



## 犯罪被害にあわれた方へ

私たちの身の回りでは、毎日のように事件や事故が発生しています。  
しかし、多くの被害者やそのご家族、ご遺族の方々は援助の手を差し伸べられることなく、  
悩み、苦しんでいます。

あなたは、どんな被害を受けたのでしょうか。

**大切な人を亡くした 身体や心に傷を負った**

仕事に行けない、通院、引越しなど、経済的な負担が発生した

家族や親戚など近い人や近所の人からの言葉、マスコミ報道などに傷ついた

**家事や育児ができない 学校に行けなくなった**

**警察や裁判、病院などでの対応に傷ついた**

被害にあったことでどんな状態になっていますか？

**夜眠れない、悪夢を見る 食欲がない**

**死にたいと思う 自分を責めてしまう**

家族と意見が合わない いつもビクビクしている 外出できない

**記憶が混乱している 突然記憶が蘇る**

**怒りや悲しみなどの感情のコントロールがうまくいかない**

犯罪の被害にあうと、これまでに感じたことのない心や体の変化が現れることがあります。  
このような症状は、決して特別なものではありません。 当たり前の反応 なのです。

誰かにきいてもらいたい、心が痛む日には、電話相談でお話してみませんか？

あなたにできることがないか、わたしたちにも一緒に考えさせてください。

