

性暴力で悩んでいるあなたへ

知ってほしい、
伝えたいこと



おおいた性暴力救援センター

す み れ

性暴力って何？

相手が誰でも、どんな状況でも、
自分の意思に反して受ける性的行為は
すべて性暴力です。

たとえば

レイプ、性虐待、痴漢、盗撮、DV、ストーカー行為、
ポルノ被害、アダルトビデオ出演強要、セクハラ、
脅迫や立場を利用して援助交際をさせる など

また、

性暴力の加害者は知人やデートの相手であることの方が
多いです。

配偶者や恋人の間であっても、見たくもないのにポルノ
ビデオや雑誌を見せることや、嫌がっているのに性行為を
強要すること、中絶を強制することなどは性暴力です。

男性も被害を受けることがあります。

**性暴力は、人権侵害です。
人としての尊厳を脅かし、心も身体も傷つける
決して許されない行為です。**

DV (ドメスティック・バイオレンス) とは

配偶者やパートナーなど親密な関係にある (あった) 人から振るわれる暴力をいいます。

身体的、精神的、性的、経済的、社会的暴力があります。

.....

デートDVとは

交際相手からの暴力を「デートDV」といいます。

DVは大人だけの問題ではありません。高校生や大学生のカップルの間でも、親密な関係になると大人のDVと同様のことが起きています。

.....

ストーカー行為とは

特定の人に対して、つきまとい等を反復して行うことをいいます。

住居、勤務先、学校に押しかける、待ち伏せる、無言電話をかける、行動を監視する等の行為があげられます。

.....

セクハラ (セクシュアル・ハラスメント) とは

相手を不快にさせる性的な言動です。

基本的には、受けた人が不快に感じたら、それはセクハラになります。

おおいた性暴力救援センター
すみれ
を知っていますか

大分県が設置した性暴力被害にあわれた方を支援する相談窓口です。

ひとりで悩まないでお電話ください。

相談専用窓口

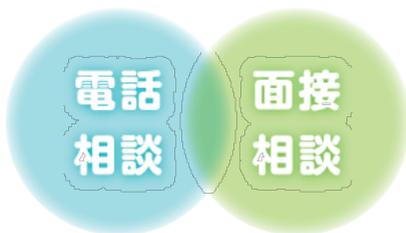
097-532-0330

9時～20時（土日祝・年末年始を除く）

- 相談は無料です。
- 秘密は守られますので、安心してご相談ください
- 男性の被害者の方のご相談もお受けします

緊急時は迷わず110番

「すみれ」にできること



相談員があなたのお話をお聴きします。あなたの気持ちに寄り添いながら、どうしたらよいかを一緒に考え、ご希望に応じて病院や警察、臨床心理士、弁護士など関係機関におつなぎします。



ご希望に応じて、病院や警察、弁護士事務所などへ行くととき、相談員が付き添います。

- **医療機関への付き添い**
連携している医療機関を紹介します。医療費が公費で負担できる場合があります。
- **警察への付き添い**
警察に連絡をとり、届け出に付き添います。
- **弁護士による法的支援**
法的なご相談をお受けします。弁護士事務所などに付き添います。

カウンセリング

女性の臨床心理士がお話をうかがいます

緊急時の宿泊場所の提供

宿泊施設を利用できる場合があります（上限：3日間）

からだのケア (産婦人科)

被害にあってしまったら、できるだけ早く病院に行くことが大切です。

レイプ被害などの場合は、受診することで、性感染症や望まない妊娠からあなたを守ることができます。

緊急避妊

妊娠の危険があるときは、**緊急避妊ピル (飲み薬)** を使う方法があります。このピルは、被害から**72時間以内**に飲みます。薬の服用によりほとんどの場合は妊娠を避けられます。

心配な症状があるときや、3週間しても月経が来ないといった場合は産婦人科で再度相談しましょう。

.....

性感染症とその治療

被害で性感染症にかかることがあります。さまざまな性感染症がありますが、多く見られるのは、真菌感染症、淋病、クラミジア頸管炎です。また、B型肝炎、C型肝炎、HIV・エイズなどのウイルスに感染することもあります。

性感染症の種類によって検出時期が異なるため、検査は初診時のほか何回か行う必要があります。

妊娠に関する相談

妊娠を継続させるか中断させるかは自分で選択することができます。

「母体保護法指定医療機関」の産婦人科で人工妊娠中絶の手術を受けることができます。

ただし、身体や心の負担を考えるとなるべく早く産婦人科医へ相談しましょう。

中絶費用については保険が適用されません。

人工妊娠中絶手術ができる時期と費用 (費用については、あくまで参考料金です。)

- 12週まで 10万円～20万円
- 21週6日まで 40万円前後
- 22週目からは母体保護法により手術は受けられなくなります。

警察への連絡

被害者が希望すれば、警察へ連絡することができます。
被害者の同意なしに警察へ通報することはありません。

証拠採取

診察時に加害者を特定するための客観的な証拠（DNAや体毛など）を採取することができます。

警察への相談・届け出

警察では、犯人の逮捕だけでなく、
性犯罪被害者のために各種施策を行っています。

警察官の対応

被害にあわれた方が望む性別の警察官による対応を依頼することができます。

.....

証拠採取

被害の捜査のため、被害直後に証拠の採取や衣料の提出が必要になることがあります。

被害にあわれた方に負担をかけずに採取が行えるよう、必要な用具などを準備しています。

.....

初診料などの経費負担

被害にあわれた方の初診料などについて、その費用を公費により負担する制度を運用しています。

.....

安全対策

性犯罪被害への不安を抱えている方の、相談への対応やアドバイスをしたり、必要に応じてパトロールなどを行っています。

性犯罪被害相談電話

ハートさん
全国共通番号 **#8103**



こどもの性被害

特に思春期に心配される性被害

- ▶ 裸の写真を送り、脅かされる
- ▶ SNSで連絡して会ったら、ホテルに連れ込まれレイプされる
- ▶ JKビジネスに誘われる
- ▶ リベンジポルノで脅かされる
- ▶ だまされて、アダルトビデオに強制出演させられる

被害にあった子どもの気持ち・よく見られる症状

なかなか打ち明けられません

- ▶ 食事が食べれない、食べる量が減少 ▶ 頭痛や腹痛
- ▶ ひとりで眠るのが怖い、睡眠が短い、浅い
- ▶ 恥ずかしい。されたことを家族に話したら怒られる、どうしよう
- ▶ ついていった自分が悪い、逃げればよかった
- ▶ 自分は悪い子になったんだ
- ▶ 誰にも言うなど言われたから話してはいけない
- ▶ イライラ、ソワソワしている ▶ 爪かみ ▶ 赤ちゃん返り など

身近にいる大人の方へ

被害を知ったとき、子どもを叱ったり、自分を責めたりしないようにしましょう。

- ▶ どうしてあんな人について行ったんだろう、あんなに注意していたのに
- ▶ 親の私の注意が足りなかったのだろうか
- ▶ 子どもだからそのうち忘れるだろう

被害について打ち明けるのは、大きな勇気が必要です。

話してくれた勇気をほめて、気持ちを聴いてあげてください。

子どもが被害にあったことによるショックは、周りの大人にも大きな影響を与えます。

子どものケアをひとりで抱え込まないで、大人も安心して話せる人や専門家に相談しましょう。

こころのケア

被害にあった後には、こころやからだに様々な反応や変化が起こることがあります。

このような反応や変化は一人ひとり違い、続く期間も人によって様々ですが、性暴力被害のように非常にショックな出来事があったときに、多くの人を経験するものです。誰にでも起こりうる、自然なことです。

自分の体験していることがどのようなことなのかを知ることが、回復への大切な第一歩です。

おおいた性暴力救援センターで、面接相談やカウンセリングを受けることもできます。

●被害直後には

- ▶ 本当のこととは思えない ▶ 信じられない
- ▶ 何も考えられない ▶ どうしたらよいかわからない
- ▶ 感覚が麻痺して泣くことができない
- ▶ 動悸がしたり、冷や汗がでたり、手足が冷たくなる
- ▶ 眠れなくなる

.....

●被害後1か月くらい経ってから

- ▶ ひとりぼっちだと感じる
- ▶ 被害のことを考えたくないのに、頭から離れない
- ▶ 自分を責めたり罪悪感を感じる ※1強姦神話など
- ▶ 被害がまた起きているような感じがする(フラッシュバック)
- ▶ ものごとを決められなくなる
- ▶ 息苦しくなる ▶ 疲れやすくなる ▶ 体のあちこちが痛い
- ▶ PTSD(心的外傷後ストレス障害)※2の症状が出る

●行動にも変化が

- ▶ 外出ができない
- ▶ 怖くてひとりになれない
- ▶ 大勢の人や男性のいる場所に行けない
- ▶ 情報をシャットアウトする
- ▶ いままで好きだったことをしなくなる
- ▶ 人と話すこと、会うことを避ける
- ▶ 自分を傷つける
- ▶ 死のうとする
- ▶ 恋人やパートナーと性的な関係が持てない

※1強姦神話とは

- ・ 性暴力についてあたかも真実のように社会に浸透している偏った考え方で、周囲の人がこのような偏見に基づく発言をすることで、被害者が「自分が悪かった」と思い込み、つらい思いをすることにつながります。

【例】

- ・ 暗い夜道など危険なところに行くから被害にあう
- ・ 短いスカートや、薄着をして外出しているから狙われた
- ・ 被害時に拒否や抵抗を示さなければ、合意していたのと同じである
- ・ 性欲が強くて衝動を抑えられずに強姦がおこる
- ・ 若い女性だけ被害にあう
- ・ 加害者のほとんどは見知らぬ人 など

これらはすべて間違った思い込みです

※2【例】

- ・ 神経過敏、不安、イライラ、疲れているのに眠れない(過覚醒)
- ・ 突然に事件の記憶がよみがえる、なんども悪夢をみる(再体験)
- ・ 被害のことを考えたくない(回避)

もし、被害にあったら

自分を責めてしまう被害者も少なくありません。悪いのは加害者です。被害者には何も責任がないことを知っておいてください。

●まずは安全な場所へ移動しましょう

安心できる場所へ移りましょう。
一人で不安だったら、信頼できる人にそばにいてもらいましょう。

.....

●ひとりで抱え込まず、相談しましょう

不安を感じたら、ひとりで悩まないで専門の相談窓口などに助けをもとめましょう。

.....

●早めに病院へ行きましょう

ケガの手当や望まない妊娠・性感染症を防ぐためからだのケアを受けましょう。
被害後72時間以内であれば緊急避妊薬を処方してもらえます。

.....

●被害の証拠は残しておきましょう

被害届について、今はどうするかわからないときでも、できれば証拠(衣服、携帯のデータなど)を保存しておくことをお勧めします。