

被害者等への支援で一番大切なのは、「周りの人の理解」です。

被害にあった後は、どんな状態になるの？

自分の体が危険にさらされたり、身近な人を突然失うと、しばらくの間、それまでの自分を取り戻せなかったり、落ち着かない状態が続くことがあります。例えば……

- 眠れない、寝つきが悪い
- ずっと緊張している
- ちょっとした物音にもびっくりする
- 事件のことが突然よみがえってくる
- ぼうっとしてしまう、集中できない
- 怖くてたまらない
- 食欲がない
- いらいらしてばかりいる
- 事件のことが頭から離れない
- 被害が本当だとは思えない
- 不安でたまらない
- 誰も信じられない

被害者に必要なことは？

- 心や体の状態が落ち着くまで、できるだけゆっくり休む
- 周囲の人による支援（ゆっくり休める環境づくりなど）
- 学校や職場における配慮
- 被害者支援の専門機関による支援
- 安心して自分の気持ちを話す場所（カウンセリング）

周囲が被害者に対してできることは？

こんな言葉や支援が嬉しかったという声

- 話を聞いて「大変でしたね」とねぎらってくれた。
- 「そんなふうを感じるのには、無理もないことですよね」と言ってくれた。
- 「がんばりすぎないで。体を大切にしてくださいね」と体調を気づかせてくれた。
- 自分の考えを受け入れ、尊重してくれた。
- 買い物申し出てくれたり、おかずを届けてくれたりした。

埼玉県警察では、被害者も加害者も出さない街づくりを推進しています!!

- あらゆる機会を活用した広報啓発活動（被害者講演会等）の展開
- 中学生及び高校生を対象とした「命の大切さを学ぶ教室」の開催
- 大学生を対象とした被害者支援に係る講義と社会参加活動の促進



- 犯罪被害者等への配慮・協力
- 犯罪を犯してはならない規範意識の向上
- 犯罪を許さない気運の醸成

▶▶▶ 地域社会が一丸となって犯罪と対決し、安全で安心して暮らせる社会

