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。