

せい ぼう りよく

きず

性暴力をうけて傷ついたら

♡ こころ

- ☐ げん き 元気がなくなる
- ☐ なに かん 何も感じない
- ☐ たの 楽しくない
- ☐ よご かん 汚れていると感じる
- ☐ されてイヤだったことを考えたくないのに
かんが おも だ 考えてしまう（思い出してしまう）

👤 からだ

- ☐ なみだ 涙がでてくる
- ☐ ねむ 眠れない
- ☐ た 食べられない
- ☐ た す 食べ過ぎる
- ☐ いき くる 息が苦しくなる
- ☐ ゆめ 可愛い夢を見る
- ☐ からだ うご むやみに身体を動かすすぎる
- ☐ おと ちょっとした音にビクビクする
- ☐ いた おしっこをするときに痛くなったりする

🧠 あたま

- ☐ ボーっとする
- ☐ なに かんが 何も考えられない

ほか
他にもいろいろなことが

こころとからだにおこります。

ひ がい ひと
これは被害をうけた人には

し ぜん
だれにでもおこる自然なことです。



きょうつう そう だん

共通相談ダイヤル

#8891

(はやくワンストップ)

もうりの相談窓口へご案内します

かく

そう だん

各センターの相談ダイヤル

よりそいの樹 とくしま 中央

とくしま し なると し こまつしま し よしの がわし あわ し
徳島市・鳴門市・小松島市・吉野川市・阿波市
かつうら ぐん みょうどうぐん みょうざいぐん いた の ぐん す かた
勝浦郡・名東郡・名西郡・板野郡にお住まいの方

tel: 088-623-5111

fax: 088-656-0267

よりそいの樹 とくしま 南部

あなん し なか ぐん かい ふ ぐん す かた
阿南市・那賀郡・海部郡にお住まいの方

tel: 0884-23-5111

fax: 0884-22-6404

よりそいの樹 とくしま 西部

み ま し みよし し みま ぐん みよし ぐん す かた
美馬市・三好市・美馬郡・三好郡にお住まいの方

tel: 0883-52-5111

fax: 0883-53-9110

24時間受付

や かん じ よくあさ じ ど にち
夜間（17時～翌朝9時）・土・日・
しゅうじつ ねんまつ ねん し たいおう
休日・年末年始はコールセンターが対応

※秘密は必ず守られます。
相談は無料です

とく しま けん
徳島県

せい ぼうりよく ひ がい しや し えん

性暴力被害者支援センター

よりそいの樹 とくしま 知とる？

