

子どもの「性別への違和感」や悩み 親はどう対応したらいい？【下】

お悩み相談 育て方

2025.02.21

篠原智恵子

LIVE!



自分自身の性別について悩みをもつトランスジェンダーの人たちのうち、ジェンダークリニックを受診した人たちの約割は、中学生までに「性別への違和感」を自覚しているといえます。大きな小学校からは全校で1~2人くらいは、そうした違和感をもっているのではないともみられます。子どもが抱く性別への違和感や不安に、親はどう寄り添うことができるのでしょうか。20年以上にわたってジェンダー医学の現場に関わってきた日本GI（性別不台）学会理事長の中塚敏也さん上と下2回にわたって聞きました。【下】編は「性別への違和感をもつ子どもたちへの対応」についてです。

話を聞いた人

中塚敏也さん

日本GI（性別不台）学会理事長、岡山大学大学院保健学研究科教授

（なかつか・みきや）医学博士。専門領域は生殖医学。岡山大学医学部を卒業後、米国留学を経て、1995年に岡山大学ジェンダークリニックの開院時に診療に参加。同クリニックで性別に違和感をもつ子どもの診療もしている。

性別への違和感、親が気づくかより「子どもが言い出しやすいか」

――「男の子」「女の子」という性別にしっかりきていない子どもは、どれくらいの時期からそれを認識し始めるのでしょうか？

早い子は小学校に入る前からですね。大人になってから専門医療施設に来た方々に聞くと、半分以上は「物についたところから」と答えます。岡山大学ジェンダークリニックの調査では、小学校入学前と答えた人が56.6%で最も多く、小学校低学年（33.5%）、小学校高学年（9.9%）、中学生（9.7%）、高校生以降（7.8%）となっています。「心は男性で体は女性」という方の場合には約70%が小学校入学前に違和感をもっていました。

――たとえば、女の子のおままとををする男の子と遊ぶのが好きな「男まさりの女の子」ともいるとは思いますが、そういう子との違いは何ですか

男まさりの女の子が「自分は本当は男の子だ」と思っているのかという、おそろく違いです。「自分は女の子だけど、男の子と遊びたい」「自分は女の子だけど、女の子だから〇〇しろ、と言われるのはいやだ」というのであれば、自分が女の子だということを理解しているうえで言っているわけだから、それは性別への違和感とは異なります。自分のことを「僕」と呼ぶ女の子もいます。「自分は女だ」というところが揺らいでいないなら、トランスジェンダーではありません。行動や言動は判断要素の一つではありますが、それで判断するというよりは、心の中がどうなのか、が大事です。

岡山大学ジェンダークリニックには小学校低学年の子も来ることがありますが、自分のことを正確に分析できる子どもばかりではありません。そのような場合、子どもや親に成長歴やそのときどう思ったかなどについて詳しく聞くなかで、違和感が少しずつ見えてきます。例を挙げると、「小さいとき、男の子と一緒に遊んでいたけれど、スカートをはけと言われていやだった」「〇〇君と呼ばれるのはいやだった」「生りが来てショックだった」などのエピソードですね。

――そのような子どもの変化や違和感に、親はどうすれば気づくことができますか

親が気づくかどうか、というよりは、子どもが言い出しやすいかどうかということが一番大きいですね。「〇〇ちゃんと呼ばれるのはいやだ」「お人形はきらい。戦艦ヒーローのフィギュアがほしい」「私にはおちんちんはついで生えてくるの」、あるいは「男の子と遊ぶのはいや。女の子のおままとをがしたい」など、割り当てられた性別に関して「いやだ」という気持ちや言葉の親や周囲や環境があるかどうか。

我が家が2012年に調査したデータでは、「小学生のころに性別違和感を言葉で伝えることができたか」という問いに対し、心は女性で体は男性の人の89.5%、心は男性で体は女性の人の82%が伝えられていませんでした。

「なぜ言い出さなかったのか」を聞いた2014年の調査では、「親に申し訳ないと思った」「親を悲しませると思った」「親に気持ち悪いと見捨てられるのではなかった」などの声もありました。

Page: 2 ↑ ↓

親や先生が否定的な言動をしないことが大切

――どんな状態であれば、子どもは親に、性別への違和感を言い出しやすくなりますか

日ごろから、性的マイノリティーなどについて、無意識あるいは意識的に、否定的な言動をしないことが大切です。LGBTQに関するテレビのニュースを見ながら、「こういうのはおかしい」と批判したり、差別的なことを言うつもりする大人には、子どもは絶対に相談しません。「男らしくなさい、女らしくなさい」という決めつけもそうですね。

そのためには、親自身も、性的マイノリティーや性別への違和感について、正しい知識を持つこと、勉強することが大事だと思います。今の30~40代であれば「大学で習いました」という人も増えてきています。

「見つけよう」といふことも重要です。学校の先生にもよくお話しするのですが、「あの子はそうかもしれない」という目で見ても、子どもから何も言っていないの先走って働きかけをしないこと。「男の子は水色、女の子はピンクではなく、黄色にしよう」などと先回りする必要もありません。あくまでも、子どもが大人を信頼して言いやすい環境をつくっておいで、緊急性がなければ、見守っていいと思います。

子どもが性別への違和感を口にした際は、まず、断るか否定しないこと。「女の子なんだから〇〇しなさい」「男の子なのにそんなこと言うのはおかしい」などと否定してしまうと、子どもは自分の違和感を封じ込めるようになってしまいます。怒られたらといって、気持ちが消えるわけではありません。逆に、「親にはもう言えない」「これは悪いことなんだ」「自分は変なんだ」と思うようになってしまいます。

「どうしてそう思うの？」と聞いてもかまいませんが、「わからない」と答えることも多いです。「そんなのね」と受け止めてあげればいいと思います。

冗談としてごまかさないことも重要です。子どもが何に困っているのか、を真剣に聞いてあげてください。たとえば、男の子が「スカートはきたい」と言ってきたら、本人が困らない範囲でさせてあげてもいいと思います。しかし、保育園にスカートををはいていて、いじめられたりからかわれたりして本人がいやな思いをするのがないように、そこも含めて、親は対応してあげてください。保育園に事情を説明するのが難しいければ、我々医師のところに来てもうえれば、他のうまくいった例を紹介したり、意見書を書いたりすることもできます。

子どもは違和感を知った親自身が不安を感じるのであれば、その不安を取り除くためにジェンダークリニックや子どものメンタルヘルスを診ることができる心療内科などを訪れることは悪くありません。もし受診したとしても、小さい子には治療はしません。困っていることがないのなら、病院に行かなくても子どもに害はありません。

小児期に性別違和感があっても、そのような違和感が大人になるまで続くとは限りません。観察を続けた結果、8~9割は性別不台ではなかったというデータもあります。多いのは、「自分1人男の子なのに男の子が好きだから、本当は女の子なのかもしれない」と思い込んでいたという同性愛のケースともみられます。

Page: 3 ↑ ↓

中学生は「危機の時代」 必要になる大人たちの関心と知識

――性別に違和感をもつ子どもにとって、中学生のときが「危機の時代」といわれるのはどういうことでしょうか？

一つは、体が二次性徴を迎えるからです。女の子なら胸が大きくなり始め、小学校の高学年ごろから生理が始まります。男の子なら中学生のころには声変わりが始まり、ひげが生えてくる、などです。これらの「望まない」身体的な変化によって、体の性心性が異なる子どもの違和感ほさらに強くなります。生理が来るたびに自殺未遂をする子もいますし、お風呂に入るときに自分の体が見えないう電気や消しているという子もいます。

もう一つは制服。中学校では男女別々に制服がある学校が多く、学校生活で男女に分かれる活動も増えてきます。トイレはもちろん、更衣室、修学旅行などの問題もあります。さらに、恋愛です。どんな人を好きな人か、どういふふうが好きか人に気持ちを伝えるか。中学生の頃にはそういう難しいことがすべて重なり、学校に行きたくない、死にたい、という気持ちにつながることもあります。

――そのような場合、学校ではどのような対応が望ましいのでしょうか？

以前は「医師による診断書を持つべきだ」というような学校もありましたが、最近はいふ理解が広がっています。性別への違和感をもつ子どもに対する学校における支援のあり方などについて、2016年に文部科学省が通知を出したこともあり、先生に対する研修を実施する自治体も増えてきています。性の多様性について触れた小学校の教科書も増えていきます。

文科省の通知では、たとえば制服については「自認する性別の制服・衣装や、体操着の着用を認める」、トイレは「職員トイレ、多目的トイレの利用を認める」、修学旅行では「入浴施設の使用を認める。入浴時間とする」などと支援の例を挙げています。ただ、「職員トイレを使う」といふ言葉は入浴時間とする、なぜあのトイレばかり使うの？」と周囲にからかわれることもあるかもしれない。学校側はケース・バイ・ケースでめのかい配慮が求められます。

性別・性傾向に係る児童生徒に対する学校における支援の事例

項目	学校における支援の事例
服装	・ 自認する性別の制服・衣装や、体操着の着用を認める。
髪型	・ 標準より長い髪型・髪型を一定の範囲で認める（戸籍上男性）。
更衣室	・ 保健室・多目的・トイレ等の利用を認める。
トイレ	・ 職員・多目的・トイレ等の利用を認める。
学校の工夫	・ 校内外衣（制服を含む）を児童生徒が希望する時着用可とする。 ・ 自認する性別に応じて着用する。
授業	・ 体育又は保健体育において男女混雑を認める。
水泳	・ 上着を着たままの更衣室の利用を認める（戸籍上男性）。 ・ 確認して性別に一致しない場合は、男女別更衣室へ変更する。
運動部の活動	・ 自認する性別に係る活動への参加を認める。
部活動指導	・ 入浴施設の使用時間、入浴時間等を認める。

【注】「性別・性傾向に係る児童生徒に対する学校における支援の事例」＝文部科学省通知「性別・性傾向に係る児童生徒に対する支援の事例」に関する具体的な対応の実施等について」別紙から

また、子どもから違和感を感じ明けた親が学校と連携を取るのには大事ですが、本人がそこまで望んでいないのに「トイレはこうしてください、更衣室はこうしてください」などと先走ってはいけません。子どもが、学校に行くにあたって何に困っているのか、なぜ学校に行きたくないのか、親が子どもの声をよく聞いてあげること、一つずつ解決していくことが大切です。

性別への悩みを抱える人がうつ病や引きこもりになったり、自殺をしようとしたりすることを防ぐには、子どものころの対応が非常に重要です。親や先生など周囲が子どもの気持ちを否定せず、受け止めて、必要な支援をすることが、その子の人生を変えます。そのためには、まずは大人が「性別への悩み」について関心をもち、正しい知識を持つことが大事だと思います。

受験に役立つ教育情報紙

無料会員登録中

特別優待価格

申込み

最初の3ヶ月50%OFF

クリエイティブアプリ

20種類以上が使い放題

今すぐ購入

Adobe Creative Cloud

今すぐ購入

次ページ | 親や先生が否定的な言動をしないことが大切

1 2 3

この連載をもっと読む

学習と健康・成長

子どもの「性別への違和感」や悩み 親やまわりの大人はどう対応したらいい？【上】

私たちの社会には、自分の性別のことで悩みを抱える人たちがいます...[続きを読む]

篠原智恵子

2025.02.20

学校・家庭生活

学習と健康・成長

体育・スポーツでの「多様な性のあり方」は 日本スポーツ協会研修会の内

体育・スポーツ業界では「多様な性のあり方」に配慮し、みんながさが...[続きを読む]

佐々木 正孝

2021.03.26

高校入試・受験 大学入試・受験

ハイスクールラプディー

「元女子高生、ババになる」の杉山文野さん 日本女子大付属 友人の一言で

男性の心と女性体を持つ生まれたトランスジェンダーの杉山文野さん...[続きを読む]

杉山 文野

2021.03.04

探究

Think Gender

体の性別に違和感を持つ10代のために、「胸を平らに見せる下着」を高く

体が女性であることと違和感を持つ10代のために「胸を平らに見せる...[続きを読む]

阿部 花恵

2024.01.15

学校・家庭生活

学習と健康・成長

採用増える「ジェンダーレスファッション」、誕生の背景は トンボのデザイナーに

多様性への配慮を目的に誕生した、更衣室を感じさせない「ジェンダーレ...[続きを読む]

小林 香織

2021.04.02

新着記事

新着一覧 >

体験講座

中学受験がかったお金は？

【中学受験「無料」のリアル】塾、個別指導、家庭教師、お預けいからかかった？ 体験談をお寄せください

2025.02.21

中学入試・受験 体験記

留学・新時代

「マレーシアの大学進学という選択 肢（後編）」経験者に聞く苦労は？

留学に必要な準備と語学力は

2025.02.21

英語教育

色鮮やかなこのニュースって何？

偏重米を「国に備蓄して いるものって何？

2025.02.21

中学入試・受験

学習と健康・成長

子どもの「性別への違和感」や悩み 親はどう対応したらいい？【下】

2025.02.21

お悩み相談 育て方

不登校と向き合う

小1不登校からの大学進学 7児の母で、NPO代表理事がいま思うこと<第4回>

発達凸凹と向き合う

発達障害 我が家の場合【算数障害の娘の「マネジャー」に「学習を認めない環境づく」が

不登校と向き合う

小1不登校からの大学進学 7児の母で、NPO代表理事がいま思うこと<第4回>

外資系で作家・中山祐次郎さん【聖光学院】苦労した医学部受験「真っ当な努力は裏切らない」

【中学受験と体罰管理】南気に負けない身体を作る生活リズム 習慣化で受験後の体罰にもつ