その不安を話すだけでもいいんです。

いつもビクビクしている。
殴られたわけじゃ
ないのに。

逃げたいけど我慢する。
こどものために。

相手の機嫌を損ねないように、
言葉を選んでいる。
普通に話したいだけなのに。

あれってもしかして
性暴力だった？

家族の問題だから
周りに心配
かけたくない。

証拠がないと、
相談できない…？

被害を受けたことを
思い出したくない。
でもこのままは悔しい。

外出先だけじゃなくて
スマホの中まで
監視される。

嫌だったけど、
断れなかった。

大ごとに
したくない。

DVなのか、性暴力なのか、
分からなくても
不安な気持ちを抱えたら、
相談窓口に話してみませんか？
話すだけって、だけ、じゃないから。
すべて話さなくてもいい。決断を急がなくてもいい。
その先のことは、話してから考えても大丈夫です。



専門の相談員があなたのお話をうかがいます。

年齢・性別を問わず相談できます。

性犯罪・性暴力

電話で相談

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
はやくワンストップ

性犯罪被害相談電話（警察）
#8103
ハートさん

SNSで相談

Cure time
（キュアタイム）

多言語対応しています

配偶者・交際相手からの暴力

電話で相談

DV相談ナビ
#8008
はれれば

チャットで相談

DV相談プラス

多言語対応しています

パープルリボンは
女性に対する
暴力根絶のための
シンボルマークです。

内閣府
男女共同
参画局

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。

専門の相談員があなたのお話をうかがいます。

性犯罪・性暴力（インターネット上の性的な暴力を含む）、配偶者等への暴力、デートDV、痴漢、売買春、人身取引、
ストーカー行為、セクシュアルハラスメント等は、犯罪となる行為を含む重大な人権侵害であり、性別にかかわらず、決して許されないものです。
被害を受けた方は悪くありません。被害に気づいたら、下記の相談窓口があることを被害者の方へ伝えてください。

性犯罪・性暴力

内閣府
性暴力に関するSNS相談
Cure time
キュアタイム

内閣府
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
はやくワンストップ

AV出演被害

配偶者・交際相手からの暴力

内閣府
DV相談ナビ
#8008
はれれば

内閣府
DV相談プラス（電話・チャット）
0120-279-889
つなぐ はやく

性犯罪に係る被害や捜査

警察庁
性犯罪被害相談電話
（全国共通）
#8103
ハートさん

警察庁
匿名通報ダイヤル
0120-924-839

売春強要や人身取引

ストーカー被害

厚生労働省
困難な問題を抱える
女性の相談窓口
（女性相談支援センター）
#8778
はなそうなやみ

職場における／求職者等に対するセクシュアルハラスメント

厚生労働省 各都道府県労働局雇用環境・均等部（室）

警察庁
各都道府県警察の
犯罪被害相談窓口

警察庁
警察相談専用電話
#9110

参考情報

内閣府
性犯罪・性暴力
被害者支援情報

内閣府
配偶者暴力
被害者支援情報

警察庁
ストーカー被害防止
ポータルサイト

人権侵害に関する相談

法務省
みんなの人権 110 番（全国共通） **0570-003-110**

法務省
外国語人権相談ダイヤル（全国共通） **0570-090911**

法務省
インターネット人権相談受付窓口
（パソコン・携帯・スマートフォン共通）

法務省
法務局 LINE じんけん相談

法的トラブルに関する相談

法務省
法テラス
犯罪被害者支援ダイヤル
（全国共通）
なくことないよ
0120-079714

全国各地で、暴力根絶の想いが広がっています

被害を受けた方は、ひとりで悩まず、
まずは相談してほしい。この想いを込めて、
全国各地で施設等を紫色にライトアップする
「パープル・ライトアップ」が実施されています。
顔をあげてみてください。
この光は、あなたがひとりではないという証です。



音声コード
Uni-Voice