

性暴力被害にあったら

～被害後間もない方へ～

- まずは安全な場所へ移る
- すぐに病院へ行く(からだのケア)
 - ・ケガの手当
 - ・緊急避妊(アフターピルの処方)
 - ・性感染症の検査
- できるだけ証拠を残す
 - ・シャワーを浴びない
 - ・身につけていた下着、衣類の保管
 - ・メールやSNSのやりとりの保存など



くわしくは
こちら

～被害後しばらくたった方へ～

- 病院へ行く(からだ・こころのケア)
 - ・生理が遅れていたり、性感染症が心配なとき
 - ・つらさが消えず、落ち着かないとき



くわしくは
こちら

拠点病院・県内協力医療機関リスト(産婦人科)

小児科・泌尿器科・外科などの受診が必要な場合もあります どこを受診したらいいかわからない時は Save ぐんまにご相談ください



被害について相談を受けた方へ

被害にあわれた人への接し方

- ・安全を確保する
- ・レイプ被害の場合は、医療機関への受診を勧める
- ・怒ったり、責めたり、否定しない
- ・共感的に話を聞いて、受け止める



くわしくは
こちら

子どもの被害を知ったら ～身近な大人の方へ～

- ・子どもの安心・安全を第一に考える
- ・子どものケアをひとりで抱え込まない



くわしくは
こちら

被害を打ち明けられたり、相談を受けたあなたが
まずは Save ぐんまにご相談ください

被害後のからだところの変化

ショックな出来事を体験すると、からだところにもいろいろな変化が生じます
誰にも起こりうる当然の反応です あなたは悪くありません



くわしくは
こちら

- 気分が落ち込んだり不安定になる
 - 人に会いたくない
 - 食欲がない
 - 眠れない
 - 不安や恐怖におそわれる
 - フラッシュバックが起こる
 - できごとに関わる場所や物を避ける
 - 集中できずぼんやりするなど
- ※個人差があります

■ 主な関係する相談窓口 ■



性犯罪被害相談電話(警察)

#8103 または
0120-271-110

その他の
支援機関
相談窓口
はこちら



配偶者や交際相手からの
暴力についての相談(群馬県女性相談センター)

027-261-4466



性暴力に関するSNS相談

「Cure Time」(内閣府)

チャットにて相談ができます

