになりました。

年度初めは順調に登校していましたが、1学期の途中から遅刻や理由がはっきりしない欠席が増えました。お母さんに聞くと、Aさんは制服のセーラー服を着るのを何より嫌がっているということでした。朝の着替えの時は本当につらかったようでした。困ったお母さんから連絡を受けてお宅を訪問すると、Aさんは感情が高ぶって泣

いていることもありました。もう自分でもどうしていいかわからないという心の葛藤がうかがえました。当時は、大抵のことがあっても子どもには登校させようという風潮がありましたが、この状況を目の当たりにし、Aさんの心に寄り添って支えていこうと、学校と家庭で連絡を取り合っていくことを確認しました。

当初はAさんの状況を一時的なものと捉えていたお父さんも、やがてありのままの子を理解するようになり、夫婦協力し合って支えていこうという姿勢に変わったそうです。当時は子どもの性同一性障害(※3)を診てくれる医療機関があまりありませんでした。夫婦で一生涯懸命調べた結果、やっと県外のクリニックを見つけました。

(※1) 国立女性教育会館 文部科学省所管の独立行政法人。英語名称のNational Women's Education Centerを略してNWECC(ヌエック)と呼ばれる。独立行政法人男女共同参画機構法(2025年6月)により、2026年4月から内閣府所管の独立行政法人男女共同参画機構となる。

(※2) 人権講演会 柏人権擁護委員協議会 我孫子部会主催。右図は2023年に我孫子中学校で実施した時の資料から(肩書は当時のもの)。2025年は我孫子市立布佐中学校で開催。

(※3) 性同一性障害(GID、Gender Identity Disorder) 戸籍上の性(生物学

的な性)と自認する性(心の性)が一致しない人をトランスジェンダー(transgender)といい、性同一性障害はその医学的診断名とされてきた。世界保健機関(WHO)は2019年、性同一性障害について、これまでの精神障害の分類から除外し、名称を「性別不合(GI、Gender Incongruence)」に変更した。最近では、性別不合に加えて「性別違和」という言葉も使われている。





Aさんは受診し、「性同一性障害の疑い」という診断書をもらいました。「自分はトランスジェンダー（前ページ、※3）なんだ、体と心が違うんだ」ということがわかったのです。お母さんとその報告に来てくれた時のすっきりとした笑顔は、今でも忘れられません。「なんだかほっとした。やっと自分が認めてもらえた」。今までのモヤモヤした症状にちゃんと名前がついただけでも、安心したのでしょう。中学2年生になって、ようやくここにたどり着きました。お母さんも、この子の生きやすいように生きさせてあげたいと思ったそうです。

その後、Aさんは教室でカミングアウト（※4）しました。親にも子にも不安はあったでしょう。それでも、二人はカミングアウトを望みました。私はそれを何より大切にしたいと思います。Aさんとは事前に時間をかけて話し合いました。どのような形で、誰に対して行うか、一緒に考えました。並行して先生たちにも説明し、支援や体制整備をお願いしました。カミングアウト

トは本人と保護者の意思であること、そしてカミングアウトした後は、学ラン、つまり男子の制服で登校したいと希望していることを知らせました。校長先生は驚くこともなく「いいじゃないか。それで学校に来られるならそれに越したことはないから。ちゃんとやってあげて」と励ましてくれました。

Aさんは、自分のクラスでは自分から話したいと願い出ました。他のクラスの生徒には先生から話してくださいと。その際には、性同一性障害とはどういうものか、みんなに正しく伝えてほしい、どこかが悪いわけではない、ましてや親の育て方が悪いということではない、こうしたことも含めてと。私からは、もし周りに「女の子なのに、なんで学ラン着てるんだ」などと言う生徒や大人がいたら、私が窓口となってきちんと説明すると、約束しました。こうして、私たちが意思の疎通を図りながら、一つ一つ順を追って対応を決めていったことはよかったですと思います。

カミングアウトの当日、Aさんはみんなに宛てた便箋3枚の手紙を用意しました。その冒頭は「自分は、女の子として生まれました」。2歳位からスカートをはくのも嫌でズボンばかりはいていたこと、幼稚園の時、無理にスカートをはかせられ泣いたこと、成長して変化していく体が嫌だったこと…。Aさんはみんなの前で手紙を読み始めました。しかし、ほどなく感情が込み上げてきて、涙が止まらなくなっていました。頼まれて、途中から私が代読しま

した。生徒たちは真剣な顔になり、うなずきながら聞いていました。共に泣く生徒もいました。「俺は男です」。自分の本当の気持ちをみんなにわかってほしい、避けたりしないでほしい。手紙は、つらいことを乗り越えて、いつかいろいろな人に理解してもらえよう努力していきたいと、締めくくられていました。私からは生徒にこう話しました。心の性別と身体の性別が同じではない人は一定数いる、これは本人がおかしいものでも、親の育て方によるものでもない、本人の心の性別に合ったような服で通わせてあげたいと先生たちにも伝えてある。そして、正しく知った上で、これまで通り接してね、と話を結びました。「自分の口で言いたかったという気持ち、わかるよね」と生徒に問うと、みんなしっ

かりと首を縦にふりました。

その後は生徒たち同士、本当に仲良くやっていました。女の子たちの接し方に変わりはありませんでした。男の子たちは、「おい、ドッジボール行くぞ」と誘っていました。クラス対抗の合唱コンクールでは、男声パートのリーダーとして活躍し、全校最優秀賞に輝きました。卒業式後の写真撮影では、Aさんは男の子たちと肩を組んで写真に納まりました。頑張ったカミングアウト。それを周囲がよどみなく受け止めてくれて、Aさんは卒業までわだかまりのない学校生活を送れたように見えました。

振り返ってみれば、すでに学校内に「多様性」があったこともよかったのかもしれませんが。韓国やフィリピン、タイなど、い

(※4) カミングアウト 下図参照 (我孫子市立我孫子中学校人権講演会 (2023年) 資料から)。



カミングアウトに対し、周囲が無配慮に拡散 (アウトティング) したことにより、本人が精神的に追い詰められるケースもある。カミングアウトされたら、決して否定したり、決めつけたりしない。「アライ」(理解者・支援者)の視点で、共感し、理解し歩み寄る姿勢が必要。



ろんな国の子がいました。様々な家庭環境の子や登校渋り気味の子もいました。みんなにとってそれが日常で、性的マイノリティのことも多様性の一つとして自然に認め合うことができたのではないのでしょうか。

お母さんとは今でも友達で、その後のAさんの様子も、機会があるごとに教えてもらっています。お母さんは努力しました。我慢もしました。身体を壊すほど悩んでい

たのに、子どもとのやりとりを通じてとても強い母になっていきました。自身が子どもに励まされた局面もあったと思います。そうした子どもとの歩みを、私の講演に同行し、参加者に話してもらったことは何度もあります。

Aさんは高校に入るとすぐ、友人たちにかミングアウトしました。みんなすなりと受け入れてくれたそうです。中には「僕もそう、というか、わたしも本当は心は女の子なんだよ」と打ち明けてくれた生徒もいたのだとか。理解し合う空気に包まれた環境で、高校時代もとても充実して過ごせたようです。就職では大変なこともありましたが、今は親から独立しています。そして、女性パートナーと人生を歩んでいます。お母さんは安堵した表情で話します。「もう私の手を離れて、彼女もいるし、自分でちゃんと決定しているから」。



## 理解の輪が広がっていくことを願って……………

性的マイノリティに対する差別は、人権課題の一つです。世の中には、人種、障害者、女性、年齢、職業…。実に様々なところに差別があります。性的マイノリティもその一つと捉えてください。差別はいけないうちでわかっていても、相手の「違い」を認めずに、見下したり、排除したりする態度をとってしまうことはないでしょうか。

一方、こんなことはありませんか。人を「普通の人（マジョリティ）」と「普通ではない人（マイノリティ）」に分け、自分のいる側を「ふつう」と呼んでしまう。あるいは「男のくせにめそめそするな」とか「女の子らしくもっとおしとやかに」とかつい言うてしまう。いずれのケースも「アンコンシャス・バイアス（無意識の偏見）」が

作用しているとされます。思わず口から出た言葉が、相手の人格を踏みにじったり、心を傷つけたりするなど、差別を生み出しかねません。

アンコンシャス・バイアスは、育つ環境や所属する集団の中で知らず知らずに脳に刻み込まれて、誰もが持っていると言われます。自分の中にもアンコンシャス・バイアスがあると認識することが大切です。無意識のうちに偏った判断に陥り、それによる言動が相手につらい思いをさせてしまうことのないよう努力していきましょう。

私が講師の研修ではまず、「自分がしてほしいことを他の人にしなさい」つまり「自分がしてほしいくないことを他の人にはしないように」と思いやりの大切さを説き

我孫子市立我孫子中学校人権講演会（2023年）資料から

## アンコンシャス・バイアス【無意識の偏見】

- ・誰もが潜在的に持っている**バイアス（偏見）**のこと。
- ・**育つ環境**や**所属する集団**の中で、**知らず知らずに脳に刻み込まれた固定概念**
- ・バイアスの対象は**男女 人種 貧富** などさまざま。しかし、**自覚できない**ために、自制することも難しい。
- ・無意識のバイアスはいろいろな判断をするときに、**便利なショートカットの役割を果たす。**
- ・しかし「**無意識のバイアス**」がいつ、どのように現れるかを知ることで**その影響を最小限に抑えることが可能になる。**

〇〇ならば  
△△だろう

〇〇ならば  
△△であるべき

自分側のことを「ふつう」と呼んでしまうのは  
「アンコンシャス・バイアス」が働いているから

ます。そして「『違い』は『間違い』ではない。『違い』はあって当然で、恐れるものでも、恥ずかしいものでもない。『違い』を正しく知ることから始めよう」と話しています。

日本では周囲への同調圧力が働きがちで、自分が違っていると感じると、それが周囲に知れるのが嫌で、隠してしまうことが起きやすいのです。私の話を聞いてくれた人が理解者となり、次には、自分が伝えていく側になってくれることを期待します。そうして、理解の輪が広がっていくことを願っています。

## 中学校での講演会アンケートから（抜粋）

### 中光さんのお話で

### 印象に残ったこと、気付いたこと

※ 主旨を損なわないよう一部変更しています。

- ★ 自分の普通と友達の普通は違う。でも仲間。
- ★ 普通という言葉は何気なく使っていたけど、自分の中では普通でも、他の人には普通じゃないこともたくさんある。
- ★ 「ちがいは「まちがひ」ではない。
- ★ 他の人と違うからダメというわけではない。
- ★ トランスジェンダーがづらいんじゃない。づらいのは、他人に認めてもらえないこと、自分が何なのかわからないこと。
- ★ 男・女という固定概念に縛られることなく、様々な感情や性を持った人を認めていきたい。
- ★ 自分がされて嫌なことは人にしてはいけない。
- ★ 想像力を働かせて思いやりの第一歩を踏み出す。

## 日頃から気を付けたいこと

- ・多様性を知って理解し、認められるように意識を持つこと
- ・LGBTQだけでなく国籍・障害などで人を決めつけたり差別をしないこと
- ・それぞれの「ちがひ」を認め合える人間関係づくりを心掛けること
- ・むやみに線を引かないこと⇒男だから、女のくせに等
- ・困っている人を置き去りにしないこと 見て見ぬふりをしないこと  
⇒たとえ少数（マイノリティ）であっても
- ・正しく知ることが差別・偏見をなくす始まりであること
- ・知らないことで無意識のうちに人を傷つけていること⇒知ることが大切
- ・想像力を鍛えること⇒思いやりにつながる

気づけば

見えてくるものがある

「ふつう」  
の意識を  
書き換える

我孫子市立我孫子中学校人権講演会（2023年）資料から

記事を読んで気付いたことを  
メモしておきましょう

中光さんのお話しで

印象に残ったこと、気付いたこと