

性暴力とは

あなたが望まない、同意しない「イヤ」と思う性的な行為はすべて性暴力です。

例えば、

- 服を脱がされた。
- 抱きつかれた、キスされた。
- 水着で隠れる部分（プライバシーゾーン）を触られた。
- 着替えやトイレ、入浴をのぞかれた。
- 裸の写真を自撮りして送れと言われた。
- 望まない性行為をさせられた。

など、これらはすべて性暴力にあたります。

性暴力はあなたに対してする著しい人権侵害であり、犯罪行為です。

性暴力を受けると

性暴力は年齢・性別に関わらず、誰にでも起こりえます。必ずしも知らない人が加害者とは限りません。塾や学校の先生、同僚、上司、友達などから受ける場合もあります。

性暴力を受けると、

腹痛、頭痛、吐き気などの体調不良
食欲不振、過食
ふさぎ込む、過剰に甘える
強い不安、激しい動機、怖い夢を見る、
眠れない、情緒不安定
など、あなたに様々な反応が起こります。

あなたに出てきたすべての反応は、被害にあった人がよく体験するものです。
誰にでも起こりうる、当然の反応です。

ひとりで悩まないで。
まずは電話して。

性被害に遭ったかとも思ったら、
ためらわずに相談してください。
匿名で相談することもできます。

東京都性犯罪・性暴力被害者
ワンストップ支援センター

全国共通フリーダイヤル

#8891 または

0120-8891-77

(NTT ひかり電話の場合)

性暴力救援ダイヤル NaNa

03-5577-3899 (有料)

子供・保護者専用
性被害相談ホットライン

0120-333-891

<東京都内からかけるとき> (無料)

03-6811-0850

<東京都外からかけるとき> (有料)

性暴力被害を
相談したいあなたへ
24時間365日ホットライン

東京都性犯罪・性暴力被害者
ワンストップ支援センター

全国共通フリーダイヤル
はやくワンストップ

#8891 または 0120-8891-77

(NTT ひかり電話の場合)

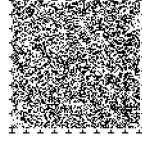
子供・保護者専用性被害相談ホットライン

0120-333-891

<東京都内からかけるとき> (無料)

東京都

特定非営利活動法人
性暴力救援センター・東京
(SARC東京)



支援の流れ

まずは支援員があなたの相談をお受けします。被害直後、誰にも相談できない、どうしてもやらよいかかわからないなど、あなたの気持ちに寄り添いながら、一緒に考えていきます。

①電話相談

あなたのお話を直接お伺いします。情報提供を行い、選択肢の中からどうしていきたくかを一緒に考え、具体的な支援につなげていきます。

②面接相談

警察や病院に行くことはとても勇気がいることです。1人で心細いとき、不安なときには支援員が同行することで、安心して支援を受けることができます。

③同行支援

こころのケア、弁護士を紹介、さまざまな機関との連携などにより、自立と回復の支援を行います。

その他

詳しくは電話で相談してください。

被害に遭ってしまったら

被害に遭ったのはあなたのせいではありません。どうしよう、どこに相談していいかわからない。そんな時はいつでもお電話ください。秘密は必ず守ります。

📞 全国共通フリーダイヤル

#8891 または **0120-8891-77**

(NTT ひかり電話の場合)

📞 子供・保護者専用性被害相談ホットライン

0120-333-891

< 東京都内からかけるとき > (無料)

あなたの大切なからだと将来のために

- 被害に遭ってしまったら、できるだけ早い時期に病院で診察を受けることが必要です。
- 受診することで、望まない妊娠・性感染症からあなたを守るができます。
- 警察への届出は、あなたの意思を尊重します。
- **家族や友人が被害に遭ってしまったら**...
- 否定したり、疑ったり、無理に聞き出したりせず、話を丁寧に聴いてあげてください。
- あなたは何も悪くないと伝えてあげてください。
- 相談できる場所 (ワンストップ支援センター) があることを紹介してください。

東京都性犯罪・性暴力被害者ワンストップ支援センターとは

東京都と特定非営利活動法人性暴力支援センター・東京は協働で「東京都性犯罪・性暴力被害者ワンストップ支援センター (性暴力救援ダイヤル NaNa)」を運営しています。



性犯罪・性暴力の被害者は、被害の深刻さにもかかわらず、多くの人が誰にも相談できずにいます。



東京都性犯罪・性暴力被害者ワンストップ支援センターでは、**24 時間 365 日**体制で相談を受け付けているほか、病院・警察等への付添い、精神的ケアなどをワンストップで行い、被害者の心身の負担軽減や早期回復、被害の潜在化の防止等を図っています。