



発行日 2026年3月
 発行元 福岡県生活安全課
 〒812-0053 福岡県福岡市東区箱崎1-18-1
 監修 性暴力被害者支援センター・ふくおか

福岡県では性暴力根絶に向けた対応指針を策定しました

指針・指針解説では、性暴力に対する理解を深めていただくため、性暴力の具体例や県民・事業者が身につけるべき知識などのポイントをまとめています。詳しくは県HPをご覧ください。



動画でわかる

「じぶんだけのだいじなところ」

「じぶんだけのだいじなところ」についてアニメーション動画でより深く知ることができます。

こちらから
ご覧ください



福岡県では、性暴力根絶に向けた対応指針をわかりやすく学べる動画を配信しています。

「いま知っておくべき性暴力のこと。」

いま知っておくべき
性暴力のこと。



じぶんだけの だいじなところ

 福岡県



はじめに



じぶんのからだに



だれが、どんなふうに さわっていいかは

じぶんが きめていいんだよ



ほんとうじょうじんぶつ
この本の登場人物



ヒカル
げんき
元気いっぱい
の
しょうがくせい
やんちゃな小学生



クロ
たいせつ
ヒカルが大切にしている
ネコのぬいぐるみ



フク
す
おとなりに住んでいる
ヒカルのおさななじみ

だれにでも、からだのどこかに
じぶんだけのだいじなところ

があるんだよ



どこだろう?



じぶんだけのだいじなところとは、
たいそうふくでかくれるところ



じぶんにとって、だいじなところがあるように、
お友だちにも、じぶんだけのだいじなところがあるよ。

じぶんだけのだいじなところだから、
みたり、さわったりしていいのは、じぶんだけ。



だいじなところには、^{まも}守らなきゃ

いけない だいじな やくそくがあるよ。



やくそく

1

ほかの人のだいじなところを

^み見ない



やくそく

2

ほかの人のだいじなところを

さわらない



やくそく

3

じぶんのだいじなところを

^み見せない



やくそく

4

じぶんのだいじなところを

さわらせない



「だいじなところ」だけでなく

からだの ほかのぶぶんでも

さわられると いやなきもち になることがあるよね



たとえば…

急に さわられたとき



びっくり!

手で たたかれたとき



いたい!いや!

そんないやなタッチをされると...



どんなきもちになるかは ^{ひと}人それぞれだよ。

もし だいじなところ の
やくそくがやぶられたとき



もし いやなタッチ を
されたとき



どうすればいいのかな？



あいてに

いや!



って いったいいい。

じぶんのからだは じぶんだけの ものなんだ。

みかたになってくれるおとなの^{ひと}人におはなししていい。
きみにとって、みかたになってくれるおとなってだれかな？



おしまい





保護者の方、子どものそばにいる 大人の方へ



「じぶんだけのだいじなところ」 プライベートゾーン

冊子の中で「じぶんだけのだいじなところ」と呼んでいる身体の部分は、「プライベートゾーン」とも呼ばれます。「プライベートゾーン」とは、性器や胸、お尻といった身体のパーツを含む、体操服で隠れる部分を言います。ここは、本人だけが自由に見たり触ったりしていい大切な場所です(ただし医療者などに身体を診てもらったりときや、手伝ってもらった必要がある場合を除く)。

「プライベートゾーン」とそのルールを知ることで、性暴力被害の早期発見と、性暴力加害の防止の助けになります。ぜひこの冊子を子どもと一緒に読んで、自分自身の身体のこと、自分自身を大切にすることについて話し合ってみてください。

まだ性の意味を理解していない子どもにとって、性暴力の被害にあったり、加害をしたりしたときに、そうだと気づけないことがあります。隠されてしまいやすい性暴力にまわりの大人が気づくためには、子ども自身から打ち明けてもらう必要があります。そのため、この冊子では「おとなのひとにおはなししていい」と伝えています(ただし誰にも言えなかった子どもが自分を責めないように、あくまで選択肢のひとつであり、義務ではないというニュアンスで表現しています)。

もし子どもから被害を打ち明けられたときは、どうかその子の味方になってください。

あなた自身が抱え込まないでください

性暴力は、被害者だけでなく、そのまわりの人々にも影響を及ぼします。被害者を身近で支える立場となった人も、精神的負担を感じる事が少なくありません。被害後の状態や影響はそれぞれ違います。あなた自身のこころからだにも気を配ってください。感情を抱えきれなくなったり、どうしてもいいかわからないときは、ひとりで抱え込まずに14ページの相談窓口にご相談ください。

子どもから被害を 打ち明けられたら

子どもが安心感や安全感を持てる事が大切です。子どもの気持ちをよく聞きながら、生活を支えてあげてください。

安全の確保

再び被害にあうことを防ぎましょう。緊急の場合は110番など警察に連絡してください。家庭内で起きた性暴力の場合は、児童相談所に連絡しましょう。



信じて話を聞く

子どもの話を否定したり疑ったりすることなく話を聞き、受け止めることが大切です。(ただし間違った思い込みで自分を責めているときは、訂正してあげてください。)



子どもの気持ち・ 感覚をていねいに聞き、 共感を示す

落ち着いて、子ども自身の感情に耳を傾けてください。「そんな気持ちなんだね」と子どもが話す気持ちをそのまま認めてあげましょう。



「あなたは悪くない」

性暴力の被害にあった子どもは、自分を責める気持ちが何度も起こります。被害者には何の落ち度も責任もないことをくりかえし伝えてください。



性犯罪についての

面会要求等罪の新設

16歳以下の子どもに

- 体をさわるなど性的行為をする目的で、うそをついたり、お金や物をあげるなどと言って、会うことを要求することや、そのような要求の結果、会うこと
- 自分のほだかなど性的な写真・動画をとって送るよう求めること

は犯罪です。

法律が変わりました

公訴時効の延長

公訴時効期間(※)は、被害にあったとき(18歳未満の場合は18歳になった時)から、

- 不同意性交等致傷罪などは20年
- 不同意性交等罪などは15年
- 不同意わいせつ罪などは12年

に延長されました。

※犯人を処罰するために起訴することができる期間

詳細は
法務省
HPへ



令和5年6月に、性犯罪についての法律が改正されました。

相談できるところ

被害にあったら、専門の相談機関に相談できます。緊急の場合は、身の安全のためにもできるだけ早く110番通報してください。

性暴力に関する相談窓口

- 性暴力被害者支援センター・ふくおか
☎ 092-409-8100(または#8891)

【受付時間】24時間365日(年中無休)
福岡県・福岡市・北九州市が共同設置した相談窓口です。電話や面接相談、医療面のケア、警察等への付添い支援、法的支援など総合的な支援を行います。警察への届け出をためらっている方や、匿名の方でも相談できます。

- 犯罪被害相談「心のリリーフ・ライン」
☎ 092-632-7830

【受付時間】月～金/9:00～17:45
福岡県警察が開設している被害に遭われた方々の心のケアを行う専門の相談窓口です。女性の臨床心理士がていねいにお聞きします。

- 性犯罪被害相談電話
☎ #8103(ハートさん)

【受付時間】24時間365日(年中無休)
平日の昼間(9:00～17:45)は、警察本部の警察官又は臨床心理士が対応します。土日、祝日及び夜間は、警察本部の当直勤務員が対応します。

- Cure time(キュアタイム)
<https://curetime.jp>

【対応時間】毎日17:00～21:00
内閣府が開設しているSNS相談窓口です。チャットとメールで相談できます。外国語対応もあります。

