

このノートの使い方

1

- はじめから順番に書いていく必要はありません。また、すべての内容を埋めて書く必要もありません。**書けるところから少しずつ**でも書いてみましょう。
- 自分で書いていくことが難しい場合は、**あなたを支援する人と一緒に**書いていきましょう。

2

- 被害にあったことでさまざまな困りごとが出てきます。あなたの利用できる制度や相談窓口はいろいろあります。
- まずはこのノートで**困っていることを整理**してみましょう。そしてノートに書いてある窓口などに相談してみましょう。

3

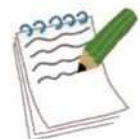
- 支援にはさまざまな機関が関わることとなります。これまでどのような支援を受けたのかを聞かれることがあります。
- いつ、だれと、どのようなやり取りをしたのか、**今後何をしなければならぬのか**を、このノートに書いていきましょう。

4

- あなたの大切な**プライバシー**がもれるリスクがあります。
- このノートをなくさないように気をつけましょう。むやみに人に見せないようにしましょう。

5

- このノートに書ききれない場合は、別のノートなどに書きましょう。
- **受け取った資料もこのノートと一緒に保管**しておくといいですね。



被害にあったときに相談できる専門の窓口があります
まずはご相談ください<<相談は無料です>>



犯罪被害全般に関すること

犯罪被害者等のための東京都総合相談窓口 (公益社団法人被害者支援都民センターと協働で設置)



- 東京都は、東京都公安委員会指定の「犯罪被害者等早期援助団体」である被害者支援都民センターと協働で相談窓口を設置しています。
- ここでは、次の相談・支援を行っています。見舞金の支給や転居費用の助成（5ページ）のご相談もこちらです。

- ◆電話相談 犯罪被害者支援を専門とする相談員が、電話で相談を受け付けています。
- ◆面接相談 電話相談のあと必要に応じて相談員が直接お会いし、相談に応じます。また、相談内容によって、警察署・検察庁・裁判所等への付添い、精神科医・公認心理師等によるカウンセリングなどを行っています。
- ◆自助グループへの支援 同じような犯罪被害にあったご遺族が交流できる場所を提供しています。

受付時間 (月・木・金) 9:30～17:30 (火・水) 9:30～19:00

電話番号 03-3222-9050 042-506-1042 (多摩支所)

性犯罪・性暴力に関すること

東京都性犯罪・性暴力被害者ワンストップ支援センター <性暴力救済ダイヤル NaNa >



(特定非営利活動法人性暴力救済センター・東京 (SARC 東京) と協働で設置)

- 東京都は、性被害の専門相談窓口として、民間支援団体 (SARC 東京) と協働で相談窓口を設置しています。
- ここでは、次の相談・支援を行っています。警察への被害届についてもご相談ください。

- ◆電話相談 24時間365日、電話による相談を受け付けています。また、相談内容によって、産婦人科や精神科等の医療機関の紹介、警察・医療機関等への付添いを行っています。
- ◆面接相談 電話相談のあと必要に応じて支援員が直接お会いし、相談に応じます。また、相談内容によって、精神科医・公認心理師等によるカウンセリングなどを行っています。

受付時間 24時間365日

電話番号 はやくワンストップ #8891 (全国共通フリーダイヤル) または 0120-8891-77 (NTT ひかり電話の場合)
性暴力救済ダイヤル NaNa 03-5577-3899

子供・保護者専用性被害相談ホットライン

☎ 0120-333-891 (無料・東京都内から発信するとき)

☎ 03-6811-0850 (有料・東京都外から発信するとき)

LINE 相談「性被害相談窓口」

相談時間 月・水・金・土(祝日・年末年始を除く) 16:00 ~ 22:00

※受付時間 21:30 まで

※令和8年3月31日までは 21:00 (受付時間は 20:30 まで)

LINE アカウント 「相談ほっと LINE @東京」※ご利用には友達登録が必要です。



その他の主な相談窓口

33 ~ 47 ページ
「利用できる窓口や制度」も
ご覧ください。



捜査・安全確保などに関すること

- 被害、その捜査や身の安全、犯罪被害給付制度に関すること

☞ **事件を担当する警察署**に連絡しましょう



法律・裁判手続に関すること

- 弁護士に相談したいとき(被害者支援に精通した弁護士が対応します)

☞ **弁護士会犯罪被害者支援センター (03-3581-6666)**
(犯罪被害に関する相談) ※弁護士が直接対応します



東京弁護士会、第一東京弁護士会、第二東京弁護士会が共同で設置する電話相談窓口です。電話相談のあと必要に応じて面接相談(最大1時間30分まで無料)も行っています。

☞ **法テラスの犯罪被害者支援ダイヤル (0120-079714)**

なくことないよ

IP電話からは **03-6745-5601**



法テラス(日本司法支援センター)は、国によって設立された法的トラブル解決のための総合案内を行うところです。

日常生活に関すること

- 被害によって生じた生活の困りごとを相談したいとき

☞ **お住まいの区市町村**に相談しましょう

各区市町村には、被害にあったことで生じるさまざまな生活の困りごとに関する相談を受け付ける「犯罪被害者等のための総合的対応窓口」があります。区市町村によって窓口の名称や担当部署は異なりますので、お住まいの区市町村の総合的対応窓口を探してください。

《区市町村の総合的対応窓口》

二次元コードからアクセスし、「区市町村総合的対応窓口一覧」をクリックしてください。



【東京都の犯罪被害者等のための主な支援制度】

見舞金の支給

犯罪被害にあった方などに見舞金を支給します。

●遺族見舞金 30万円 ●重傷病見舞金 10万円



- 殺人、傷害などの犯罪（過失を除く）により被害を受けた方の遺族、重傷病となった都民
- 重傷病の場合、医療機関における治療に1か月以上かつ入院3日以上
- 犯罪発生の日から1年以内に東京都に申し出た

問合せ先 犯罪被害者等のための東京都総合相談窓口
03-3222-9050 042-506-1042（多摩支所）

転居費用の助成

犯罪被害により今までの住居に住むことが困難となった場合に、転居等の費用を助成します。※引っ越し業者などへの支払い後に申請できます。

●転居等の実費のうち最大30万円まで



- 殺人、傷害、性犯罪などの犯罪により被害を受けた都民、同居していた遺族
- 自宅や自宅付近で被害を受け、自宅に住み続けることが困難になった
- 犯罪発生の日から1年以内に東京都に申し出た
※不同意わいせつ罪、不同意性交等罪、監護者わいせつ及び監護者性交等罪等の性犯罪被害の場合は、被害場所に関わらず対象になります（都内に限る）。

問合せ先 犯罪被害者等のための東京都総合相談窓口
03-3222-9050 042-506-1042（多摩支所）

無料法律相談

犯罪被害によって生じる法律問題について、弁護士が直接電話に対応し、その後、必要に応じて面接による相談ができます。

●面接相談：最大1時間30分まで無料



- 令和2年4月1日以降に発生した犯罪被害
- 犯罪被害を受けた都民やその親族
- 都内で発生した犯罪による被害を受けた都内在勤または在学の方やその親族

問合せ先 03-3581-6666（弁護士会犯罪被害者支援センター）
※制度について 03-5388-2589（東京都総務局被害者支援連携担当）

被害者参加制度における弁護士費用の助成

刑事裁判において被害者参加制度を利用する場合に、弁護士費用（着手金）を助成します。 ※弁護士への支払い後に申請できます。

●弁護士費用（着手金）のうち最大10万円まで



- 令和3年4月1日以降に発生した犯罪被害
- 都内で発生した犯罪（過失を除く）による被害を受けた都民やその親族で、被害者参加制度の許可を受けている方
- 国選被害者参加制度に該当せず、東京都が定める資力要件を満たしている

問合せ先 03-3581-6666（弁護士会犯罪被害者支援センター）
※制度について 03-5388-2589（東京都総務局被害者支援連携担当）

 ✖

