STOP CHIKAN｜安全啓発
2026年10月15日・掲載用完成原稿

身近な人が痴漢被害を打ち明けたら｜傷つけない聞き方と相談先【STOP CHIKAN】

STOP CHIKAN 啓発記事｜2026年10月15日

「電車で痴漢に遭った」。家族、友人、同僚からそう打ち明けられたとき、どう返したらよいでしょうか。気持ちを落ち着かせようとして、つい「どうして逃げなかったの？」と聞いてしまうこともあるかもしれません。しかし、その言葉が相手をさらに傷つける場合があります。

内閣府は、痴漢は重大な犯罪であり、服装や乗車時間などを理由に被害者を責めてはいけないと明記しています。大切なのは、相手の話を否定せず、本人が希望する支援を一緒に考えることです。

1．最初は「話してくれてありがとう」で十分

被害の話を聞いたときは、無理に詳しい経緯を聞き出す必要はありません。「話してくれてありがとう」「あなたが悪いわけではないよ」「今、どうしてほしい？」など、相手の気持ちを尊重する言葉から始めましょう。

痴漢被害に遭った直後は、恐怖や混乱で声が出なかったり、とっさに動けなかったりすることがあります。反応の仕方を理由に本人を責めないことが重要です。本人が話したくない内容は、無理に聞かないでください。

2．避けたい言葉と、代わりに伝えたい言葉

「どうして逃げなかったの？」ではなく

「怖かったと思う。今は安全な場所にいる？」と、まず現在の安全を確認します。

「その服装だったからでは？」ではなく

「どんな服装でも、悪いのは痴漢行為をした側だよ」と伝えます。内閣府も、服装などに被害者を責める理由はないと示しています。

「今すぐ警察に行くべき」ではなく

緊急の危険があれば110番や駅員への連絡を優先します。そのうえで、「相談できる窓口があるよ。一緒に調べようか」と選択肢を示します。本人の意思を尊重し、危険が差し迫っている場合などを除いて、周囲の人が一方的に行動を決めないことが大切です。

3．周囲の人ができる具体的な支援

- **安全を確認する：**相手が加害者と離れ、落ち着いて話せる場所にいるか確かめます。危険が続いている場合は駅員や警察に助けを求めます。
- **希望を聞く：**「今は話を聞いてほしい？」「相談先を一緒に探そうか？」と、相手が選べるようにします。
- **必要なら付き添う：**本人が望む場合は、駅員、医療機関、警察や専門相談機関へ同行することも支えになります。
- **秘密を守る：**被害の内容、顔写真、学校・勤務先、移動経路、SNSの投稿などを本人の同意なく第三者へ広めません。SNSでの「犯人探し」や晒し行為は避けましょう。

被害に遭ったことを公にしなくても、相談できます。あなたが全てを解決する必要はありません。必要な専門支援につなげることも重要な助けです。

4．神戸・兵庫から利用できる公的相談窓口

緊急時は110番：いま危険がある、加害者が近くにいる、すぐ警察の対応が必要な場合に利用します。

#8891（はやくワンストップ）：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につながる全国共通番号です。医療・心理・法律などの支援について相談できます。

ひょうご性被害ケアセンター「よりそい」：電話**078-367-7874**。兵庫県の案内によると、センターの通常開設は平日9時～17時。開設時間外は国の夜間休日対応コールセンターに自動転送され、電話相談は24時間365日対応しています。

#8103（ハートさん）：都道府県警察の性犯罪被害相談電話につながる全国共通番号です。

#9110：緊急ではない警察への相談に使う全国共通の相談専用電話です。

Cure time（キュアタイム）：電話では話しにくい人向けのSNS相談。内閣府の2026年4月の案内では毎日17時～21時に相談を受け付けています。最新の受付状況は公式サイトで確認してください。

5．「聞いてくれる人」がいることも、被害防止の一歩

痴漢被害をなくすには、加害行為を許さないことと同じくらい、被害を受けた人が安心して声を上げられる環境が必要です。被害を打ち明けられたときは、責めず、急がせず、秘密を守る。その姿勢が、次の支援につながります。

STOP CHIKANは、神戸から安全な対処と正確な相談先を伝えていく民間の啓発プロジェクトです。個別の事件を推測したり、個人を特定する情報を公開したりすることはしません。

参考・確認した公的情報

- 内閣府「痴漢は重大な犯罪です！被害者は悪くありません！」（2026年6月3日）
- 内閣府「性暴力被害の相談はワンストップ支援センターへ」（2026年4月1日）
- 兵庫県「ひょうご性被害ケアセンター『よりそい』」（2026年5月29日更新）
- 政府広報オンライン「警察相談専用電話 #9110」

掲載情報は2026年10月15日時点に公式サイトで確認した内容です。緊急の際は110番をご利用ください。