



知っておきたい

# 性暴力のはなし

自分が被害に遭わないために、  
知らず知らずのうちに加害者にならないために、  
そして被害を受けた人たちがこれ以上苦しまないために—。

## 性暴力ってどんなこと？

同意のない性行為や接触、痴漢、盗撮、セクハラなどの性的嫌がらせなど、あなたが性的に「イヤだな」「気持ち悪い」と思えば、それは性暴力です。

## 性暴力被害の現状

### 性暴力被害者の3割弱が中学生以下です！

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を対象とした支援状況等調査報告書(令和5年3月)によると、面談を行った被害者のうち、中学生以下は28.4%、中学卒業～19歳が18.9%、20歳代は29.1%となっています。

### 身近な人から被害を受けることがあります！

知らない人だけでなく、交際相手、家族・親族、学校やアルバイトの関係者など、身近な人から被害を受ける場合があります。学校の先生や先輩など立場が上の人のほか、同級生など対等な人、後輩など立場が下の人からの性暴力も起きています。

### 被害に遭うのは女性だけではありません！

性別に関わらず性暴力被害を受けています。さらに異性同士だけでなく、同性同士でも性暴力が起っています。



### SNSが原因となる性暴力被害が増加しています！

SNSのやりとりから下着姿の写真が流出された、SNSで知り合った人に車で連れ去られたなど、スマホやSNSの普及を背景とした性暴力被害が増えています。

## 同意のない 性的行為は性暴力！

全ての人は他人に強要されたり脅かされたりすることなく、自分の体のことを自分で決める権利を持ちます。性行為やボディタッチ、キス、ハグなど性的なアクションを起こすときは、お互いの気持ちをしっかり言葉で確認しましょう。もし「NO」と言いたいときや言われたときも、必ずしも相手を嫌っているわけではないことをお互いに覚えておきましょう。



### 相手が拒否しなかったから…



- 「先生と生徒」「先輩と後輩」「アルバイト先のお客さんと店員」といった対等でない立場のために拒否できない状況では、同意を取れたとは言えません。

### 「そういう雰囲気」だったから…

- 「夜遅くまで二人きりで部屋にいた」「自宅に泊まりにきていた」といった状況でも、相手が性的な行為を受け入れているとは言えません。
- 「NOとされていない」は「YES」ではありません。



### ふざけていたから…



- ふざけて友達の服を脱がす、裸の写真を撮るなども性暴力になります。
- 周りからこのような行為を勧められても断りましょう。
- もし断ると自分が被害に遭う心配がある場合は、学校の先生や保護者など信頼できる大人に相談しましょう。

### 好きな人と付き合っているはずなのに…

## もしかしてデートDV？

二人の間にこんなことはありませんか？  
右記の内容に一つでもチェックが付いたら、残念ながら「デートDV」が隠れています。  
支配関係にあるデートDVは、放っておくと深刻な性暴力に発展する恐れがあります。  
信頼できる人や各種相談施設(P8)に相談しましょう。

- 勝手にメールをチェックしたり、連絡先を消す
- 着信後、すぐ返信しないと怒る
- お前が悪い／あなたのせいだと責める
- 無視したり、不機嫌な態度になる
- 友達付き合いを制限する
- 容姿や行動をバカにする
- お金を貸しても返さない、いつもおごられる
- 高価なプレゼントを要求される
- 無理に性行為をしようとする
- 無理にアダルトビデオなどを見せる
- 避妊に協力しない

## インターネット

### SNS・ゲーム・ マッチングアプリでの性被害

- SNSの情報から学校や住所を知られ、付きまといられる。
- リアルで会ったら、車で連れ去られたり、複数人で囲まれたり、睡眠薬を飲まされたり、抵抗できず被害に遭う。



- 性的な言葉を送ってきたり、裸の写真を送るように言われる。
- 元交際相手が、交際中に撮影した性的な写真や動画をインターネットで公開する(リベンジポルノ)。



- 対策**
- ネット上の情報が本当だとは限りません。良い人と信じるのはキケン!
  - 気軽に会わない。
  - 交際相手でも裸や下着姿の写真は撮らせない・送らない。

画像・動画の無断公開などを相談

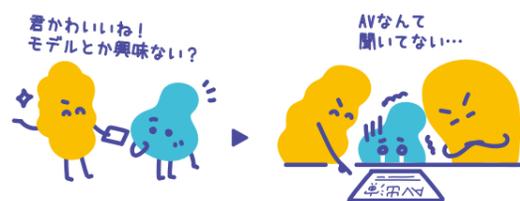
みんなの人権110番  
☎0570-003-110

相談者自身で行う削除依頼の方法などのアドバイスに加え、法務局が事案に応じてプロバイダ等に対する削除要請を行います。

## スカウト・アルバイト

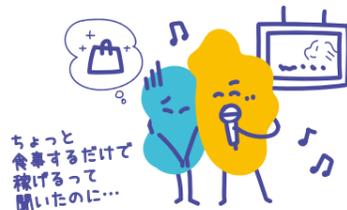
### 街でのスカウト、 モデルやタレントだけじゃない

スカウトの中には、アダルトビデオ(AVへの出演)や風俗産業への紹介を狙っている業者がいます。事務所で多くの大人に囲まれ、登録用紙と偽ってAV出演の契約書を書かされてしまうことも。



### 高収入のバイトには罠がある

「男性とお茶するだけ、エッチなし」と気軽なバイトと見せかけていても、性的なことを強要されることも。



- 対策**
- 街でしつこい勧誘やスカウトに遭ったときは要注意。一人で決めず、保護者など信頼できる大人に相談する。
  - 高額なアルバイト募集には、罠があると考えましょう。

無理やりAVに出演させられた場合は契約を取り消せます

### AV出演被害防止・救済法

法律によって、性行為映像制作物(AV)の出演を契約してしまった後でも無条件で契約をなかったことにしたり、撮影された映像の公表を止めたりすることができます。なるべく早く「東京都性犯罪・性暴力被害者ワンストップ支援センター」(P8)に相談しましょう。

## 食事やお酒の席

### 薬物を使った性暴力

飲み物・食べ物に混ぜた睡眠薬(レイプドラッグ)で抵抗できない状態にされ、性被害を受けるケースが起きています。つぎのような状況で気付くことがあります。

- 突然、耐えられないほど眠くなった。
- 記憶はないが、気付いたら服が乱れていた。



- 対策**
- できるだけ飲み物を飲みきってから席を立つ。
  - 「味が違う」「色が変わっている」など飲み物や食べ物に異変があったら取り替える。
  - 他人から渡された薬は飲まない。

## 公共の場

### 痴漢・盗撮・露出

電車内や駅、商業施設、路上など、公共の場で起きる痴漢や盗撮、露出も性暴力の一つです。

#### 【被害に遭いやすい場面】

##### 痴漢

通勤や通学で混雑する時間帯の電車内や駅

##### 盗撮

駅や商業施設のエスカレーターや階段、電車内

##### 露出

特に夜間の通勤・通学途中



- 対策**
- 公共の場で不自然にスマホなどを操作している人がいないか、気を付ける。
  - 夜は人けのない場所に一人で行かない。
  - 被害に遭った場合は、防犯ブザーやデジポリス(警視庁アプリ)を使い、助けを求める。

警視庁  
防犯アプリ  
「デジポリス」



### あなたの身を守るために

## 最新 知っておこう! 法律豆知識

### 性的同意年齢は「16歳以上」

16歳未満に対する性的な行為は、たとえ同意があったとしても違法です。

### 「NO」と言えなくても「不同意」

脅迫や暴力、立場の問題、アルコールや薬物などのために「NO」と思うこと、言うこと、貫くことが難しい状況で性的な行為がされた場合も犯罪になります。

### 盗撮や、無断で性的な写真・動画を拡散するのも犯罪に

身体の性的な部分や下着姿を盗撮したり、相手が同意していないにもかかわらずそのような写真・動画を撮るのは違法です。また、その写真・動画を人に送ったり、インターネットで拡散しても犯罪になります。撮影された人が18歳未満の場合には、そうした裸・下着姿などの写真・動画を持っているだけで犯罪になります。

### 「お金をあげるから会って」は犯罪

16歳未満の人に対して、うそをついたり、「お金や物をあげる」と言ったりして、性的な行為をするために会うよう要求するのは犯罪です。その後、実際に会うのも違法になります。

# 性被害に遭ってしまったら

性被害に遭っても「自分が悪かった」「自分さえ我慢すれば」と抱え込んでしまわないで。専門機関はいつでも相談を受け付けています。どんな状況か、あなた自身がどうしたいかを一緒に確認しながら、対処を考えましょう。

## 1 専門機関はあなたの味方



**Q** 性暴力被害について、誰に、どこに話したらいいの？

**A** 身近な人に話しづらい場合は、専門機関に相談してください。自分が話しやすいと感じる窓口があれば、どこでも相談してください。どの機関も連携して被害に遭った方をサポートします。「Cure time」(内閣府)、「相談ほっとLINE@東京」(東京都)などチャットで相談できる窓口もあります。詳しくは、8ページでご紹介しています。

**Q** 子どもの性暴力被害は分かりにくい？

**A** 周囲の大人が子どものサインを見逃さないようにしましょう。人目につかないところで行われる、本人に被害だという認識がない、加害者から口止めされる、自分が悪いと思込まれる、家族を悲しませたくないと思い一人で抱え込んでしまうなど被害が分かりにくいことがあります。心や体の様々な症状の変化に周りの大人が気付くことが大切です。

**Q** 被害者から相談を受けたらどうすればいいの？

**A** 話を受け止め、相手の意思を尊重してサポートしましょう。まずは被害者を孤立させないようにしましょう。「丁寧に話を耳を傾け「あなたは悪くない」「相手が悪い」と繰り返し伝えてください。そして本人が望む範囲で、専門機関の情報を提供するなどのサポートをします。日常生活では腫れ物に触れるような接し方ではなく、できるだけ普段どおりに過ごしてください。



## 2 サポートが大切 周りの人の

**Q** 相談を受け止めきれなくなってしまったら？

**A** 周りの人にもケアが必要です。「被害者にどう接すればよいか分からない」「助けられなかった罪悪感で苦しい」「自分が被害に遭った気がしてくる」と感じてしまうときもあるでしょう。被害者本人だけでなく、周りの人も、つらいときは専門機関に相談してください。

**Q** 接するとき気を付ける点は？

**A** 言葉がけには細心の注意を払いましょう。事件後も周りの反応などで被害者が傷つくことを二次被害と言います。二次被害が原因で泣き寝入りしてしまう性暴力の被害者は少なくありません。もし身近な人から相談を受けたら、接し方には十分に気を付けましょう。

**Point** 気持ちに寄り添ったサポートを

- 「あなたが悪い」など、責めるようなことは言わない
- 「忘れたほうがいい」「よくある話」など、軽はずみなことは言わない
- 「警察に行くべき」など、自分の意見を押し付けない
- 「頑張って」「あなたなら大丈夫」など、むやみに励まさない
- 安心できるよう話を遮らず、穏やかに聴く

## 3 心をケアするには

**Q** 不安で眠れない、食事摂れないようなときはどうすればいい？

**A** 精神科などで心の傷をケアできます。また人に話を聞いてもらうだけでも心の傷は癒えやすくなります。被害直後は強いショックで動悸や不眠に悩まされる場合があります(ASD:急性ストレス障害)。またその後も長期にわたって事件を思い出、吐き気や息苦しさで悩まされたり、食事も摂れなくなったりと、心身の症状が残ってしまうケースも少なくありません(PTSD:心的外傷後ストレス障害)。こうした心の傷は精神科や心療内科などの医療機関でケアできます。また、周りの信頼できる人に話を受け止めてもらうのも大切です。それだけでも回復が早くなることが研究で分かっています。



**Q** まずは何をすればいいの？

**A** 110番、または#8891に電話してください。被害直後は動揺していると思いますが、どうか一人で悩まないでください。警察の110番や、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#8891は、24時間365日電話を受け付けています。

**Q** その後した方がいいことは？

**A** 警察に届け出るための証拠の確保、緊急避妊の優先度が高いです。加害者を逮捕してほしい場合は、体に残ったDNAや薬物、防犯カメラ映像などの証拠を確保できるうちに、早めに警察へ被害届を出します。また、妊娠の恐れがある場合は緊急避妊の対処をしましょう。ただし、被害に遭った方自身の意思が最優先です。また、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の支援員が警察や医療機関へ同行することもできます。

## 4 被害に遭ったときは

**Q** 妊娠したり、性感染症にかかったりしてしまったら？

**A** 産婦人科や泌尿器科などの医療機関でケアできます。性暴力は望まない妊娠、性感染症、ケガといった体への深い傷を与えます。女性は産婦人科、男性は肛門科や泌尿器科で適切なケアをしてもらいましょう。

**Point** 病院を探せます

緊急避妊の診察ができる  
病院検索システム  
東京都福祉局  
子供・子育て支援部



# 一人で悩まず 相談してください

誰にも話せず悩んでいる性被害のこと。あなたに寄り添い、適切な方法でサポートしていきます。まずは相談してみませんか。

## 内閣府

### 性暴力に関する SNS相談 Cure time

「被害のこと、電話だと話しにくいな。」そんなとき、チャットで話してみませんか？警察のこと、病院のこと、つらい気持ち。一人で悩まず、相談してください。専門の相談員がチャットでお話を伺い、一緒に考えます。ひみつは守ります。

キュアタイム

<https://curetime.jp>

17:00~21:00 年中無休

※外国語での対応もあります



## 法務局

### 女性の人権ホットライン

パートナーからの暴力、セクシュアルハラスメント、ストーカー等、女性の人権問題に関する相談窓口。性的画像を含むインターネット上の人権侵害情報に関する相談も受け付けています。

☎0570-070-810

平日 8:30~17:15

※最寄りの法務局につながります



## 東京都

### 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

緊急避妊薬の処方や性感染症検査、証拠採取などの医療的支援、相談・カウンセリングなどの心理的支援、AV出演契約の取消し・解除や差止請求のやり方、警察への同行支援、弁護士など専門家を紹介する法的支援などを行います。

全国共通番号

#8891(はやくワンストップ)

または

☎0120-8891-77

24時間 年中無休



### 子供・保護者専用性被害相談ホットライン

性被害に遭った子供およびその保護者の方への電話による相談対応、対面相談・カウンセリング等の精神的ケア、病院・警察等への付添支援を行います。

☎0120-333-891

☎03-6811-0850

(東京都外から発信の場合)

24時間 年中無休

## 練馬区

### 児童生徒を教職員による 性暴力等から守るための 練馬区第三者相談窓口

区では、教職員による児童・生徒への性暴力等の早期発見のため、新たに第三者相談窓口を設置しました。

窓口では、心理士が相談員として性暴力被害の相談を電話等で受け付けています。

☎080-4574-9845

15:00~18:00

水曜日…女性心理士

金曜日…男性心理士

(祝休日および

12/29~1/3を除く)



## 東京都

### 性被害相談窓口(LINE相談) 相談はとLINE@東京

都内在住・在勤・在学の被害者本人およびその関係者向けのLINE相談です。

下記の二次元コードから、LINEでの友だち登録が必要になります。

月・水・金・土

(祝日・年末年始を除く)

16:00~21:00

(受付は20:30まで)



## 警察

### 性犯罪被害相談電話

性犯罪・性暴力被害等の相談に応じる警察の窓口です。

#8103(ハートさん)

24時間 年中無休

※発信場所を管轄する都道府県警察の性犯罪被害相談電話につながります



## 編集後記

本号の編集をするにあたって、現在大学生である私自身も中高生の時の性暴力に対する認識を思い出しながら編集に携わらせていただきました。中学生から高校生にとって性暴力はまだ縁遠く、自分には関係ないことだと考えた人もいるかもしれません。しかし、今のうちから知識を付けいざという時に備えるためにも、この情報誌がその力になれば幸いです。藤井委員

今回のMOVEは、私がMOVEの編集委員となってから2冊目の情報誌です。今回は、主に事業者を対象としてワーク・ライフ・バランスやハラスメントについて取り上げ、今回は、性暴力について取り上げました。私の感じたことや思ったことなどをMOVEに反映していただき、それらを表すことができました。新平委員

中高生  
この記事読んで  
正確に  
知識を積んで  
模範とならむ

力也吟  
高桑委員

