

まさか私は大丈夫、と 思っていませんか？

強姦や強制わいせつ・新聞で時々目にするけれど、あなたの身近で起きた事はないかもしれません。しかし、性犯罪の被害にあった方が警察に届け出た割合はわずか18.5%※という調査結果があります。

報道されている被害は、全体のほんの一部なのです。

※H24法務総合研究所調べ

被害にあうのは、挑発するような 服装をしていたから？

犯人はむしろ、おとなしそうな、警察に届け出ないだろうと思った人を狙っています。

そして「被害にあった方も悪い」そんな誤解が被害者をさらに苦しめています。

もしも友人が悩んでいたら

「あなたは悪くないんだよ」などと伝えてあげてください。そして、この連絡帳の相談先を教えてあげてください。



一人で悩まずに、ご相談ください。
これからも、あなたらしく生きるために。

～被害にあわないために～

○家の中でも用心をして下さい

- 戸締まりを忘れずに、さらに、就寝時にはもう一度、家の中の戸締まりを確認しましょう
- 室内(特に浴室・便所・寝室)を覗かれないようカーテンの開閉に注意しましょう
- 就寝時も防犯ブザーや携帯電話を枕元に置く習慣をつけましょう
- ドアスコープで相手を確認し、チェーンをつけたまま対応しましょう



○マンション・アパートの共用部分にも 「危険」がいっぱい

- オートロックドアでも油断せず、周囲に人がいないか確認し、エレベーターに向かいましょう
- エレベーター内で男性と1対1になりそうな時は一緒に乗らないようにしましょう
- 不審な人と乗ってしまった場合や襲われそうになったら、各階のボタンを押し逃走口を作りましょう

○一人歩きに注意

- 夜間の一人歩きの際は、周囲を見回す習慣をつけ、人通りの少ない暗い道は避けましょう
- 周囲の音が聞こえるよう、イヤホンははずしましょう
- 防犯ブザーを携帯し、いつでも使えるように準備しておき、危険を感じたら大声を出しましょう
- 最寄りのコンビニや交番など駆け込み先を把握しておき、もしもの時は逃げ込みましょう



女性のための「もしも」の お役立ち連絡帳



一人で悩まずに、ご相談ください。
これからも、あなたらしく生きるために。

手帳にはさんだり、
カバンに入れて携帯すると便利です。



北海道