


ほうじん じん かん だん たい せい だん まど ぐち  
**NPO法人や民間団体の相談窓口もあります**

**チャイルドライン**  
 18歳以下の青少年対象の相談窓口  
**0120-99-7777**  
 通話代無料 / 匿名可  
 受付時間…毎日午後4時～午後9時  
 チャット相談はこちら


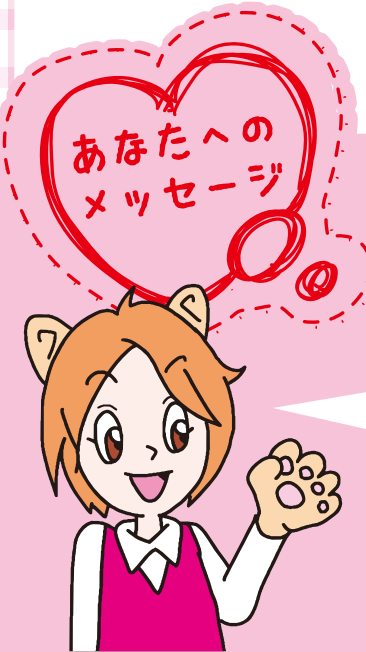


**ライighthouse**  
**0120-879-871**  
 通話代無料 / 匿名可  
 LINEによる相談 LINEのID:LH214  
 メールによる相談 メールアドレス:soudan@lhj.jp  
 受付時間…平日午前10時～午後7時

このほかにも多くの相談窓口があります。SNSによる相談を受け付けている地域や、相談、医療受診、カウンセリング等必要な支援を一か所で行う「性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター」もあります。

**性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター**  
[http://www.gender.go.jp/policy/no\\_violence/avjk/pdf/one\\_stop.pdf](http://www.gender.go.jp/policy/no_violence/avjk/pdf/one_stop.pdf)


※受付時間は各機関によって違います。  
**ワンストップ支援センター** **検索**

このリーフレットは、性被害にあっても気がついていない子供たちに「これって、自分のことかな？」と気づいて相談してもらい、これ以上被害にあわないようにしてもらいたい、少しでも安心して生活できるようになってもらいたいという願いで作りました。  
 あなたは一人ではありません。まずはあなたが相談してみようと思った「だれか」や「どこか」に相談してみてください。  
 何ができるか、どうしたらいいのか、一緒に考えましょう。

**保護者の方へ 家庭のルール**  
**家庭内での早期発見・早期対処が子供の未来を救います！**  
 性被害等から子供を守るために、日頃から家庭内でコミュニケーションをとりながら、性被害の危険性を教えること、子供の異変やSOSにいち早く気が付くことが大切です。異変を感じたら、子供を責めずに子供の話に耳を傾けてあげてください。そして保護者の方も一緒に相談ください。

**以下の点をお子さんと一緒にチェックしてみましょう Check!**

<p>《生活一般に関する注意点》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ 学校に行きたがらない、週明けになると体調を崩す等変化が見られないか。</li> <li>□ 家族との接し方に変化が見られないか。</li> <li>□ 夜眠れないと言う、特定の家族を避ける、必要以上に甘える等不自然な状態はないか。</li> <li>□ 子供にとって家庭が安心して生活できる場所になっているか。</li> <li>□ 困ったことがあれば、必ず保護者や大人に相談するよう伝えているか。</li> </ul>	<p>《スマートフォンに関する注意点》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ フィルタリングを設定し、家庭のルールを作っているか。</li> <li>□ 接続するサイトやダウンロードするアプリは保護者で確認しているか。</li> <li>□ 個人を特定される情報を書き込んでいないか。</li> <li>□ 知らない人とSNSやメール、写真のやり取りをしていないか。</li> <li>□ どんな理由でも裸や下着姿の写真は撮らない、撮らせないように伝えているか。</li> </ul> 
--	--

# あなたは気づいていないかも!?



「あれ?おかしいな?」「やっぱり変なのかな?」と思ったけれど、言い出せずにいることって、ありませんか? **大人に相談すること** は恥ずかしいことではありません。安心して相談してください。

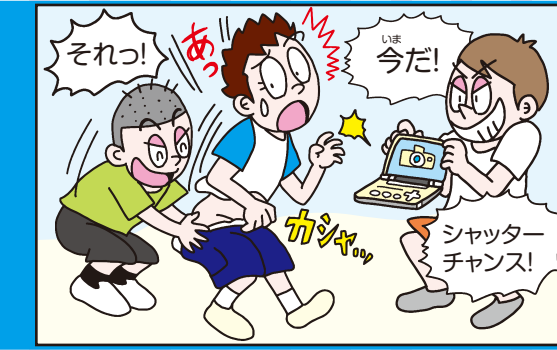
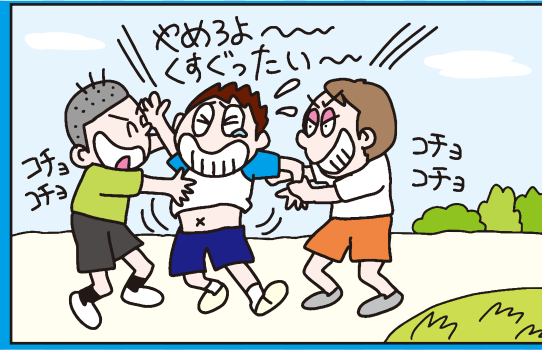


こんなことないですか？

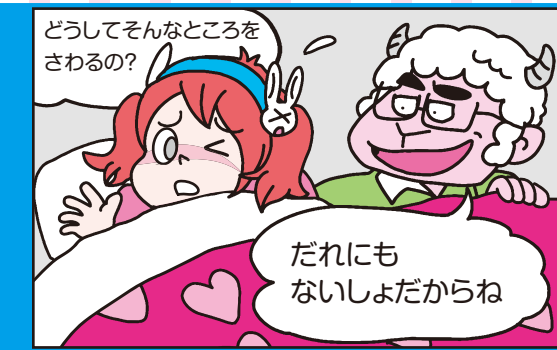
**1 ネットで知り合ったお姉さんに頼まれて...**  
 インターネットゲームで知り合った少し年上のお姉さんとネット上で仲良くなり、顔写真を送ってと何度も頼まれたので自分で写真を撮って送ってあげた。そのあと、どうしても頼まれたので、下着姿や裸の写真も送った。



**2 友達と遊んでいるときに...**  
 同級生数人と遊んでいて、ふざけ合っていたときに携帯ゲーム機で裸の写真を撮られた。後になって、写真を消してもらおうとしたが消してくれず、イヤな気持ちになった。



**3 2人だけの秘密と言われ...**  
 夜寝るとお父さんが布団の中に入ってきて、パジャマの中に手を入れてきて身体を触ってくる。変だとは思っているけれど、お父さんからは「誰にも内緒だよ。みんなやってることだから。」と言われていたので、お母さんには言えなかった。



「あれ、おかしいな、ちょっと変だな...」  
 ⇒その気持ちを大事にしていよ。  
 「イヤだと思う自分がおかしいのかな...」  
 ⇒あなたの大切だからです。イヤだって言っていんだよ。  
 「内緒と言われてこわくなった...」  
 ⇒信頼している人に話していんだよ。  
 だから、すぐに相談してね。

**Q. だれに話せばいいの?**  
**A. あなたの家族や学校の先生、養護の先生、あなたの周りにいる信頼している大人などに話しましょう。**

疑問を解決!

**Q. 知っている人に話さないときは?**  
**A. いろいろな相談窓口があるので、相談してください。子供から話を聞く仕事をしている警察官や専門家の大人があなたの話を聞いてくれます。**

**Q. 相談窓口で相談するとどうなるの? 家族や学校にも知られてしまうの?**  
**A. あなたが安心できるよう、いろいろな手助けをします。不安はあるかもしれませんが、その不安も含めて相談してください。どうしたらいいか、あなたと一緒に考えます。**

**相談窓口 (そうだんまどぐち)**

**警察 (けいさつ)**

- ☑ **最寄りの警察署**... 近くの警察署、交番に直接相談してください
- ☑ **警察相談専用電話 #9110** (警察本部の相談窓口につながります) ※受付時間は都道府県警察によって異なります。時間によっては音声で案内する場合があります。
- ☑ **少年相談窓口**
- <http://www.npa.go.jp/bureau/safetylife/syonen/soudan.html>
- ☑ **性犯罪被害相談電話 #8103 (ハートさん)** (最寄りの警察本部の相談窓口につながります) ※受付時間は都道府県警察によって異なります。時間によっては音声で案内する場合があります。
- ☑ **匿名通報ダイヤル ☎0120-924-839** (窓口の人が被害内容を聞いて、警察に伝えてくれます。窓口の人は、警察官ではなく業者の人です) ※受付時間... 平日午前9時30分~午後6時15分 (通話代無料) モバイルサイト <http://www.tokumei24.jp/> ※24時間オンライン受付

**法務局 (ほうむきょく)**

子どもの人権 110 番 (最寄りの法務局・地方方法務局につながります)  
**☎0120-007-110** ※受付時間... 平日午前8時30分~午後5時15分 (通話代無料)  
 子どもの人権 SOS ミニレター ※全国の小・中学校で配布しています

**児童相談所 (じどうそうだんじょ)**

児童相談所全国共通ダイヤル **「189」** (いちはやく)  
 (最寄りの児童相談所につながります) ※受付時間... 24時間

**文部科学省 (もんぶかがくしょう)**

いじめ問題などの相談窓口「24時間子供SOSダイヤル」  
**☎0120-0-78310** (なやみいおう) ※受付時間... 24時間 (通話代無料)  
 (原則として電話をかけた所在地の教育委員会の相談機関につながります)

匿名っていうのは、名前を言わなくてもいいってことだよ。  
 あなたの思ったことを聞かせてね。