

性暴力とは・・・

- ◆あなたの望まない性的な行為は、すべて性暴力です。
- ◆レイプや強制わいせつ(未遂も含む)だけでなく、パートナーとの意に沿わない、強制された性的行為や性的虐待なども含まれます。
- ◆また、性的な言動により自尊感情を著しく傷つけられることも性暴力に含まれます。



性暴力を受けると・・・

からだやところに大きな痛手や傷を受け、時間がたっても恐怖や不安で混乱した状態になります。

例えば...

- ◆怒りや悲しみを感じる
- ◆自分がいやになる
- ◆何も感じなかったり考えられなくなる
- ◆気持ちが落ち込む
- ◆記憶がなくなる
- ◆被害時の情景が突然よみがえる
- ◆不眠が続く

思い当たったら一人で抱えず相談してください。

被害にあったら・・・

もししたら自分が悪かったなど自分を責める気持ちがおきているかもしれませんが、性暴力はあなたの責任ではありません。

ひとりで悩まずお電話ください。

専門の支援員があなたの話をお伺い相談します。必要に応じて医療機関、弁護士、カウンセラーなどと連携し、あなたを応援します。

男性やセクシャルマイリティの方からの相談も受け付けています。

京都性暴力被害者ワンストップ
相談支援センター

サ
ラ
京都SARA

相談電話 ● 075-222-7711

相談対応 ● 24時間365日

(土日、祝休日、年末年始も実施)

(22:00～翌10:00は内閣府が設置する夜間休日対応コールセンターにつながります)

※緊急の場合は110番通報してください

※聴覚障害等により電話での相談が難しい場合はメールでの相談受付も行っています

kyotosara@iaa.itkeeper.ne.jp

(件名に【相談】と付けて送信してください)

ひとりで悩まず
お電話ください



京都性暴力被害者ワンストップ
相談支援センター

サ
ラ
京都SARA

(Sexual Assault Recovery Associate)
“性暴力被害から回復する仲間”の頭文字です。

私たちに
話してみませんか?

どんなことでも!

あなたの大切なからだところのために

どうしよう…

どうしていいのかわからない…

どこに相談していいのかわからない…

一人で悩んでいませんか?

京都性暴力被害者ワンストップ相談支援センター

サ
ラ
京都SARAは

性暴力にあわれた方に寄り添って支援します。

まずはセンターに電話してください!

専門の支援員があなたのお話をお伺いします。

家族や友人の方へ

身近な大切な人が性暴力被害を受けたことを知った時、あなた自身も動揺し、ショックを受けるかもしれません。

そんな時は、身近な大切な人の気持ちを受けとめてあげてください。

そして、京都SARA(きょうとさら)にご連絡ください。

サ ラ 京都SARAにできること

専門的な研修を受けた支援員がお話を伺います

電話相談

性暴力についての相談をお受けします
075-222-7711 (相談電話)
・相談内容がもれることはありません

来所相談

安心してご相談ください

性暴力被害者

同行支援

一人で心細いとき、関係機関等へ私たちが付き添います。

支援のコーディネート

一緒に考えていきたいこと

- 心のケア
- からだのケア (けがの心配・性感染症の心配・妊娠の心配)
- 警察への相談・届出
- プライバシーの保護について
- あなたのこれからのことについて