

女性のための 防犯マニュアル

～安全・安心な暮らしのためにあなたができること～



福井県警察本部

女性みなさまへ

近年、ストーカー、配偶者からの暴力（DV）、性犯罪など、女性が被害者となる犯罪が増えています。

これらの犯罪から自分を守るためには、自らの防犯力を向上させることも大切です。

みなさまのほんの少しの注意が身の安全を守ることにつながります。

また、困っていることや不安に感じていることがあるときは、早い段階で、警察に相談や届出をすることで、被害の未然防止や拡大防止につながることもあります。

そこで、女性が被害者となりやすい事案ごとに、対応要領などを判り易く解説した『女性のための防犯マニュアル』を作成しました。

みなさまの被害防止に役立てていただければ幸いです。

一人で
悩まないでね



レディースガードリーダーとは

県警察では犯罪被害から女性を守るため、平成23年度から企業とそこで働く女性の防犯対策に取り組んでおり、各企業等から御推薦をいただいた方を、レディースガードリーダーに委嘱させていただいております。

レディースガードリーダーの活動内容

第1は、相談窓口対応

被害に悩む女性の良き理解者となって相談内容をしっかりと聴取し、防犯アドバイスや警察との連携などに努めていただくこと

第2は、講習会の開催

企業等において計画的に防犯講習会を開催し、警察の講習などで学んだ犯罪発生状況や、護身術の技を同僚の女性の方に広めていただくこと

第3は、情報の発信

掲示板やメール等の情報伝達手段を活用して、企業等において広く情報を発信して、同僚の女性の方と情報を共有していただくこと

第4は、経営者への防犯に関する意見具申

企業の経営者等に対して、防犯講習会の開催、防犯に配慮した施設や設備の導入など、防犯に関する意見・要望等を積極的に申し入れし、それを実現することで、犯罪の起こりにくい職場環境の構築に努めていただくこと

ストーカー、DV、性犯罪など、女性が被害者となりやすい事件、事案を未然に防止するため、それぞれの企業等に在籍する女性の自己防衛意識の向上に努めていただくとともに、警察や関係機関と連携した被害の未然防止、事案の早期解決などを図っていただきますようお願いいたします。

レディースガードリーダーの活動

レディースガードリーダーには、次のような活動が期待されています。

相談窓口対応

- 1 防犯アドバイス
- 2 良き理解者
- 3 関係機関の教示
- 4 警察との連携



講習会の開催

- 1 講習会の企画
- 2 防犯知識、技能の
伝承



レディースガードリーダー

情報の発信

- 1 掲示板、メールなどによる情報発信
- 2 警察からの素材を利用



経営者への防犯具申

- 1 講習会の開催
- 2 防犯に配慮した施設・設備の導入等



留意点

- ★ 相談を受けた場合は、1人で抱え込まないでください。
(警察に相談するか、関係する相談機関を教示してください。)
- ★ 相談者の心情に配慮して、相談内容は関係者以外には口外しないで下さい。
- ★ 警察官による防犯講習を希望される場合は、地元の警察署の警察安全相談係又は警察本部の少年女性安全課に連絡をお願いします。

企業等における女性の安全安心対策

企業等における女性安全安心対策の概要

施策の骨子

被害防止の知識を有する相談担当者（女性）の育成

～ レディースガードリーダーの育成 ～

相談担当者を支援・指導する女性警察職員の技能向上

～ レディースパートナーの育成 ～

支援

レディースガードリーダーの育成

企業等内に気軽に相談できる
体制を構築、早期対応・通報

女性の視点で女性による女性
のための防犯講習会を開催



悩み事の解消
(相談機関等の教示)

女性のスキルアップ
(防犯知識・技能)



企業等と在籍する女性の自主防犯力の向上

ストーカー



1人で悩まず
早めに警察に相談することが大切です。

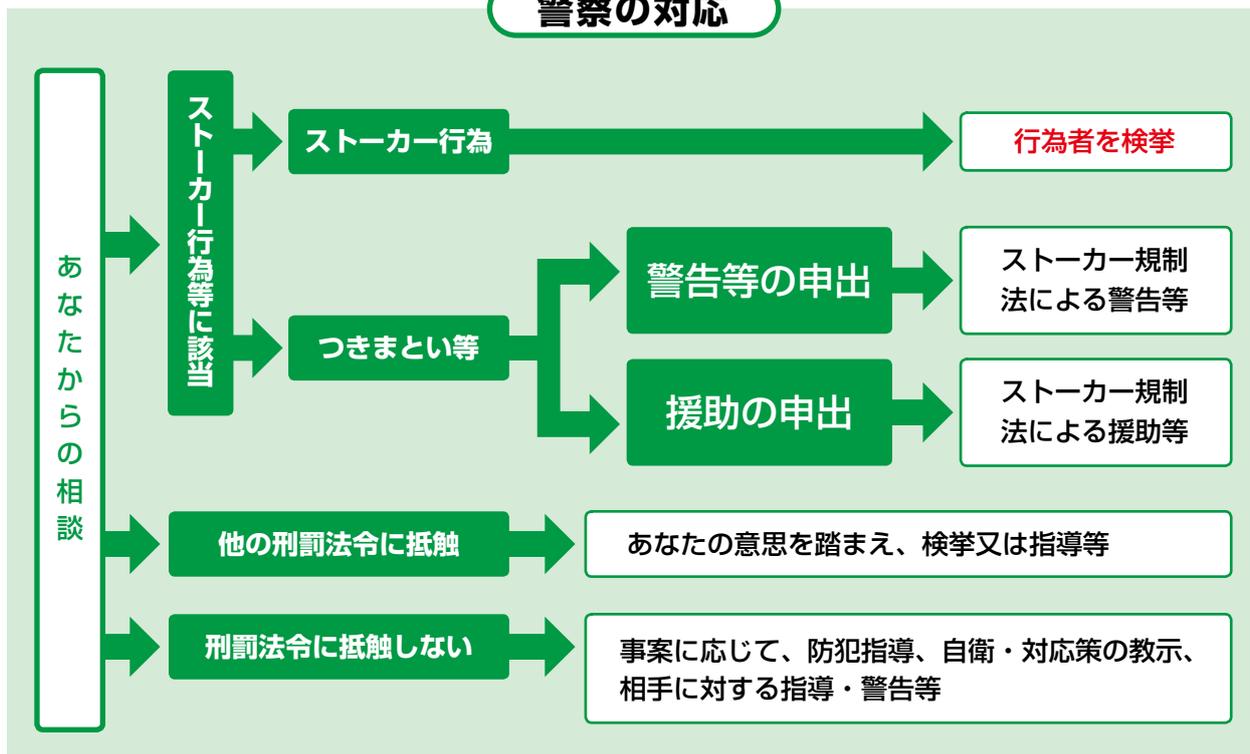
「どこに相談したらいいのかわからない」、「恥ずかしい」などの理由で、1人で悩んでいるうちに事態が深刻化し、最悪の場合、殺人などの凶悪事件に発展するケースもあり得ます。

警察では、あなたの意思を踏まえ、いわゆる「ストーカー規制法」に基づき、自衛策の教示などを行うほか、相手に対する警告や、ストーカー規制法はもとより、その他の法令を適用して相手を検挙し、被害の拡大防止を図ります。

また、法令に触れない場合でも、事案に応じた防犯指導、自衛・対応策の教示、相手に対する指導・警告を行います。

あなたの立場に立った対応を行います！！

警察の対応



「ストーカー行為」とは

同一の者に対して、「つきまとい等」を繰り返して行い又は承諾なく「位置情報無承諾取得等」を行うことを「ストーカー行為」といいます。

ただし、次の「つきまとい等」の1～4及び5の電子メールに関する部分については、**身体の安全、住居等の平穩、名誉、行動の自由が著しく害される不安を覚えさせるような方法により行われた場合に限り**ます。

「つきまとい等」とは

恋愛感情や好意の感情、あるいは、その感情が受け入れられなかったことへの怨恨（不満）のために、あなたやあなたの家族などに対して、次の8つの行為のいずれかをするをいいます。

1 つきまとい・待ち伏せ・立ちふさがり・見張り・押しかけ・うろつき

あなたを尾行したり、通勤途中であなたを待ち伏せたりする。

自宅や勤務先、学校など、あなたが通常いる場所又はあなたが実際にいる場所の付近で見張る、押しかける、みだりにうろつく。

事例 1 交際を断った相手が自宅に押しかけてきた。

事例 2 あなたがたまたま立ち寄っていた店舗に押しかけてきたり、旅行先のホテルの付近をみだりにうろつかれた。



2 監視していると告げる

あなたの行動や服装を告げたりして、あなたを監視していることを気付かせる。

事例 1 「今日のデートは楽しかった？」などと、デートを監視していることを知らせるメールを送られた。

事例 2 帰宅直後に「おかえりなさい」などと電話をされた。



3 面会・交際など義務のないことを要求

あなたが嫌がっているのに、交際や面会、復縁を求めてくる。贈り物を受け取るように要求する。

事例 断ってもしつこく交際を申し込まれ、自宅や職場などまで来て贈り物をされた。

4 乱暴な言動

あなたを怒鳴ったり、家の前でクラクションを鳴らしたりする。

事例 不倫の別れ話で、相手から「家庭を壊してやる」と言われた。

5 無言電話、拒否されたのに連続電話・FAX・電子メール、文書等を送る

無言電話をかけてあなたを不安にさせたり、拒否しているのに電話をかけてきたり、FAX、電子メール、SNSによるメッセージ、手紙などの文書を送ってくる。

事例 1 交際を拒否し、携帯を着信拒否しても、連続して電話をかけられた。

事例 2 拒否しているのに、連続して電子メールやSNSを通したメッセージ、ブログへのコメント、手紙などの文書を送りつけられた。



お願い

行為の内容を確認するため、着信履歴やメールは削除せず、警察に相談してください。

6 汚物などの送付

汚物、動物の死体など、不快感や嫌悪感を与える物を自宅に送りつける。

事例 元の勤務先の同僚と別れて別の男性と結婚したら、自宅に動物の死骸や呪いのわら人形を送りつけられた。



7 名誉を傷つける

あなたを中傷したり、名誉を傷つけるような内容を告げたり、文書を届ける。

事例 1 復縁を迫る元彼から、携帯に「お前は淫乱な女だ」等との内容のメールが送られてきた。

事例 2 あなたの名誉を傷つけるような文章をインターネットに掲載された。



8 性的羞恥心の侵害

卑わいな言葉をあなたに告げたり、わいせつな写真をあなたの自宅に送りつけたり、インターネットで公開する。

事例 男性からの交際申込みを断ったところ、自宅に卑わいな写真が届き、車にわいせつな落書きをされた。

「位置情報無承諾取得等」とは

恋愛感情や好意の感情、あるいは、その感情が受け入れられなかったことへの怨恨（不満）のために、あなたやあなたの家族などに対して、次の2つの行為のいずれかをするをいいます。

1 承諾を得ないでGPS機器等により位置情報を取得

あなたの承諾なく、あなたの所持するGPS機器等の位置情報を取得する。

事例 取り付けたGPS機器等の位置情報をひそかに取得された。

2 承諾を得ないでGPS機器等を取り付ける等

あなたの承諾なく、あなたの所持する物にGPS機器等を取り付ける。

事例 自動車にひそかにGPS機器等を取り付けられた。

罰則 ストーカー行為をした場合、1年以下の懲役又は100万円以下の罰金

警察による援助

あなたからの申出により、次の援助ができます。

- 1 自ら被害を防止するための措置の教示
- 2 行為者の氏名、住所その他の連絡先の教示
- 3 行為者と被害防止交渉をする場合
 - ・交渉が円滑に行われるように交渉日時などの連絡
 - ・心構え、交渉方法の助言
 - ・警察施設の利用
- 4 被害防止のための防犯機器の教示・貸出
- 5 警告等を行ったことを証明する書面の交付 など

あなたがお住まいの地元の警察署の警察安全相談係に申し出てください。

事例 交際を断ったにもかかわらず、執拗に復縁を迫られ、相手がアパートに押しかけて性的関係を求めてくるとの相談を受け、警察は相談者の意思を踏まえ、ストーカー規制法に基づく警告を行いました。

しかし、その後もつきまとい等が続いたことから、男性をストーカー規制法違反で逮捕したところ、男性は反省して態度を改め、事案は収束しました。

※この事例は特別ですが、警察による警告でほとんどのストーカー行為は止んでいます。

あなた自身ができること

- 行為者に拒絶の意思をはっきり伝え、あいまいな態度は絶対取らない。
- ストーカー行為の日時や状況を全て記録し、電子メールや手紙等は保存する。
※ ストーカー行為の証拠として警告等の申出に必要となります。
- 必要な時以外は夜間の外出を避け、外出する時は複数で行動する。
- 防犯ブザーや携帯電話を常に携行し、直ちに使える状態にしておく。
- 不審な届け物は、受け取りを拒否し、開封せずに送り返す。

配偶者からの暴力（DV）

夫婦間であっても暴力は許されません。
1人で悩まず相談することが大切です。



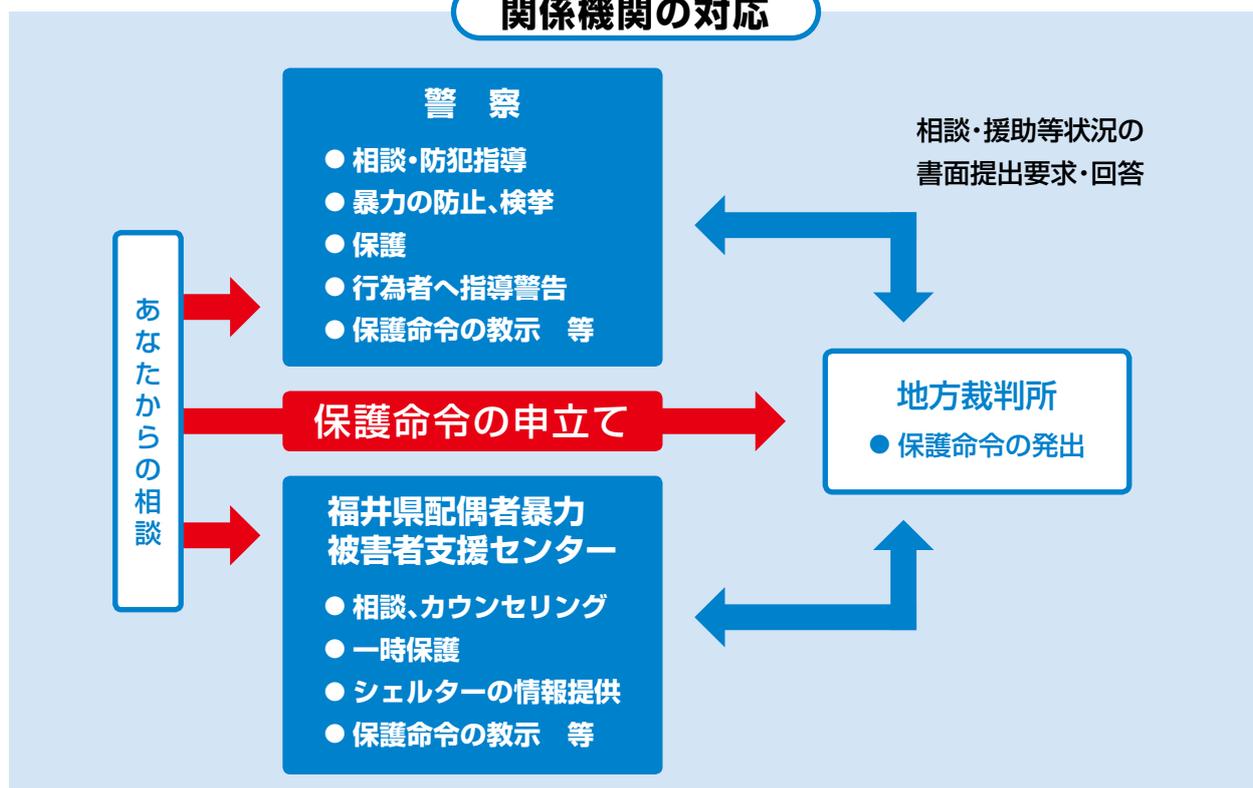
「私さえ我慢すれば」「世間体があるので」との思いはダメです！

警察では、いわゆる「DV防止法」に基づき、被害の発生を防止するための必要な措置として、被害者に対する防犯指導や援助等を行うとともに、裁判所が発した保護命令に違反した場合には相手を検挙します。

また、県の配偶者暴力被害者支援センターなどの関係機関と連携した被害者支援を積極的に行っています。

あなたの立場に立った対応を行います！！

関係機関の対応



「配偶者からの暴力」とは

配偶者からの身体に対する暴力又はこれに準ずる心身に有害な影響を及ぼす言動をいいます。「配偶者」には、事実婚、元配偶者、生活の本拠を共にする交際相手・元交際相手を含みます。

また、「暴力」は、殴る・蹴るなどの身体的暴力ではありません。
次のさまざまな形の暴力が複雑に重なり合っています。

1 身体的暴力

- ・ 殴る
- ・ ひきずりまわす
- ・ 蹴る
- ・ 首を絞めるなど



2 性的暴力

- ・ 脅しや暴力で性的行為を強要する
- ・ 中絶を強要する
- ・ 避妊に協力しないなど

3 精神的暴力

- ・ 話しかけても無視する
- ・ 人の前で侮辱する
- ・ 「おまえは馬鹿だ」「食わせてやっている」などと暴言を繰り返す
- ・ 大切にしているものを壊すなど

4 経済的暴力

- ・ 生活費を渡さない
- ・ 働くことを妨害する
- ・ 健康保険証を渡さないなど



5 社会的暴力

- ・ 交友関係や電話の内容を細かく監視する
- ・ 外出を制限する
- ・ 実家との付き合いを制限するなど

6 子どもを巻き添えにした暴力

- ・ 子どものいる前で暴力を振るう
- ・ 子どもを虐待する
- ・ 子どもを引き離す
- ・ 子どもに危害を加えることをほのめかすなど

DV防止法のポイント

警察

暴力の制止、被害者の保護など被害の発生を防止するための措置や援助を行います。

福井県

配偶者暴力被害者支援センターとして、生活学習館(ユウ・アイふくい)、総合福祉相談所、各地区健康福祉センターに女性相談員を配置し、相談や被害者の自立、保護に関する情報提供などを行います。

裁判所

被害者の安全を確保し、更なる暴力を防止するため「保護命令」を行います。

保護命令

裁判所が行う保護命令には、「接近禁止命令」「電話等禁止命令」「退去命令」の3種類があります。

配偶者からの身体に対する暴力又は生命等に対する脅迫によって、生命や身体に重大な危害を受けるおそれ大きい場合、裁判所は、**被害者からの申立て**により、加害者に対して

- 被害者（子ども、親族を含む。）への接近禁止（6か月間）
- 被害者への電話等の禁止（6か月間）
- 住居からの退去（2か月間）

を命じることができます。

具体的には、あなたが配偶者に対して、

- 近づいてほしくないとき → 「接近禁止命令」
（つきまとい、住居や勤務先等付近の徘徊を禁止）
- 電話をかけてほしくないとき → 「電話等禁止命令」
- 家から出て行ってほしいとき → 「退去命令」
（住居付近の徘徊も禁止）

を、裁判所に対して申立てができます。



「電話等禁止命令」には、次の禁止事項があります。

- 1 面会の要求
- 2 行動の監視に関する事項を告げることなど
- 3 著しく粗野・乱暴な言動
- 4 無言電話、連続電話・FAX・電子メール（緊急やむを得ない場合を除く。）
- 5 夜間（午後10時から午前6時まで）の電話・FAX・電子メール（緊急やむを得ない場合を除く。）
- 6 汚物・動物の死体等の著しく不快又は嫌悪の情を催させる物の送付など
- 7 名誉を害する事項を告げることなど
- 8 性的羞恥心を害する事項を告げること等又は性的羞恥心を害する文書・図画の送付など



保護命令に違反した場合、1年以下の懲役又は100万円以下の罰金

警察による援助

あなたからの申出により、次の援助ができます。

- 1 被害を自ら防止するための避難その他の措置の教示
- 2 加害者に住所や居所を知られないようにするための措置
 - ・ 住民基本台帳の閲覧制限への支援
- 3 被害防止交渉を円滑に行うための措置
 - ・ 心構えなどの助言
 - ・ 加害者に交渉日時などの連絡
 - ・ 警察施設の提供など



事例 相談を受け、保護命令などを教示したところ、弁護士が代理人となり、裁判所に対して保護命令の申立てを行い、保護命令が発せられている間に協議離婚した。

医療関係者の取組み

DV防止法により、医師や看護師などの医療関係者は、

- DVにより負傷し、又は疾病にかかった被害者を発見した場合には、被害者の意思を尊重したうえで、その旨を配偶者暴力被害者支援センターや警察に通報することができます。

※通報で守秘義務違反に問われることはありません。

- 被害者に配偶者暴力被害者支援センター等の利用について、情報提供する努力義務があります。



あなた自身ができること

- あなたが置かれている状況を脱するためには、まずは警察や配偶者暴力被害者支援センターに相談することが大切です。

「夫が暴力を振るうのは自分が至らないから…」

「自分さえ我慢すれば…」

などと自分を納得させて、DVの被害を受け続けていませんか？

DVは、あなただけでなく、
あなたの子どもたちにも深刻な影響を与えます。



リベンジポルノ

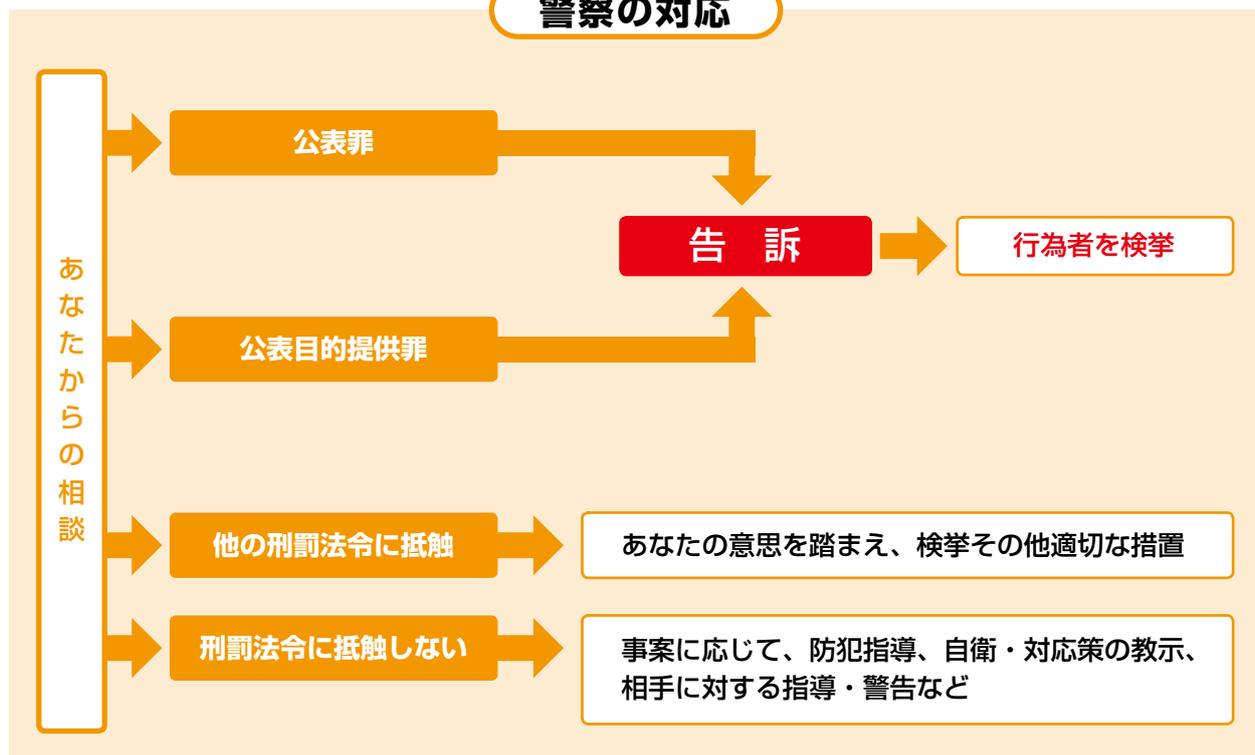
プライベートな性的画像等をネット上で公開することは許されません。

元交際相手や元配偶者に対する嫌がらせや復讐（リベンジ）目的で、交際中や婚姻中に撮影した裸の写真などを、インターネット上に公開する事案が発生しています。

警察では、あなたの意思を踏まえ、「私事性的画像記録の提供等による被害の防止に関する法律」に基づき、画像の送信防止措置の申出先、申出方法等についての周知を行うとともに、相手を検挙して、被害の拡大防止を図ります。

あなたの立場に立った対応を行います！！

警察の対応



「私事性的画像記録」とは

撮影対象者が、第三者の目に触れることを前提とせずに撮影されたプライベートな性的画像記録等をいいます。

性的画像記録等には、次のような例があります。

- 1 人の性交又は性交類似行為の姿
- 2 人の性器等を触る等、性欲を興奮させ、又は刺激するもの
- 3 衣服の全部又は一部を着けない人の姿で、殊更に人の性的な部位が露出され、又は強調されたもので、かつ、性欲を興奮させ、又は刺激するもの

「私事性的画像記録物」とは

SDカード、USBメモリ等で、上記1～3の画像を記録したもの

「私事性的画像記録の提供等による被害の防止に関する法律」には、次の罪があります。

1 公表罪

撮影対象者を特定できる方法で、私事性的画像記録（物）を不特定若しくは多数の者に提供し、又は公然と陳列すること。

事例 元交際相手の裸の画像を、インターネット掲示板に載せる。



罰則 3年以下の懲役 又は50万円以下の罰金

2 公表目的提供罪

公表させる目的で、私事性的画像記録（物）を提供すること。

事例 画像を広める目的で、LINE等により画像を友人に送信する。

罰則 1年以下の懲役 又は30万円以下の罰金

警察による支援、教育及び啓発

警察では、支援体制を整備し、被害を未然に防止するために教育や啓発を行っています。

- 1 届出しやすくするための体制の充実
- 2 画像の送信防止措置の申出を行う場合の申出先、申出方法等についての周知を図るための広報活動等
- 3 相談窓口の体制整備
- 4 学校、地域等での理解と関心を深めるための必要な教育及び啓発活動

最寄りの警察署の警察安全相談係に申し出てください。

画像の送信防止措置の申出先

インターネット上に掲載された画像は、管理者を通じて削除要請することができます。

画像の送信防止措置の申出方法

画像の送信防止措置の申出方法は、

- ・ 削除要請に応じるのは本人からの申告のみ
- ・ すべて削除するとは限らない（海外サーバー等）

ので、事前に管理者に確認してください。



あなた自身ができること

- 裸や下着姿などの写真を安易に撮らせたり、相手に渡したりしない！！
- 被害が拡大する前に、最寄りの警察署等に相談する！！
- ★ 一旦、インターネット上に掲載された画像を完全に削除するのは困難です！！

性犯罪(強制わいせつ・強制性交等)



1 公共の場所等で、下半身を見せられた

公然わいせつ罪(刑法第174条)

罰則 6月以下の懲役又は30万円以下の罰金等

2 無理やり(暴行、脅迫)身体を触られた

強制わいせつ罪(刑法第176条)

罰則 6月以上10年以下の懲役

3 無理やり(暴行、脅迫)性行為をされた

強制性交等罪(刑法第177条)

罰則 5年以上の懲役

あなた自身ができること

車・自宅の出入り

- 車や自宅の鍵を開ける前に、不審な人や車がないか確認してから鍵を開ける。

戸締り(ドア・窓の鍵)

- 車・家に入ったらすぐ鍵をかける。
- ベランダに人が潜んでいないか、外を確認してから窓を開ける。
- 2階以上にある部屋でも就寝時は窓やベランダの鍵をかける。
- 外出時は、すべてのドア・窓の鍵をかける。

来客

- 来客対応時はインターホンやドアスコープなどで、相手の身分や用件を確認するまで、鍵を開けたりドアチェーンを外したりしない。

洗濯物

- 下着類は室内に干す。女性の一人暮らしと悟られないようにする。
※ 外で干す場合は、シーツやバスタオルなどで目隠しをする。

エレベーター

- 非常ボタンの近くに位置し、男性に背を向けない。
- 不安を感じたらすぐに降りる。

外出時

- 歩きながら携帯電話を使用したり、音楽を聴いたりしない。
- バッグの見えやすい場所に防犯ブザーを取り付ける。
- 夜中に暗がり一人で歩かない。

乗車時のロック

- 車に乗ったらロックする。

迷惑行為

被害に遭った場合には、すぐに110番通報するか、近くの人に大声で助けを求めてください。

警察では、「福井県迷惑行為等の防止に関する条例」(迷惑防止条例)などを適用して犯人を検挙します。



次のような事例は、迷惑防止条例違反です。
すぐに警察に通報してください。

1 痴漢された

人を著しく羞恥させるなどの方法で、衣服等の上から、または直接人の身体に触れる行為

事例 列車内で、胸やふとももを触られた。



2 のぞき見された

衣服等で覆われている人の下着等をのぞき見たり、更衣室、トイレ、お風呂などで衣服の全部や一部を脱いでいる状態の人ののぞき見る行為

事例 入浴中に外からのぞかれた。



3 盗撮されそうになった

盗撮する目的で、スマートフォン等のカメラを、

- 衣服等で覆われている人の下着等を写すことができる位置に置いたり、人に向ける行為
- 更衣室、トイレ、お風呂などで衣服の全部や一部を脱いでいる状態の人を写すことができる位置に置いたり、人に向ける行為

事例 トイレ個室内にカメラが設置されていた。



4 盗撮された

スマートフォン等のカメラを使用して、

- 人を著しく羞恥させるなどの方法で、下着等を撮影する行為
- 更衣室、トイレ、お風呂などで衣服の全部や一部を脱いでいる状態の人を撮影する行為

事例 書店で、携帯電話のカメラでスカートの中を撮影された。



5 卑わいなことを言われた・された

事例 道路を歩いていたらスカートをめくられた。

6 いやがらせをされた

恋愛感情に基づかない嫌がらせ行為（ストーカー行為参照）をする

事例 拒否しているのに、SNSを通じたメッセージ、ブログへのコメントを連続して送りつけられた。



6月以下の懲役 又は 50万円以下の罰金

盗撮行為は、1年以下の懲役 又は 100万円以下の罰金

あなた自身ができること

痴漢

- 歩きながら携帯電話を使用したり、音楽を聴いたりしない。
- バッグの見えやすい場所に防犯ブザーを取り付ける。
- 周囲に目を配り、「ちょっと変」と思ったらできるだけ離れる。
- 「痴漢!」「やめてください!」とはっきり言う。

のぞき見・盗撮

- 書店での立ち読み、デパート等のエスカレーターでは、後方に注意する。
- 自室の窓には厚手のカーテンをつける。
- 入浴中は浴室の窓を閉める。

インターネットに関するトラブル

画面の向こうにいるのは、
本当に信用できる人ですか？



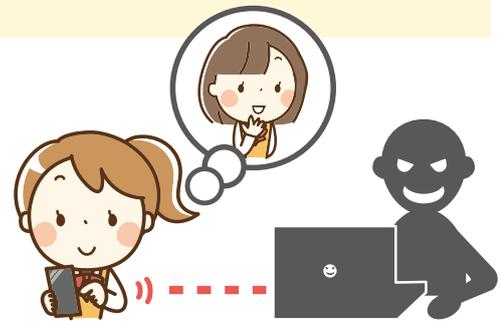
SNSなどのコミュニティサイトの利用をきっかけとして知り合った者から、強姦性交等の性犯罪の被害に遭う事件や、安易に写真や個人情報を投稿することで個人が特定され、自宅や職場の近くで後をつけられる事案が発生しています。

事例1 SNSやネットで知り合った人からの犯罪被害

SNSでよく話をする女性から、「ライブのチケットが余分にあるから一緒に行こう」と誘われ、ライブ当日、待ち合わせの場所に行くと、SNSの写真とは全く違う男性がおり、チケットの話もウソ。無理矢理車に乗せられそうになった。

事例2 SNSなどへ投稿した内容から個人が特定された

友人にスマホで撮ってもらった写真が気に入り、新しい友人らとシェアしようと思い、SNSに写真を投稿したところ、その写真で個人が特定されてしまい、会社帰りに付きまといを受けるようになった。



あなた自身ができること

- 投稿した内容に、個人名や勤務先など、個人の特定につながるものが含まれていないか慎重に確認する。
- SNSに詳細な予定や実況報告（写真）は投稿しない。
- スマートフォンなどの位置情報が登録される機器を使用する際は、位置情報の必要性を判断し、不要なときはOFFにする。
- 第三者に推認されやすい安易なパスワードを用いたり、パスワードの使い回しはしない。

アダルトビデオへの強制的な出演

本人の意に反して

アダルトビデオへの出演を強いることは許されません。

詐欺・脅迫的な言動を用いて強制的にアダルトビデオに出演させられたり、出演を拒否した際、多額の違約金を請求され、出演を余儀なくされたりする事案が発生しています。

インターネット上でモデルの募集に応募したら、
実はアダルトビデオの撮影だった。



- インターネット上で、高収入をうたったアルバイトの募集に応募し、詳しい業務内容を聞かずに、相手方を訪ねて、そこで免許証と保険証を渡した。内容がアダルトビデオの撮影ということを告げられて、拒否したが、契約しないと免許証等が戻らないと思い、契約書に署名してしまった。
- インターネット上で、ファッションモデルの撮影だと思って応募した。実際はアダルトビデオの撮影と分かったが、断ることができず撮影に応じ、更に撮影された動画が無修正で海外から発信された。

タレント契約だと思ったら、AV撮影だった。
断ると、違約金や賠償金を請求された。



- 街中でスカウトされ、芸能会社とタレント契約をし、グラビアの撮影と思って現場に行くと、アダルトビデオの撮影だったので、拒否したが、「損害を弁済してもらおう。」等と脅されたりして、出演させられた。
- 街中でグラビアモデルとしてスカウトされ、相手の言うとおりに契約書にサインした。マネージャーから「仕事が来た。」と言われたが、アダルトビデオの撮影だったので断ろうとしたが、「キャンセルしたら違約金がかかる。」等と言われ、アダルトビデオに出演させられた。

あなた自身ができること

- 契約時は、安易に契約書にサインすることなく、納得できるまで契約内容を確認する。
- 契約書の控えを保管しておく。
- 契約時に説明を受けた内容と、実際に要求される行為が違うときは、早期に警察に相談する。
- 契約を解除する際は、1人で事務所に行ったり、相手方と会ったりしない。

護身術

み まも すべ
身を護る術 **これが護身術です。**

護身術は、自分が暴漢と対抗するためのものではありません。
相手をひるませて、助けを求めたり、逃げるなどして難を逃れるためのものです。冷静沈着に対応することが大事です。

心構え

1 危険と思われる場所には行かない

危険が予想される場所は絶対避けることです。
「君子危うきに近寄らず」は被害防止の基本中の基本です。
危険を避けることは、あらゆることを想定して細心の注意を払うことです。
護身術を身につけるほど、より慎重な行動を取ることが必要です。

2 所持品に対する執着心を捨てる

あらゆることを犠牲にして、自分の身体だけを護り抜くことです。
咄嗟に持っていた物を投げつけたり、携帯電話、傘などを武器にします。
持っていた荷物を投げ捨て身軽になり、ハイヒールを脱いだりして逃げます。

3 他の人の協力を求める

どうしても危険な場所を通らなければならないときは、男性など複数の通行人を待ち、一緒に通ったりすることを考えます。

4 咄嗟の動作ができるように日頃から運動を心がける

護身術は、最終的に危険から逃げることを目的としています。
日頃からウォーキング、ランニングなど足腰を鍛えておきましょう。

離脱法①

手・腕をつかまれた場合

後ずさりしながら、手や腕を引いてもほどけない時…

片手(腕)を両手で
つかまれた(手ほどき)



半歩前に出て、両手で十字を組む



肘を支点にして、両腕を一気に斜め上に振り上げる

両手(腕)をつかまれた
(合掌どり1)



半歩前に出て、両手を組み合わせる



肘を支点にして、両腕を一気に斜め上に振り上げる

両手(腕)をつかまれた
(合掌どり2)



手のひらを合わせる(合掌)



1歩踏み込んで、喉を指先で突く

両手(腕)をつかまれた



すねを思い切り蹴る



相手がひるんだ際に、手ほどきなどで両手を引き抜き離れる



足を思い切り踏む



離脱法②

首を絞められた・肩をつかまれた場合

ひじ上げ



相手の両肘を外側からつかみ、一気に両腕を内側へ叩くように押す

わき打ち



こぶしで両脇を思い切り打つ

耳打ち



手のひらで両耳を思い切り打つ

のど押し



指先でのどを突く

すり上げ



手のひらで、鼻を下から上に押す

ひっかき



顔面をひっかく

離脱法③

髪を握られた場合



手をつかむ



すねや股間を蹴る

離脱法④

抱きつかれた場合

ひざ蹴り



膝で股間を蹴りあげる

体沈め



体を沈めて片足を後ろに下げ、両手を突き出して相手の手をくぐりぬける

ひじ打ち



両手を組み、みぞおちにひじ打ちをする

踏みつけ



かかとで思い切り踏み踏む

指つかみ



小指などをつかみ、逆に曲げる

かみつき



手や腕を思い切りかむ

所持品利用



鍵やボールペンで手を突き刺す

バック利用



バックで顔面を殴る

離脱後は、相手がひるんだすきに逃げるのが大切です。

離脱法⑤

所持品を利用した逃げ方

バックを奪いに来た



すぐバックをはなす(抵抗すると怪我をする)

つかみかかってきた
(バッグ利用)



バッグで顔面を殴る

室内の場合
(洗剤利用)



顔面(目)にかける

万一のときは大声を！

助けを求めようにも咄嗟に声が出ないものです。
日ごろから声を出す練習をしておいてください。

警察の行っている被害者支援

被害にあわれた方の負担の軽減

警察では、犯罪の被害にあわれた方に対し、下記のような経費を支給し、費用負担を軽減しています。

- 支給の対象となる事件 殺人事件、強盗致傷事件、性犯罪等
- 支給する経費
 - ・ 性犯罪にあわれた方……診断書料、診察料、検査費、薬代、緊急避妊等に要する経費など
 - ・ 傷害を負われた方……診断書料、診察料、検査費、薬代
 - ・ 犯罪により住む場所に困った方…再被害のおそれがある場合等、一般的に避難するための経費
 - ・ 犯罪により大きな精神的被害を受けた方…カウンセリング等にかかる経費



※住居移転に要する経費や刑事手続に関する弁護士相談経費も対象となる場合があります。

詳しくは事件を担当する警察署又は警察本部にお問い合わせください。

※対象事件の被害にあわれた方でも、犯罪被害の原因が被害者にもあるような場合などは、支給の対象にならないことがあります。

被害にあわれた方の安全の確保

警察では、被害にあわれた方が、再び、加害者から生命、身体に被害を受けるおそれがあるときに、「再被害防止対象者」として、重点的な防犯指導や必要に応じた所要の警戒を行い、再被害防止対象者からの要望があったときや再被害防止に必要なときには加害者の釈放等に関する情報等を提供して安全の確保に努めています。

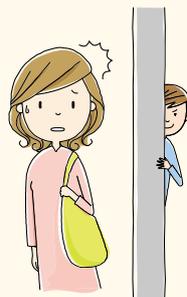


加害者が暴力団員、暴力団関係者等で、これら暴力団等からの仕返しを受けるおそれがあるときには、被害にあわれた方を「保護対象者」として指定し、暴力団等からの保護に必要な措置をして、被害の未然防止を徹底しています。

もし、加害者や暴力団等から、生命・身体に危害を加えられるような脅しを受けたときには、すぐに警察へ通報してください。

DV(配偶者からの暴力)、児童虐待等の被害者の保護

警察では、DV事案や、児童虐待、ストーカー事案等の被害にあわれた方が、加害者から離れて保護される必要があるときには、安全の確保について県、市町の福祉相談窓口と連携して対応しています。



カウンセリング制度

被害にあわれた方の中には、強いショックを受け、不安でたまらなくなったり、気持ちをうまくコントロールできなくなったりする症状に悩まされる方もいます。

警察では、被害にあわれた方の精神的被害回復を支援するために、カウンセリングの専門員を配置し、精神科医や民間のカウンセラーと連携するなど、被害にあわれた方のためのカウンセリング体制を整備しています。



相談機関の紹介

相談機関		電話番号	受付時間(電話・面接)
警察本部	警察安全相談室 福井市大手 3 丁目 17 番 1 号	#9110 0776-26-9110	電話相談 24 時間 面接 月～金 8:30～17:15
	女性被害相談電話 (レディーステレホン)	# 8103 0776-29-2110 0120-292-170	電話相談 月～金 8:30～17:15
	悪質商法110番	0776-24-4194	電話相談 24 時間
福井県警察	福井警察署 福井市開発 5 丁目 103-1 永平寺分庁舎 永平寺町松岡吉野境 14-42-1	0776-52-0110 0776-61-0110	電話相談 24 時間 ただし 永平寺分庁舎 丹生分庁舎 今立分庁舎 は 月～金 8:30～17:15 面接 月～金 8:30～17:15
	福井南警察署 福井市江守中町 6-18-2	0776-34-0110	
	大野警察署 大野市友江 11-7	0779-65-0110	
	勝山警察署 勝山市滝波町 4 丁目 402	0779-88-0110	
	あわら警察署 あわら市井江葎 35-103	0776-73-0110	
	坂井警察署 坂井市丸岡町笹和田 2 字 9-1	0776-66-0110	
	坂井西警察署 坂井市三国町緑ヶ丘 4 丁目 15-40	0776-82-0110	
	鯖江警察署 鯖江市下河端町 202 丹生分庁舎 丹生郡越前町西田中 3 丁目 306	0778-52-0110 0778-34-0110	
	越前警察署 越前市日野美 2 丁目 33 今立分庁舎 越前市栗田部町 1-5-2	0778-24-0110 0778-43-0110	
	敦賀警察署 敦賀市木崎 12-18-1	0770-25-0110	
	小浜警察署 小浜市遠敷 9-11-1	0770-56-0110	
	福井県 配偶者暴力被害者支援センター	生活学習館(ユウ・アイふくい) 福井市下六条町 14-1	
総合福祉相談所こども・女性支援課 福井市光陽 2 丁目 3-36		0776-24-6261	月～金 8:30～17:15 夜間電話相談 17:15～22:00
福井健康福祉センター福祉課 福井市西木田 2 丁目 8-8		0776-36-2857	月～金 8:30～17:15
坂井健康福祉センター福祉課 あわら市春宮 2 丁目 21-17		0776-73-0622	
奥越健康福祉センター地域健康福祉課 大野市天神町 1-1		0779-66-2076	
丹南健康福祉センター福祉課 鯖江市水落町 1 丁目 2-25		0778-51-0034	
丹南健康福祉センター武生福祉保健部福祉課 越前市文京 2 丁目 13-39		0778-22-4135	
二州健康福祉センター福祉課 敦賀市開町 6-5		0770-22-3747	
若狭健康福祉センター福祉課 小浜市四谷町 3-10	0770-52-1300		
人権センター 福井市手寄 1 丁目 4-1 AOSSA7 階	0776-29-2111	火～金 9:00～17:00	
福井地方法務局 人権擁護課 福井市春山1丁目 1-54	0570-070-810	月～金 8:30～17:15	
消費生活センター 福井市手寄 1 丁目 4-1 AOSSA7 階	0776-22-1102	祝日・年末年始を除く 9:00～17:00	
嶺南消費生活センター 小浜市小浜白髭 112 小浜市立図書館 3 階	0770-52-7830		
公益社団法人福井被害者支援センター 福井市宝永3丁目 8-1 福井県警察本部葵分庁舎 3 階	0120-783-892	月～土 10:00～16:00	
性暴力救済センター・ふくい(通称・ひなぎく) 福井市和田中町船橋 7-1 福井県済生会院内	0776-28-8505	24 時間(無休)	

リュウピーネット 福井県警察公式Twitter 会員登録をお願いします

地域における自主防犯活動に役立つ**防犯情報**や
交通安全情報をリアルタイムで発信中！！

どんな情報が発信されるの!?

- ☆ 女性に対する痴漢などの、**犯罪情報**
- ☆ 不審者出没などの、**子どもや女性を犯罪から守る情報**
- ☆ オレオレ詐欺などの、**特殊詐欺に関する情報**
- ☆ 悪質商法などの、**生活経済及びサイバー犯罪情報**
- ☆ 死亡事故多発警報などの、**交通安全情報**
- ☆ 行方不明者などの、**手配情報**
- ☆ その他の**地域安全情報**



入会費・年会費
は無料だよ!!



これらの情報が携帯電話やパソコンに届きます。

リュウピーネット 会員登録方法はこちら!!

- パソコンをご利用の場合
福井県警察本部で検索して県警ホームページにアクセスし、「リュウピーネット」の項目をクリックしてください。
- 携帯電話をご利用の場合
お手持ちの携帯電話に下記のURLを直接入力してアクセスできます。
<https://www.fukuikenkei.jp>
または、携帯電話で下記のQRコードを読み取りアクセスしてください。



福井県警察公式Twitter 会員登録方法はこちら!!

- パソコンをご利用の場合
インターネットで「福井県警察 Twitter」で検索 ⇒「フォローする」をクリック。
- 携帯電話をご利用の場合
お手持ちの携帯電話に下記のURLを直接入力してアクセスできます。
https://twitter.com/fukui_police
または、携帯電話で下記のQRコードを読み取りアクセスしてください。

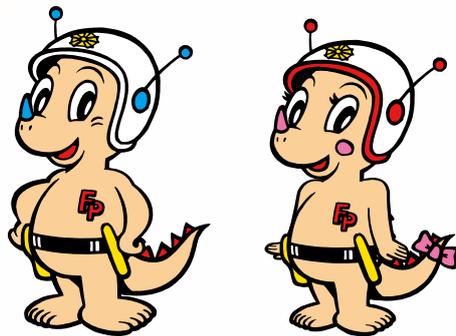


ストーカー、DV、性犯罪等、

女性が被害者となる犯罪が増えています。

1人で悩まずに、最寄りの警察や相談機関にご相談ください。

県警のマスコット



リュウピー君 リュウミーちゃん

福井県警察本部
少年女性安全課

TEL.0776-22-2880