



自分の身を守るために

女性を対象とした、強姦・強制わいせつ・ちかん・盗撮などの性的犯罪や、女性を狙ったひったくり・強盗などの犯罪が相次いで発生しています。

被害に遭わないために、あなた自身が自分でできる防犯対策を行い、被害防止に努めましょう。

夜間外出する際や帰宅途中は…

- 防犯ブザーを携帯する
- 遠回りでも、人通りのある道、外灯などで明るい道を選ぶ。
- 夜遅くなれば、家族等に迎えを依頼する。
- 時々後ろを振り返り、警戒して歩く。バイクの音が近づいた際は、振り返り、特に警戒する。
- バックは車道と反対側にしっかりと持つ
- いつでも110番通報できるよう、携帯電話を手に持って歩く。(歩きながら電話やメールをしたり、音楽プレイヤーに気を取られるのは、大変危険です。)
- 被害にあった場合は、ためらわず大きな声で助けを呼ぶ。



「自分は大丈夫」と油断せず、警戒心を持つことが重要です！

電車、バス、エレベーターの中では…

電車・バス車内

- 乗車車両を毎日変える。
- 混雑する入口付近を避け、座席の前に立つ。

エレベーター

- 乗る前に周囲を確認する
- すぐに非常ベルが押せる位置に立つ。



自宅等で気をつけたいこと

- 在宅中でも玄関や窓は施錠を確実にし、訪問者にはドアチェーンをかけたまま対応する。(マンション等の上層階のベランダも施錠する。)
- 自宅に入る際は周囲をしっかりと確認してからドア(錠)を開ける。



- 下着類は人目につかない場所に干す。
- 不用意にインターネット等に個人情報を入力しない。郵便物等はシュレッダーして捨てるようにする。



●ストーカー行為やDV(ドメスティック・バイオレンス)の被害を受けてひとりで悩んでいませんか。



- ◆ストーカー行為…特定の相手に対して「つきまとい等」を繰り返す行為です。ストーカー規制法により、ストーカー行為の初期段階で警告や禁止命令などの措置がとられ、凶悪な犯罪へエスカレートしないよう規制することができます。
- ◆DV(ドメスティック・バイオレンス)…配偶者や内縁関係者から受ける暴力のことです。配偶者暴力防止法(DV防止法)により、被害者は裁判所に保護命令(接近禁止命令や退去命令等)を申し立てることができます。

被害にあったらひとりで悩まず、
すぐに最寄りの警察署や支援センターに相談しましょう。

