

【共に支える～犯罪被害者等支援～】

杉並区では、平成18年4月より「犯罪被害者総合支援窓口」を設置して、犯罪被害を受けた方、そのご家族やご遺族への支援を行っています。

また、犯罪被害者等への区民の理解を深め、身近な区民による支援を進めるために、「杉並区犯罪被害者支援員」があり、広報・啓発活動などにボランティアとしてご協力いただいているます。

大きな深い傷を負った犯罪被害者等が、住みなれた地域で、再び平穏で安全な生活を取り戻すためには

**身近な方の理解と支えが
何よりも必要です。**



.....

犯罪被害は、いつ誰の身におこっても
不思議ではありません

自分や家族・友人の身に
おこったら・・・

自分のこととして考え
傷ついた被害者の痛みを
理解することが求められています

.....

〒166-8570
杉並区阿佐谷南1-15-1
杉並区区民生活部管理課
男女共同・犯罪被害者支援係
(区役所西棟7階)

令和7年3月

犯罪被害は

ひとごと
他人事ではありません

明日の笑顔のために



杉並区役所
犯罪被害者総合支援窓口（区役所西棟7階）

ひとりで悩まず、ご相談ください。
—相談専用電話—

03(5307)0620 直通

月～金曜日の午前8時30分～午後5時
(祝日・年末年始を除く)

犯罪被害にあうと・・・

犯罪被害にあわれた方、そのご家族・ご遺族は命を奪われる、身体を傷つけられる、財産を盗られるなどの直接的な被害だけではなく、その後もさまざまな困難に直面します。

心身の不調

検査・裁判
に伴う負担

近隣や友人・
知人の言動

経済的問題



配慮のない
取材・報道

それによって、多くの被害者に、次のような状況がみられます。

- 食欲がない、眠れない
- 動悸がする、息苦しい
- 感情や感覚が麻痺し、放心状態になる
- わけもなく恐怖を感じる
- 人や社会への信頼感を失う
- 自分に責任がないのに、罪悪感や自責の念を抱く
- 孤立感・絶望感・不安感を感じる

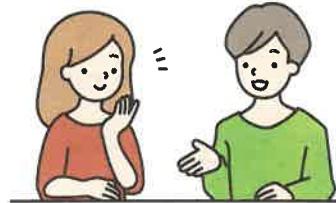
犯罪被害にあわれた方には どのように接したら良いの・・・

犯罪被害にあわれた方の多くは、事件のことにはあえてふれず普段どおりに接することを望んでいます。

被害にあわれた方が直面する困難を理解し気持ちを大事にした接し方や言葉掛けを心がけましょう。

たとえば・・・

- 日常のあいさつ
- 話にしっかり耳を傾け、さえぎらずゆっくり聞く
- 怒りや悲しみの感情を否定することなく受け止める
- 孤立しないよう配慮する
- お手伝いできることを具体的に示す（買い物・食事の準備など）
- 言葉掛けは・・・
「大変でしたね・・・」
「眠れていますか」
「食事は、とれていますか」
「よく頑張ってこられましたね」
「無理に頑張る必要はありませんよ」
「怒りを感じるのは当然です」
「泣きたいだけ、泣いてもいいのですよ」



何気ない行動や言葉でも、時に傷つくことがあります。

- 興味本位で事件の話を聞き出そうとする
- 知り合いなどに無責任に話をする
- 被害当時の被害者の行動を責める
- 安易に励ます・慰める
「早く元気になって、がんばって」
「強くなつて、前向きに」
「他にも同じような人がいる。あなた一人が苦しいのではありません」
- 被害を軽く見る・何かと比較する
「これくらいで済んでよかった」
「こんなひどい被害にあった人もいます」
「～だからまだよかった、～まだましですよ」
- そのつもりはなくても責めている
「あなたは強い方だから、大丈夫」
「泣いてばかりいては、亡くなった人も悲しますよ」
「こうすればよかったのに・・・」