

あなたに優しさのハートを届けたい



VICTIM SUPPORT
CENTER TOCHIGI

あなたに知ってほしいこと

～犯罪被害にあうということ～



「赤い羽根/おうえんプロジェクト」の助成でつくっています。

栃木県公安委員会指定 犯罪被害者等早期援助団体
公益社団法人

被害者支援センターとちぎ



はじめに

「犯罪」は、
ある日突然ふりかかってくる。
誰にもそれを予想することはできません。

犯罪被害にあうと、
様々な問題が生じてきます。

被害者ひとりの力だけでは回復は難しく、
周囲からの支援が必要となります。

この冊子では被害者の置かれている現状の深刻さと、
あなたにできる被害者支援について述べていきます。

※ここでいう「被害者」とは、犯罪被害者ご本人とご家族及びご遺族のことです



I. 犯罪被害の深刻さ

(1) 一次被害と二次被害

「犯罪被害」というと、あなたはどのようなことを思い浮かべますか？ 犯罪の被害には、主に「一次被害」と「二次被害」と呼ばれているものがあります。

「一次被害」とは命を奪われる（家族を失う）、けがをする、物を盗まれるなどの、生命・身体・財産などに対する被害のことです。これに対して「二次被害」とは、周囲の人々の無責任なうわさ話や、報道の過熱といった、一次被害が原因で生じる様々な影響のことをいいます。

(2) 被害者の置かれている現状

では、犯罪被害にあうことによって、被害者はどのような状況に置かれるのでしょうか？ 具体的には以下のようなことが生じます。

①身体的な問題

- ・頭痛
- ・めまい
- ・微熱
- ・吐き気
- ・嘔吐
- ・食欲低下
- ・腹痛
- ・不眠
- ・身体のだるさ
- ・身体の痛み

②精神的な問題

- ・集中力がなくなる。
- ・何もする気になれない。
- ・感情のコントロールが難しくなる。
- ・起きたことが信じられない、現実だと受け入れられない。
- ・また被害にあうのではないかといつも警戒してびくびくし、物音などに敏感になる。

①、②のような問題は被害者を苦しめ、日常生活を送ることさえ困難にします。

これらは異常な出来事（犯罪）に対する、正常な反応です。こうした問題で苦しんでいる場合、家族や友人、あるいは被害者を支援する人に話を聞いてもらうだけでも、負担が軽くなる場合があります。

③経済的な問題

- ・医療費の負担（ケガを負ったり、体調を崩してしまうため）
- ・転居費用の負担（事件現場が自宅である、あるいは近所の人視線が気になる等の理由で住み続けることが難しくなるため）
- ・葬儀費用の負担
- ・弁護士費用の負担
- ・休職、失職による収入の減少（体調不良や周囲の無理解によって休職、退職してしまうために生じる）

④刑事手続きに関わる問題

- ・捜査や裁判の過程で、つらい思いをする。
- ・一般生活になじみのない刑事裁判に携わる上での不安
- ・裁判傍聴のための交通費の負担

⑤その他の問題

- ・周囲の人からの心ない言葉で傷つく。
- ・心情に沿わない安易な励ましや慰めで傷つく。
- ・無責任なウワサに傷つく。
- ・捜査や裁判の過程で傷つく。
- ・マスコミからの取材や事実とは異なる報道内容に傷つく。

①～⑤のような深刻な問題に直面せざるを得ないのが、被害者の置かれている現状なのです。

このような問題は、被害者の回復を大きく妨げたり、被害者をより傷つけたりする原因になります。



(3) 二次被害

「二次被害」とは事件後、周囲の心ない対応に傷つくことをいいます。時に大切な人を気遣うつもりの一語が、逆に相手を傷つけてしまうこともあります。

どのようなことが「二次被害」になってしまうのでしょうか？

その例をあげてみました。

- 「何故、逃げなかったの？」
- 「抵抗できなかったの？」
- 「そんな時間帯に出歩くから」

しばしば周囲も被害者自身も、被害にあった原因を被害者に向けがちです。しかし、実際に悪いのは加害者です。被害者が悪い訳ではありません。そうでもなくても、被害者は自分自身を責めて苦しんでいます。「しなかった」のではなく、できない状況であったことを理解してください。

- 「そんな^{かっこ}恰好をしているから」

服装はあくまでもファッションであって、被害の原因とはいえません。

- 「頑張ってね」
- 「いつまで落ち込んでいるの」
- 「しっかりしなさい」

励ますつもりで言った言葉でも、相手を傷つけてしまうことがあります。被害者はたくさん抱えながら、限界まで頑張っています。

そのような被害者をこのような言葉はさらに追いつめてしまいます。また、悲しみ・苦しみから回復するには、長い時間を要することがあります。その時間は人それぞれです。なかなか元気になれないことを一番つらく感じているのは被害者なのです。励ましの言葉は時にとてもつらく感じられます。



●「早く忘れた方がいい」

忘れられるくらいなら、忘れたいと一番感じているのは被害者です。それでも忘れることができないため苦しんでいるのです。またご遺族にとっては、事件を忘れることが故人を忘れることにつながるため、このような言葉はとてつらく感じられます。

●「もっとつらい目にあった人もいる」

感じ方は人それぞれで、苦しみを比較することはできません。「目の前にいる私の気持ちを理解してほしい」と思う被害者にとってつらく感じられます。

●「命があるだけ良かった」

生きていることが苦しく、「あの時、いっそ死んでしまえばよかった」と感じている被害者には、自分の苦しみを理解してもらえないと感じるつらい言葉です。

●「まだ、他にお子さんがいらっしゃるじゃない」

みんなそろっての家族です。他の家族がいたとしても、失ってしまった家族の代わりにはなりませんし、喪失感を埋めることもできません。

●「意外に元気そうね」

表面上は元気に見えるだけかもしれません。自分の身に起きていることを現実だと受け止めきれずにただ日々を過ごしている場合や、周囲に気を遣って元気に振りをして頑張っている場合もあるのです。

●「いくらもらったの?」

お金がほしいから損害賠償の民事裁判を起す訳ではありません。
お金があったとしても、被害を受ける前に戻ることはできません。たとえ、身体の傷が治ったとしても受けた被害を抱えたままずっと生きていくことになるのです。また多くの場合は、民事裁判の判決が出ても加害者からの被害弁償がなされていないのが実情です。

悲嘆とPTSD

悲嘆について

大切な人を失えば誰でも悲しみ嘆きます。犯罪被害のように予期しない突然の体験は人に多くの衝撃を与えます。犯罪の責任は加害者にあるのに、まるで自分のせいで事件が起こったと責任を感じてしまうこともあります。残されたことを悲しむあまり加害者だけでなく、亡くなった人に対してまで怒りを感じることもさえあります。強い悲しみがわき起こり、日常生活もままならないこともあります。このような気持ちは、時間とともに軽減していく場合が多いのですが、回復のために年単位の時間を要することもあります。

PTSDについて

災害や事件などにあつて、その体験がトラウマ（心の傷）となり、生活に支障をきたしている状態を指します。PTSDは、トラウマ体験後1カ月以上経過して初めて医師により診断されます。「犯罪被害にあう」イコール「PTSDになる」訳ではありません。多くの場合、生活への支障は時間とともに軽減していきますが、回復のために年単位の時間を要する場合もあります。

PTSDや複雑性悲嘆（悲嘆が激しく、また、長く続く場合のもの）に関しては、現在有効な治療方法があります。まずは医療機関にご相談ください。



Ⅱ. 民間団体における支援

(1) 被害者支援センターとちぎの支援について

被害者支援センターとちぎでは、被害者に対する以下の支援、及び被害者支援の広報啓発活動を行っております。

電話相談

専門的な研修を受けた支援員が、犯罪被害により生じたさまざまな問題について相談に応じます。

面接相談

電話相談後、必要に応じて面接相談を行います。(要予約)

専門家による面接、法律相談、カウンセリングを行っています。(要予約)

直接的支援

相談の状況に応じて、被害にあわれた方に直接お会いして支援します。

○被害直後、外出することが難しい場合には、ご自宅にうかがいます。

- ・ご自宅での面接相談を行います。
- ・その他、ご相談の上、必要な支援を行います。

○病院に行く際、支援員が付き添います。

例えば

- ・病院での治療・検査のとき。
- ・場合によっては、病院の診療予約をとります。
- ・その他、ご相談の上必要な支援を行います。

○市町村役場、その他行政機関に行く際、支援員が付き添います。

例えば

- ・届出や手続きをするとき。
- ・その他、ご相談の上必要な支援を行います。



○警察署や検察庁に行く際、支援員が付き添います。

例えば

- ・事情聴取のとき。(ただし、支援員の同席が認められない場合もあります)
- ・その他、ご相談の上必要な支援を行います。

○裁判に関する支援を行います。

例えば

- ・刑事司法手続きの流れや裁判についての説明や情報を提供します。
- ・要望に応じて傍聴席の確保をします。
- ・行われた裁判の内容について説明します。
- ・裁判所に行くことができない被害者の代わりに傍聴して報告します。
- ・マスコミ等にコメントを出したい場合に、仲介して調整します。
- ・その他、ご相談の上必要な支援を行います。

申請補助

「犯罪被害者等給付金の支給等による犯罪被害者等の支援に関する法律」に基づき、給付金の申請をする方のお手伝いをします。

自助グループ支援

ご遺族が、安心して話をするができる場として自助グループ「あかし」「はなみずき」を運営しています。

支援員の養成

支援活動員の養成講座を開講しています。

認定された支援活動員は継続的な研修、および「全国被害者支援ネットワーク」主催の研修会に参加しています。

広報・啓発活動

被害者支援の大切さを多くの方に知っていただくために、講演会や研修会の開催、機関誌の発行、学校での「命の大切さを学ぶ授業」講演、広報キャンペーン等の活動を行っています。

他機関との連携

「全国被害者支援ネットワーク」や、県や市町村の被害者担当窓口や刑事司法機関・団体との綿密な連携により支援活動の充実を図っています。

(2) あなたにできること、考えてほしいこと

〈近くにいる、そばにいるあなたにできること〉

被害者の一日も早い被害からの回復のためには、周囲からのサポートが何よりも大切です。では、どういうことが大切なのでしょう？

まず、理解しておくべきことは…

『被害者』イコール『何も判断できない人ではない』ということです。

被害者は、犯罪被害という突然の出来事に対して、混乱しているだけで、「何もできない弱い人」ではありません。

被害者の意思を尊重して、物事を進めていくことは被害からの回復の一步につながります。

特別なことは必要ありません。

あなたにできるサポートを続けていただくことが大切なのです。

被害からの時期によって、必要なサポートはさまざまです。

《事件後間もない時》

- ・被害者が安全・安心だと感じられる環境をととのえる。
(そっと寄り添う、落ち着ける場所を用意する)
- ・被害者の気持ちに寄り添う。

《事件後しばらくしてから》

- ・被害者の話に耳を傾ける。(同じ話であっても繰り返しかえし聴くことが大切です)
- ・批判をしたり、責めたりしない。
- ・被害者に必要な情報を収集しておく。
(新聞記事などの保存、支援機関の連絡先・利用できる制度の情報収集)
- ・家事、育児など、被害者の負担となっていることのお手伝いをする。(子どもさんの遊び相手、買い物の代行やゴミ出し)
- ・警察や病院、裁判所などに付き添う。

家族・友人・知人として

大切な人が、突然の犯罪によって傷つけられたと知った時、それを受け入れるのは大変難しく、あなた自身が動揺してしまうことは自然なことです。

動揺のあまり、被害者へのサポートが次第に負担となり、結局、被害者を責めて、逆に傷つけてしまうこともあります。

それを防ぐためには、あなた自身が一人で抱えこまないことです。

被害者支援センターなどの相談機関に、あなた自身が相談する事も大切なことなのです。

Ⅲ. 被害者支援に取り組む機関や団体の窓口のご案内

1. 国の機関

- 警察庁犯罪被害者等施策のホームページ
<http://www8.npa.go.jp/hanzaihigai/index.html>
[Facebook](#)
<http://www.npa.go.jp/hanzaihigai/sns/facebook.html>
- 警察庁犯罪被害者支援室のホームページ
<http://www.npa.go.jp/higaisya/home.html>

法テラス

- 犯罪被害者支援ダイヤル 0570-079714 (なくことないよ)
- ホームページ：<http://www.houterasu.or.jp/>
(相談窓口の紹介、法律相談、弁護士紹介)

宇都宮地方検察庁

- 被害者等相談室 028-623-6790
(刑事手続きに関するあらゆる相談、各種手続きの説明)
- ホームページ：
<http://www.kensatsu.go.jp/kakuchou/utsunomiya/higaisya.html>

宇都宮保護観察所

- 犯罪被害者相談窓口 028-621-2298
(加害者の保護観察中の状況などをお知らせ)
- ホームページ：<http://www.moj.go.jp/HOGO/victim.html>

2. 栃木県

- 犯罪被害者相談窓口 県民生活部 暮らし安全安心課 028-623-2154
- ホームページ：<http://www.pref.tochigi.lg.jp/>
(暮らし安全安心課を検索)
- とちぎ性暴力被害者サポートセンター (とちエール)
028-678-8200

栃木県警察

- ①栃木県警察 028-621-0110
ホームページ：<http://www.pref.tochigi.lg.jp/keisatu/>
- ②各種相談の総合相談受付 (県民相談室)
028-627-9110または#9110
- ③性犯罪被害者相談 028-625-2070
- ④少年相談コーナー ヤングテレホン 0120-87-4152

栃木県弁護士会

- 028-689-9001 (相談予約電話)
- ホームページ：<http://www.tochiben.com/>

民間

- 全国被害者支援ネットワーク事務局 03-3811-8315
ホームページ：<http://www.nnvs.org>





おわりに

被害者は特別な人ではありません。

ある日突然、何の前ぶれもなく被害にあうことで、
被害者となってしまいます。

この冊子を読んでくださった皆様が、被害者支援の
必要性とその意義を理解し、県民として、
ご自分にできる支援から実践していただきたいと
心から願っています。

そして、被害者が一日でも早くおだやかな暮らしを
取り戻せるようになること、それが私たちの願いです。

最後までお読みいただきまして、
ありがとうございました。



犯罪の被害にあわれてお困りの方は
遠慮なくお電話ください。

相談電話

ありがとう(サンキュウ)支援

028-643-3940

全国共通ナビダイヤル

0570-783-554(午前7時半～午後10時まで)

ホームページ

<http://www.tochigi-shien.jp>

相談受付

月曜日～金曜日
10時から16時まで

(祝日・年末年始を除く)

- ・相談・支援は、無料です
- ・秘密は守られます
- ・面接相談・直接的支援は必要に応じて行います



栃木県公安委員会指定 犯罪被害者等早期援助団体
公益社団法人

被害者支援センターとちぎ

事務局

〒320-0043 宇都宮市桜4丁目2番2号 栃木県立美術館普及分館2F

TEL/FAX 028-623-6600