

ご家族や周囲の方々へ（その1）



大切な人が被害にあうと、家族や周囲の方もショックを受け、どのように対応してよいかわからなくなります。

でも、みなさんは被害にあわれた方にとって、とても安心や信頼を与えることのできる重要な方たちです。みなさんができることは、実はたくさんあります。

身近な人ができること

- 特に被害直後は、被害者を一人にしないで、だれかがそばに付き添っているようにしましょう。被害者が信頼して、安心できる人が一番よいです。
- 被害者は何も話すことができないかもしれません。無理に話をさせなくてもよいです。ただそばに寄り添って、一緒の時間を過ごすだけでもよいのです。
（身体を触ることは注意してください。かえっておびえることがあります。
普段からそういう関係にない人は控えましょう）
- 被害者が話すときには、丁寧に耳を傾けましょう。その人の言うことをわかろうと思って聞きましょう。またいろいろなことの相談相手になりましょう。
その時には被害者の気持ちや意思を尊重しましょう。
- あなたが、被害者を大切に思って気遣っていることや、被害者が悪いわけではないということ、被害者を信じていること、できるだけ力になりたいと思っていることを少しずつ伝えていきましょう。
- 被害者の身体に気をつけてください。けがをしていないでしょうか？ 医療機関（産婦人科）のケアを受けていないようなら、受診をすすめるだけでなく、一緒に探したり、付き添ってあげてください。



身近な人ができること（続き）

- 被害者が安心して休める場所を探しましょう。
- 生活のことに気を配りましょう。食事や睡眠がとれているでしょうか？
食事や買い物など手助けが必要なことがあります。
- 被害後は刑事手続などわからないことがたくさんあります。
被害者が情報を集めたり、問い合わせたりする手助けをしたり、警察、
病院などに付き添えることを伝えてください。
- 周囲の人もケアを必要としています。
ご自身が支援機関に相談することも助けになります。



被害者を傷つけないために…

周囲の方の動揺した気持ちをそのまま被害者にぶつけると被害者は自分が否定されたり、わかってもらえないんだと思って、周囲の人を信じられなくなったり、話さなくなってしまうかもしれません。それを防ぐために、以下のことに気を付けて接してみてください。

- 被害者の話を聞こうとしなかったり、嫌な顔をしたりしないようにしましょう。
聞く方も、つらいですが、話す側はもっとつらいのです。
- 被害者の話を批判したり、否定しないようにしましょう。
➤ 「そんなはずはないでしょ！」とか「ありえない」とか言ってしまいがちです。
- 「あなたが不注意だった」、「そうしなければよかった」など被害者を責めたり、
罪悪感を強めないようにしましょう。
- 被害者の気持ちを尊重して、静かにそっと見守ることも必要です。激励したり、
「こうするように」と行動をせかしたり、お説教をしないようにしましょう。
- 不安定な状態は少しずつ改善しますが、時間がかかることが多いです。
早く回復するようにと焦らせないで、長い目で見守っていきましょう。

各機関の連絡先 1



- 内閣府 犯罪被害者等施策トップ > 被害者支援の相談窓口 > 主な支援機関・団体
<http://www8.cao.go.jp/hanzai/soudan/kan/kikan.html>

- 検察庁 トップページ > 犯罪被害者の方々へ
<http://www.kensatsu.go.jp/higaisha/index.htm>

- 警察庁 警察による犯罪被害者支援ホームページ
<http://www.npa.go.jp/higaisya/home.htm>

- 警察庁 性犯罪被害相談電話設置一覧表(平成25年4月30日現在)

最新の情報は、警察庁ホームページ「性犯罪被害相談電話設置一覧表」で確認できます。

<http://www.npa.go.jp/consultation/sousa1/index.htm> (ホームページには受付時間が記載されています。)



名 称	電話番号
北海道 性犯罪被害110番	0120-756-310 011-242-0310
函館 性犯罪被害110番	0120-677-110
旭川 性犯罪被害110番	0120-677-110
釧路 性犯罪被害110番	0120-677-110 0154-24-0310
北見 被害者相談電話	0120-677-110
青森 性犯罪被害110番	0120-897-834
岩手 性犯罪相談電話	0120-797-874
宮城 性犯罪被害相談電話	022-221-7198
秋田 レディース通話110番	0120-028-110
山形 女性専用相談電話	023-615-7130
福島 性犯罪被害110番	0120-503-732
警視庁 警視庁犯罪被害者ホットライン	03-3597-7830
茨城 性犯罪被害相談「勇気の電話」	029-301-0278
栃木 性犯罪被害者相談電話	0120-710-873
群馬 女性相談者専用電話	027-224-4356
警察安全相談電話	027-224-8080
埼玉 犯罪被害者支援室相談電話	0120-381-858
千葉 女性被害110番	043-223-0110
相談サポートコーナー	043-227-9110
女性相談所	0120-048-224
神奈川 性犯罪被害110番	045-681-0110
新潟 女性被害110番	025-281-7890
山梨 性暴力110番	055-224-5110
長野 女性被害犯罪ダイヤルサポート110	026-234-8110
静岡 性犯罪被害110番	0120-783-870
富山 女性被害110番	0120-72-8730
石川 レディース通話110番	076-225-0281
福井 レディーステレホン	0120-29-2170 0776-29-2110
岐阜 性犯罪110番	0120-870-783 058-277-3783

名 称	電話番号
愛知 レディースホットライン	0120-67-7830
三重 警察総合相談電話	059-224-9110
滋賀 県民の声110番	077-525-0110
京都 レディース110番	075-411-0110
レディース相談	075-682-0913
大阪 ウーマンライン	06-6941-0110
兵庫 レディースサポートライン	078-351-0110
奈良 性犯罪被害相談110番	0742-24-4110
和歌山 性犯罪被害110番	073-432-0110
鳥取 性犯罪110番	0857-22-7110
島根 性犯罪110番	0852-23-4110 0120-110-267
岡山 性犯罪被害相談電話	0120-001-797
広島 性犯罪相談110番	0120-72-0110
山口 女性犯罪被害相談電話	083-932-7830
レディース・サポート110	0120-37-8387
徳島 子供・女性を守る通報ダイヤル	088-623-6110
香川 性犯罪被害専用相談電話	087-831-9110
(ハートフルライン)	
愛媛 警察総合相談電話	089-931-9110
高知 女性被害相談電話	088-873-0110
「レディースダイヤル110番」	
福岡 犯罪被害者相談電話	092-632-7830
ミズ・リリーフライン	
佐賀 レディーステレホン	0952-28-4187
長崎 性犯罪被害110番	0120-110-874
熊本 レディース110番	0120-834-381 096-384-1254
大分 警察安全相談電話	097-534-9110
宮崎 女性被害相談電話	0985-31-8740
鹿児島 性犯罪被害110番	099-206-7867
沖縄 性犯罪被害者相談専用電話	098-868-0110

※受付時間は都道府県で異なります。留守電等になっている場合もあります。

各機関の連絡先 2



● 全国被害支援ネットワーク加盟組織一覧(NPO法人全国被害者支援ネットワークホームページ)
<http://www.nnvs.org/list/index.html>

名 称	電話番号
北海道 (公益社団法人北海道家庭生活総合カウンセリングセンター内) 北海道被害者相談室	011-232-8740 月～金 10時～16時
北海道 (一般社団法人北・ほっかいどう総合カウンセリング支援センター内) 北・ほっかいどう被害者相談室	0166-24-1900 月～木 10時～15時
青森 公益社団法人あおもり被害者支援センター	017-721-0783 月～金 10時～17時 水は20時30分まで
岩手 公益社団法人いわて被害者支援センター	019-621-3751 月～金 13時～17時
宮城 公益社団法人みやぎ被害者支援センター	022-301-7830 火～金 10時～16時 月は予約の相談日
秋田 公益社団法人秋田被害者支援センター	0120-62-8010 / 018-893-5937 月～金 10時～16時
山形 公益社団法人やまがた被害者支援センター	023-642-7830 月～金 10時～16時
福島 公益社団法人ふくしま被害者支援センター	024-533-9600 月～金 10時～16時
茨城 公益社団法人いばらき被害者支援センター	029-232-2736 月～金 10時～16時
栃木 公益社団法人被害者支援センターとちぎ	028-643-3940 月～金 10時～16時
群馬 公益社団法人被害者支援センターすてつぐんま	027-243-9991 月～金 10時～15時
千葉 公益社団法人千葉犯罪被害者支援センター	043-225-5450 月～金 10時～16時
東京 公益社団法人被害者支援都民センター	03-5287-3336 月・木・金 9時30分～17時30分 火・水 ～19時
埼玉 公益社団法人埼玉犯罪被害者援助センター	048-865-7830 月～金 9時～16時
神奈川 認定NPO法人神奈川被害者支援センター	045-311-4727 月～土 9時～17時 045-328-3725 月～金 10時～16時 (性被害専用)
新潟 公益社団法人にいがた被害者支援センター	025-281-7870 月～金 10時～16時
石川 公益社団法人石川被害者サポートセンター	076-226-7830 火～土 13時30分～16時30分
福井 公益社団法人福井被害者支援センター	0120-783-892 / 0776-88-0801 月～金 10時～16時
富山 公益社団法人とやま被害者支援センター	076-413-7830 月～金 10時～16時
長野 認定NPO法人長野犯罪被害者支援センター	026-233-7830 長野相談室 0263-73-0783 中信相談室 0265-76-7830 南信相談室 月～金 10時～16時
山梨 公益社団法人被害者支援センターやまなし	055-228-8622 月～金 10時～16時
岐阜 公益社団法人ぎふ犯罪被害者支援センター	0120-968-783 / 058-268-8700 月～金 10時～16時
静岡 NPO法人静岡犯罪被害者支援センター	054-651-1011 月～金 10時～16時
愛知 公益社団法人被害者サポートセンターあいち	052-232-7830 月～金 10時～16時
三重 公益社団法人みえ犯罪被害者総合支援センター	059-221-7830 月～金 10時～16時
滋賀 NPO法人おうみ犯罪被害者支援センター	077-525-8103 / 077-521-8341 月～金 10時～16時
京都 公益社団法人京都犯罪被害者支援センター	075-451-7830 / 0120-60-7830 月～金 13時～18時
大阪 認定NPO法人大阪被害者支援アドボカシーセンター	06-6774-6365 月～金 10時～16時
兵庫 公益社団法人・NPO法人ひょうご被害者支援センター	078-367-7833 火・水・金・土 10時～16時
奈良 公益社団法人なら犯罪被害者支援センター	0742-24-0783 月～金 10時～16時 0744-23-0783 中南和相談コーナー 火のみ 10時～16時
和歌山 公益社団法人紀の国被害者支援センター	073-427-1000 月～金 10時～16時 土13時～16時 第1・3土は女性の被害に関する専門相談日
島根 一般社団法人島根被害者サポートセンター	0120-556-491 月～金 10時～16時
岡山 公益社団法人被害者サポートセンターおかやま (VSCO)	086-223-5562 月～土 10時～16時
広島 公益社団法人広島被害者支援センター	082-544-1110 月・水・木・土 10時～16時
山口 NPO法人山口被害者支援センター	083-974-5115 月～金 10時～16時
鳥取 公益社団法人とっとり被害者支援センター	0857-30-0874 月～金 10時～16時



各機関の連絡先 3



全国被害支援ネットワーク加盟組織一覧(つづき)

名 称	電話番号
愛媛 一般社団・NPO法人被害者こころの支援センターえひめ	089-905-0150 火～土 10時～16時
高知 NPO法人こうち被害者支援センター	088-854-7867 月～金 10時～16時
香川 NPO法人被害者支援センターかがわ	087-897-7799 月～金 10時～16時
徳島 公益社団法人徳島被害者支援センター	088-678-7830 月・水・木・金 9時～16時
福岡 公益社団法人福岡犯罪被害者支援センター	092-735-3156 月～金 10時～16時
佐賀 NPO法人被害者支援ネットワーク佐賀VOISS	0952-33-2110 月～金 10時～17時
長崎 公益社団法人長崎犯罪被害者支援センター	095-820-4977 月～金・第2土 10時～16時
熊本 公益社団法人くまもと被害者支援センター	096-386-1033 月～金 10時～16時
大分 公益社団法人大分被害者支援センター	097-532-7711 月～金 10時～16時
宮崎 公益社団法人みやざき被害者支援センター	0985-38-7830 月～金 10時～16時
鹿児島 公益社団法人かごしま犯罪被害者支援センター	099-226-8341 火～土 10時～16時
沖縄 公益社団法人沖縄被害者支援ゆいセンター	098-866-7830 月～金 10時～16時

● 性暴力被害専用の相談窓口(2014年3月現在)

名 称	電話番号
北海道 性暴力被害者支援センター北海道 SACRACH	050-3786-0799 月～金 13時～20時 土日祝祭日・12/29-1/3除く http://sacrach.jp/
福島 性暴力被害救援協力機関(SACRAふくしま) SACRAホットライン	024-533-3940 月・水・金 10時～20時 火・木 10時～16時 土日・祝祭日 年末年始を除く http://www.vsc-fukushima.net/sacra
東京 性暴力救援センター・東京(SARC東京)	03-5607-0799 24時間ホットライン http://mobilesaq-en.mymp.jp/
レイプクライシスセンター つぼみ	03-5577-4042 月～金 14時～17時 祝日除く http://crisis-center-tsubomi.com/
愛知 ハートフルステーション・あいち	0570-064-810 月～土 9時～20時 (ただし、愛知県内から通話可能)
大阪 性暴力救援センター・大阪(SACHICO)	072-330-0799 24時間ホットライン http://www.sachico.jp/
兵庫 性暴力被害者支援センター・ひょうご	06-6421-0991 月～金 9時30分～16時30分 土日祝・年末年始休み http://1kobe.jimdo.com/
和歌山 性暴力救援センター和歌山 わかやまmine(マイン)	073-444-0099 相談・医療 9時～17時 (土日～16時30分, 祝日・年末年始除く) 緊急医療 9時～22時 (年末年始を除く)
島根 しまね性暴力被害者支援センター 「さひめ」	0852-28-0889 http://sahime.onnanokonotameno-er.com/
福岡 性暴力被害者支援センターふくおか	092-762-0799 年末年始を除く全日9時～24時
佐賀 性暴力救援センター・さが さが・mirai	0952-26-1750 月～金 9時～17時(救急受診はこの限りではない) http://www.avance.or.jp/mirai.html

● 法テラス(日本司法支援センター) ホーム > 法テラス犯罪者被害者支援

<http://www.houterasu.or.jp/higaishashien/>

● 日本弁護士連合会 HOME > 法律相談ガイド > 犯罪の被害に遭われた方へ

http://www.nichibenren.or.jp/contact/crime_victims.html

● 全国精神保健福祉センター一覧(厚生労働省)

<http://www.mhlw.go.jp/kokoro/support/mhcenter.html>



(本冊子の参考文献)

小西聖子著『[増補新版]犯罪被害者の心の傷』(白水社, 2006)