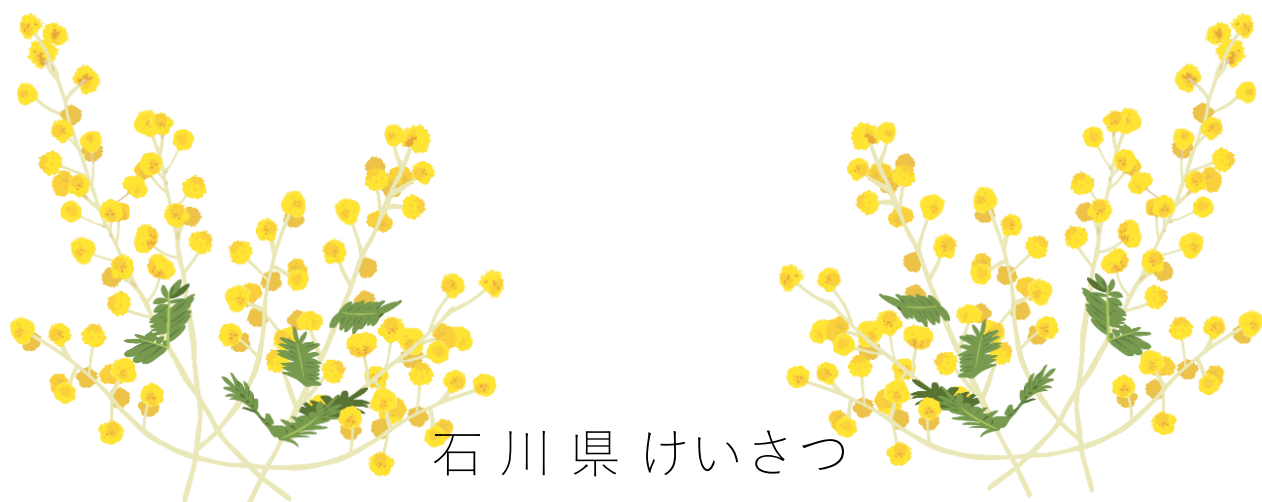


相談に来られた方へ

あなたはひとりではありません

あなたは大切な人です



石川県 けいさつ



お伝えしたいこと



1	こころと身体について	…… 3
2	お子さんが被害にあわれたとき	…… 4
3	刑事手続の流れ	…… 5
4	捜査のために協力していただきたいこと	…… 6
5	あなたへの支援（県警による支援）	…… 8
6	性感染症の検査費用について	…… 9
7	あなたへの支援（国・自治体による支援）	……10
8	被害後の過ごし方	……11
9	主な相談窓口	……13

こころと身体について

被害にあうと、次のような状態になることがあります。それは異常なことではなく、突然大きなショックを受けた後では誰にでも起こりうることなのです。

✿ 身体

- ・眠れない
- ・事件のことを何度も夢にみる
- ・食欲がない
- ・頭痛がする
- ・疲れやすい

✿ 記憶

- ・事件のことが突然、よみがえる
- ・事件当時の記憶がない
- ・覚えていないことを思い出そうとすると、パニックになる
- ・記憶力や判断力がなくなる

✿ 感情

- ・不安でたまらない
- ・事件を思い出して怖くなる
- ・怒りがこみ上げてくる
- ・イライラする
- ・何もやる気がしない
- ・物事に集中できない
- ・自分を責めてしまう
- ・どうして私が被害にあわなければならなかったのかと思う
- ・人が信じられない
- ・誰も自分のことをわかってくれないと思う
- ・「楽しい」とか「悲しい」などの感情がわからない

✿ 行動

- ・ひとりで外出できない
- ・人と会ったり話したりすることがおっくうになる
- ・事件を思い出すようなことを避ける
- ・酒やたばこの量が増える
- ・生活が不規則になる



✿ 感覚

- ・ボーッとする
- ・ちょっとした物音にもびっくりする
- ・暑さ、寒さ、痛みを感じない
- ・事件が現実に入ったことだとは思えない

これらの症状は、時間とともに回復しますが、回復にかかる時間は人によって異なります。ときには精神疾患(PTSD等)に移行することもあります。

PTSD(心的外傷後ストレス障害 Post Traumatic Stress Disorder)とは、自分が何とかやりこなせる範囲を超えた強烈なショックを受けたときに起こる精神状態に関する障害名で、主な症状は上記のとおりです。



お子さんが被害にあわれたとき

被害を受けた後は、こころやからだに様々な影響があらわれることがあります。こころの傷つきは大人だけではなく、子どもにも起こります。

✿ からだ

- ・食欲がない
- ・腹痛、下痢、吐き気
- ・眠れない
- ・怖い夢をみる

✿ こころ

- ・一人でいるのをこわがる、離れたがらない
- ・ビクビクしている、びっくりしやすい
- ・被害のことを話したがらない
- ・被害に関連するものや場所を避ける

✿ 生活・行動

- ・多動、多弁、落ち着きがない
- ・赤ちゃんがえり、甘えが強くなる
- ・学習能力の低下
- ・以前楽しんでいた活動に興味がなくなる



✿ お子さんへの接し方 ✿

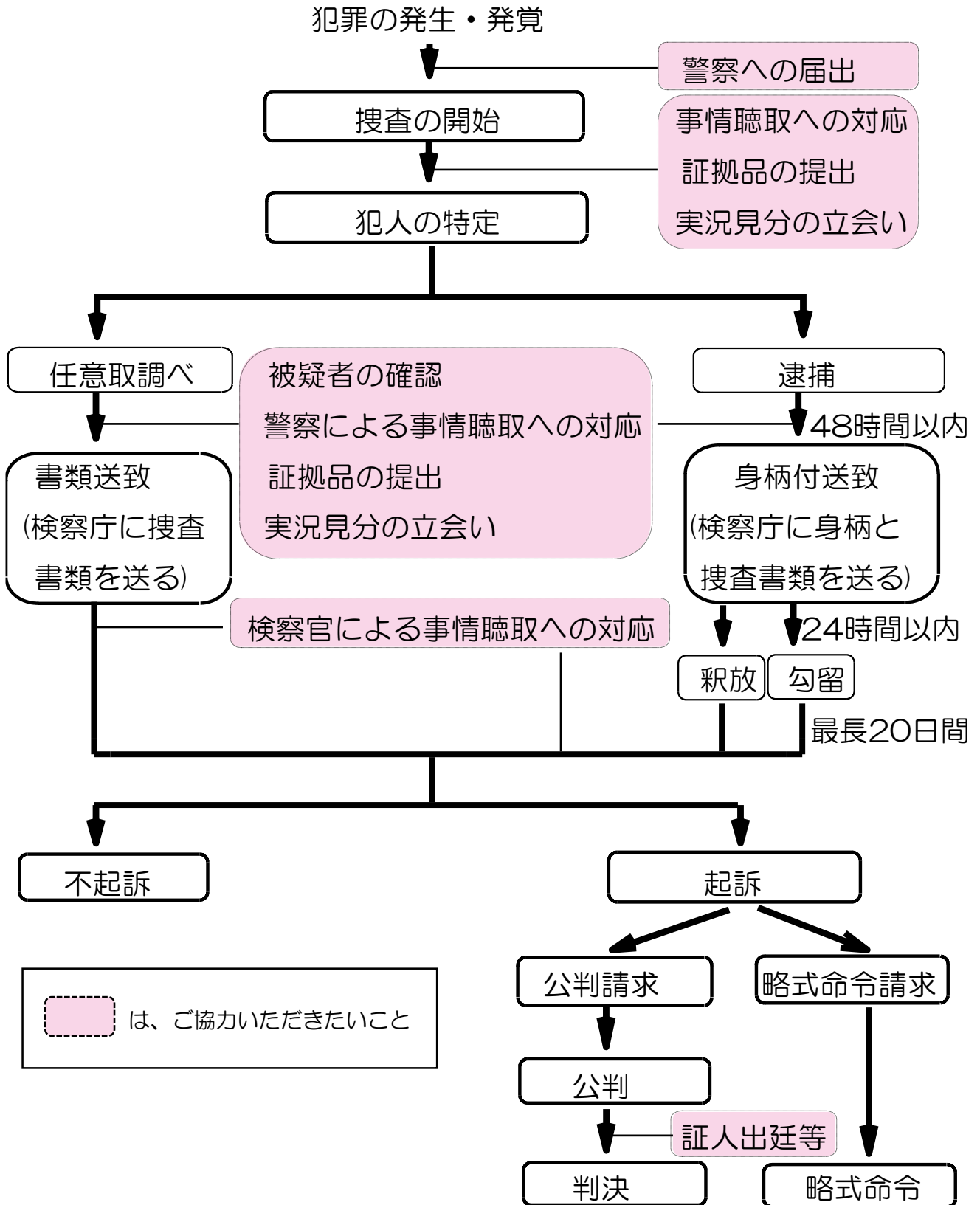
- お子さんが安心する声かけをしましょう
信頼できる人や保護者の方がそばにいただけで、お子さんは安心感を得ることができます。悲しみや怒り、不安を感じることを自然なことだと話してあげましょう。
- できるだけ安全な日常生活を過ごしましょう
なるべく普段通りの生活を送ることで安心することができます。
- お子さんの言うことを信じましょう
- お子さんを叱らないようにしましょう
- お子さんの話をゆっくり聴きましょう
- お子さんを問い詰めないようにしましょう



✿ ご自身のいたわりも大切に ✿

突然の出来事に巻き込まれたときには、ご家族の方も戸惑い、傷つくのは当然のことです。お子さんを支えていくためにも、ご自身へのいたわりも大切です。悩みは一人で抱えず信頼できる人や専門機関(13, 14頁参照)に相談してみましょう。

刑事手続の流れ



捜査のために協力していただきたいこと



警察 ～ 捜査上必要となる主な事項 ～

□ 医療機関の受診

怪我をされた場合はもちろん、妊娠、性感染症のおそれがある場合には、すぐに医療機関で診察を受けてください。

性感染症は、自覚症状がないことが多く、医師の指導のもと、感染の有無を検査することが大切です。

被害から72時間以内であれば、医師から処方される緊急避妊薬を服用することで、高い確率で妊娠を防ぐことができます。

[関連項目：公費負担制度(8頁参照)]

□ 証拠品の提出

犯人につながる証拠として、医師や警察官が、あなたの身体から犯人につながる可能性のある毛髪、体液、尿等の証拠を採取させていただくことがあります。

また、被害当時に着ていた服や所持品等を証拠品として提出していただくことがあります。

□ 事情聴取や書類作成

担当の警察官が、被害の状況や犯人の様子等について、詳しく事情をお聞きします。言いたくない、思い出したくないこともあるかと思いますが、事件を解明するために、必要があつて尋ねさせていただくことですのでご理解ください。

お聞きした内容に基づき、必要な書類を作成します。

□ 実況見分等への立会い

警察官が被害の現場や被害の状況について確認するため、あなたに立会いをお願いすることがあります。



警察が行う捜査では、あなたが希望する性別の警察官が対応します。



捜査のために協力していただきたいこと



検察庁 ～ 送致された後のご協力 ～

□ 事情聴取、供述調書の作成

検察官が事情をうかがうことがあります。

また、お聞きした内容に基づき、書類を作成する場合があります。

裁判所 ～ 起訴された後のご協力 ～

□ 裁判所への出廷、証言

犯罪の立証のため公判で証言をしていただくことがありますが、被告や傍聴席との間についたてを置いたり、法廷とケーブルで結ばれた別室から証言する等の措置が認められることがあります。

Memo

あなたへの支援（県警による支援）



● 事件を担当する警察官からの情報の提供

捜査を担当する警察官が刑事手続や捜査状況、犯人の逮捕、処分の状況などについて連絡します。

● 公費負担制度

あなたの精神的負担や経済的負担を軽減するため、医療費やカウンセリング等費用を公費で負担しています。（公費負担をしている費用は、主に以下のとおりです。）

医療費

初診料

処置料（初回のみ）

性感染症検査費用（検査をご希望の場合は、事前連絡をお願いします。）

診断書料

カウンセリング等費用

※ 詳細はお問い合わせください。

その他（一時避難場所、相談場所の借上げ）

● 警察のカウンセリング

公認心理師、臨床心理士の資格を有する被害者支援カウンセラーが、あなたの気持ちを受け止めながら、あなたの心の回復のためにはどうしたらいいかを一緒に考えていきます。カウンセリングは無料です。お申し込みは担当の捜査員にお伝えいただくか、「性被害110番」#8103（13頁参照）にご連絡ください。

カウンセリングだけではなく、各種捜査の付添いも行っています。



● パトロールの強化等

状況に応じて、重点的にパトロールを強化するなど、あなたの安全の確保に努めます。

● 地域警察官による訪問・連絡活動

住居地を受持つ地域警察官があなたの自宅を訪問し、被害回復や、防犯指導等を行うとともに、警察に対する要望や相談等をお聞きする制度があります。

● 110番支援システムへの登録

あなたの連絡先等を事前に登録することにより、あなたが110番通報した際、警察官が迅速に現場臨場し、適切な保護対策を図る制度があります。

性感染症の検査費用について

被害にあわれた方の不安を軽減させるため、性感染症の検査費用を公費で負担する制度があります。(8頁参照)

検査といっても「何をしたらいいかわからない。」という方も多いと思いますので、下の表にある代表的な6種類の感染症の検査をおすすめしています。

検査は、1つの感染症につき、2回行うことをおすすめします。

1回目:最初に警察に被害申告をした際に医療機関を受診した時
2回目:その感染症が発症するまでに想定される期間が経過した後

おすすめする6種類の検査については、医療機関で検査をすることとなります。医療機関へ一人で行きにくい場合は、担当者が付添いますので、遠慮なく担当者にお申し出ください。

<代表的な感染症>

名称	感染の機会から検査までの目安時期	検査するもの	初期症状
淋病	約7日間	対象箇所の擦過物、尿、うがい液	排尿痛、頻尿、悪臭のあるおりものや分泌物の増加や下腹痛、発熱があることもあるが、自覚症状はほとんどない。
クラミジア感染症			おりものの増加や下腹痛があることもあるが、自覚症状はほとんどない。
B型肝炎	約3か月	血液検査	風邪に似た症状、倦怠感、疲労感、不眠、食欲不振等
C型肝炎			風邪に似た症状、自覚症状がない場合も多い。
梅毒			感染部分に赤いシコリができるが、4~6週間で自然に治る。女性では気づかない場合がほとんど。
HIV(エイズ)			多くの場合、自覚症状はない。

※ 公費負担を適用できるのは検査費用のみですので、あらかじめご了承ください。

あなたへの支援（国・自治体による支援）

● 犯罪被害給付制度

この制度は、故意の犯罪行為により不慮の死を遂げた犯罪被害者の遺族又は重傷病若しくは障害という重大な被害を受けた犯罪被害者の方に対して、国が犯罪被害者等給付金を支給する制度です。

【種類・受給資格・支給額】

① 遺族給付金

亡くなられた方の①配偶者、②子、③父母、④孫、⑤祖父母、⑥兄弟姉妹のうち、第一順位の遺族の方に、犯罪被害者の年齢や勤労による収入等に基づいた額が支給されます。

② 重傷病給付金

重傷病(療養1か月以上かつ入院3日以上を要する負傷又は疾病(PTSD等の精神疾患については、療養1か月以上かつその症状の程度が3日以上労務に服することができない程度))を負った本人に、3年間における、保険診療による医療費の自己負担相当額と休業損害を考慮した額を合算した額が支給されます。

③ 障害給付金

負傷又は疾病が治ったとき(症状が固定したときを含む)に身体の障害(障害等級第1級～第14級)が残った場合、本人に対して、等級に応じた額が支給されます。

【留意事項】

犯罪被害者にも原因がある場合や親族間犯罪などには、給付金の全部又は一部が支給されないことがあります。

また、労災保険などの公的補償を受けた場合や損害賠償を受けた場合は、その額と給付金の額とが調整されます。

【申請期限】

犯罪被害の発生を知った日から2年を経過したとき、又は犯罪被害が発生した日から7年を経過したときは申請できません。ただし、やむを得ない理由により、この期間内に申請できなかったときは、その理由のやんだ日から6か月以内に申請できます。

警察本部県民支援相談課被害者支援室(代表電話076-225-0110)又は申請者の住所を管轄する警察署にお問い合わせ下さい。

● 自治体による見舞金

県内の全19の市町では、犯罪被害者等の方に対する見舞金支給制度を設けています。申請は、各自治体の被害者支援窓口で行ってください。

被害後の過ごし方

✿ 身体について心配なことがあるときは病院に行きましょう

眠れないなど体調がすぐれなかったり、また、妊娠や性病の心配があるときは、医療機関に行きましょう。学校に通っている人は、学校の養護教諭、スクールカウンセラーに相談するのもよいでしょう。

✿ 泣きたいときは泣いていいのです

泣きたいときには我慢することなく思いっきり泣きましょう。自分の感情を素直に表現することは、心の回復につながっていきます。

✿ 自分を責めないでください

「私があんなことをしなければ被害に遭わなかったのに」と自分のせいにしていませんか。あなたがそのとき何をしていたとしても、あなたが「被害にあっても仕方がない」ということではありません。

✿ 自分が安心だと思える人に話をしましょう

自分の気持ちを信頼できる人にわかってもらいましょう。被害のことを何度も話すことで、少しずつ心の痛みは薄れていくものです。

✿ 自分の生活を徐々に取り戻していきましょう

気持ちが落ち着いてきたら、少しずついつもの生活リズムを取り戻しましょう。食事、入浴等、今まで普通にやってきたことを無理のない範囲でやってみてください。そうすることによって、心も身体も落ち着きを取り戻してきます。

✿ ゆったりと過ごしましょう

いつも通りにできなくても、無理をせず、できるだけゆったりと過ごしましょう。

好きな音楽を聴いたり、好きな景色を見たり、自分が落ち着ける状態を作ってみましょう。



無理をせず、自分ができると思えることからやってみましょう。



リラックス法



✿ 息を「ふうー」と、
ゆっくり長くはいてみましょう。



心の中で「大丈夫」と
言いながら息を吐くと、
だんだん気持ちが落ち
着いてきます。

✿ 自分で、こめかみ（目の横）を指で軽
く押したり、胸のあたりをそっとたた
いてみましょう。



Memo

主な相談窓口

石川県警察

▶ 石川県警察 性被害110番
性犯罪被害等に関する相談

☎ ハートさん
#8103
0120-010-783
(076)225-0281

24時間対応
※ 月～金 9:00～17:45は、
女性職員が対応します。



犯罪被害者等支援
シンボルマーク
「ギュッとちゃん」

石川県

▶ パープルサポートいしかわ
(いしかわ性暴力被害者支援センター)

性暴力被害に関する

- ・ 相談
- ・ 心理的支援(カウンセリング)
- ・ 支援のコーディネート (警察、産婦人科、弁護士会等の関係機関・団体との連絡調整、相談時の付添い 等)

☎ はやくワストップ
#8891
(076)223-8955

月～金
8:30～17:15
※ 緊急対応の場合、24時間受付可能

【警察本部・警察署】

石川県警察本部 076-225-0110

金沢中警察署	076-222-0110
金沢東警察署	076-253-0110
金沢西警察署	076-266-0110
大聖寺警察署	0761-72-0110
小松警察署	0761-22-0110
能美警察署	0761-57-0110

白山警察署	076-216-0110
津幡警察署	076-289-0110
羽咋警察署	0767-22-0110
七尾警察署	0767-53-0110
輪島警察署	0768-22-0110
珠洲警察署	0768-82-0110

主な相談窓口

金沢弁護士会(犯罪被害者支援法律相談)

金沢弁護士会の「犯罪被害者支援法律相談」では、被害者支援に精通した弁護士が、電話又は面接により相談を受けます(初回無料)。

- ◆ 申込者が性犯罪等の被害者の方で、女性弁護士を希望する場合は女性弁護士が対応します。
- ◆ 正式受任した場合、次のようなことができます(有料)。
 - ・ 刑事告訴、被害届の代理
 - ・ 警察署、検察庁への付添いや問合せ、要望の伝達
 - ・ 示談交渉等、加害者側との対応窓口になること
 - ・ 法廷傍聴の付添いや裁判での意見陳述の補助
 - ・ マスコミ取材への対応
 - ・ 損害賠償請求訴訟
- ◆ 犯罪被害者法律援助制度を利用すれば、経済的に余裕がない方で一定の要件を充たす方は、原則として経済的負担なく弁護士の法的支援が受けられます。
ただし、事件処理の結果、申込者が相手方から経済的利益を得た場合は、一定額を返還する必要が生じる場合があります。

☎ 金沢弁護士会(犯罪被害者支援法律相談)
(076)221-0242

月～金
9:00～17:00

- ◆ 石川県警察は金沢弁護士会及び(公社)石川被害者サポートセンター(下記項目参照)と支援に関する協定を結んでおり、連携して支援を行っています。あなたの同意を得た上で、警察が他の2団体に被害の概要等の情報を伝え、必要な支援を行うことができます。

法テラスの被害者支援

- ・ 法制度等の情報提供や弁護士・関係機関等の紹介
- ・ 被害者参加制度における国選被害者参加弁護士の選定
- ・ 低所得者の方に対する民事法律扶助

☎ 法テラス石川
(050)3383-5477

月～金
9:00～17:00

石川県公安委員会指定 犯罪被害者等早期援助団体 公益社団法人 石川被害者サポートセンター

- ◆ 主な支援内容
 - ・ 被害者等の方からの電話、面接相談受理
 - ・ 弁護士による法律相談受理
 - ・ 法廷・病院・警察等への付添い 等
- ◆ あなたの同意を得た上で、警察が直接、被害の概要等の情報をこのサポートセンターに伝え、必要な支援をすることができます。

☎ 石川被害者サポートセンター
(076)226-7830
相談無料・秘密厳守(面接は予約制)

月～金
10:00～16:00

※ その他にも相談機関があります。

石川県警察ウェブサイト(<https://www2.police.pref.ishikawa.lg.jp/>)の「被害者の手引」をご参照ください。

Memo



あなたへの連絡担当者

石川県_____警察署_____課 氏名_____

電話_____

問合せ等がありましたら、こちらまでご連絡ください。



QRコードから、本冊子「相談に来られた方へ」にアクセス出来ます。