

## 性暴力とは

望まない、同意のない  
性的な行為は性暴力です

性暴力は人権侵害です

年齢、性別(セクシャルイテ)、  
立場などは関係ありません



<わし>は  
こちら



これって性暴力かも…  
って思ったら

うまく話せなくても大丈夫  
ひとりで悩まずに  
相談してみませんか

群馬県性暴力被害者  
サポートセンター  
セーブ  
Saveぐんま

年齢・性別に関係なく、あなたでも相談ができます

秘密は守ります

匿名相談可

男性相談員を希望される  
場合はお伝えください

相談員が相談を  
お受けします



電話相談/メール相談

STEP1

直接お会いしてお話を  
伺い、情報提供を行い  
ながらご自身の選択肢が  
あるかを一緒に考え、  
必要な支援につなぎます



面接相談

STEP2

同行支援  
警察や司法機関、  
関係機関へ付き  
添います



医療的支援  
医療機関を紹介し、  
受診に付き添い  
ます



STEP3

法的支援  
専門家(弁護士)  
への相談に  
つなぎます



心理的支援  
心のケアに対応  
できる病院を紹介  
したり、支援員が同行  
して心理的サポートを  
行います



#8891【全国共通相談短縮ダイヤル】  
または 027-329-6125  
(Saveぐんま相談専用ダイヤル)



Saveぐんま  
セーブ  
ができること



メール相談  
フォームは  
こちら



匿名相談可

秘密は守ります

電話相談 #8891【全国共通相談短縮ダイヤル】

または 027-329-6125  
(Saveぐんま相談専用ダイヤル)

〈相談受付時間〉

月～金曜日/9:00～17:00

※平日17時～翌朝9時、土日祝日は全国一律の  
コールセンターにつながりご相談できます

メール  
相談



Saveぐんま  
ホームページ



専用フォーム

<https://savegunma.jp/>



事務局 Tel.027-329-6215 (平日9時～17時)

## 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

