

第12章 性犯罪

1. 防止性骚扰

一般社団法人防止性骚扰中心 <https://scbaction.org/>

2. 跟踪狂

かながわけんけいさつ
神奈川県警察 (pref.kanagawa.jp)

3. 强奸・强迫猥亵等

せいはんざい せいぼうりょく ないかくふだんじょきょうどうさんかくきょく
什么是性犯罪・性暴力 | 内閣府男女共同参画局 (gender.go.jp)

链接:

せいはんざい せいぼうりょく
性犯罪・性暴力受害者的支援中心一览

https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/avjk/pdf/one_stop.pdf

女性专用安全援助指南 josei.pdf (npa.go.jp)

性骚扰者是“普通人”!？根据警视厅2011年3月发表的数据来看，加害者的情况如下：

30几岁最多、接着是40几岁，20几岁。半数以上是公司职员。就职者占70%以上。大学毕业以上占33.2%，结婚的人占28.1%。结论是性骚扰者的外观完全和普通人一样。

是偶然？还是性骚扰？简单的鉴别方法

很多受到性骚扰的人不能马上采取行动（如：大声喊，用手摆脱等）。理由其一是不能立刻判断触摸自己的手“是偶然？还是性骚扰？”。但是请注意如果一只手偶然碰到你的话，那个人会小心不再碰你。如果借着摇动的电车，那只手或手指2次，3次都来碰你，就不是偶然，而是性骚扰了。

回避～为了尽量不遇到性骚扰

在此传授几个回避性骚扰的方法。性骚扰者在采取行动之前会擅自判断“这个女孩看起来很老实，摸她也不会张扬”。所以我们要向周围明示自己的态度“绝不原谅性骚扰！”。

在站台使用“防止性骚扰”的徽章



性骚扰是犯罪！



拒绝性骚扰！



我们不会放过性骚扰！

STOP 性骚扰！

养成坐车前环视周围的习惯！



建议乘坐“女性专用车厢”

性骚扰的惯犯在乘车之前就在物色骚扰对象。所以我们坐车以前要确认周围是否存在举止可疑的人物。例如：电车来了却不上，鬼鬼祟祟地环视周围，目光尾随女孩子的人都是要注意的。如果感到“有些可疑”的人在接近自己，建议你换个车厢上车。

电车里要注意自己站的位置



车门和连接部分的附近经常发生性骚扰，最好站在座位一带。

电车的车门和连接部分的附近经常发生性骚扰。因为这些地方比较拥挤，是性骚扰者的选择良地。此外如果站在车门附近，性骚扰者会在下车时顺手摸受害者，然后到站迅速逃掉。在连接部分性骚扰者可以把受害者逼到死角，别的乘客又看不到，是方便性骚扰者的良所。

虽然上下班（上下学）的高峰车里很挤，但建议你大声说：“请让一让（奥に行かせてください）”，站在车厢的中间是比较安全的。

请注意自己的站立姿势！



性骚扰者的寻找对象是看起来老实，而且好像没有主见的人。如果遇到性骚扰，以后会很怕坐车。自然而然身体发抖，驮着背，这样就更容易被骚扰。即使恐惧也要直起背，使自己的表情坚定。请让自己的举动充满信心，这样可以给人一个坚强的印象。

遇到性骚扰时的对策

如果遇到性骚扰，应该尽快采取对策。要是吓得不敢动，有可能进一步遭到骚扰。虽然不必要像电视剧或漫画里描写的抓住对方的手，大声喊：“他是流氓！”当然那样能得到周围人的帮助，将加害者交给警察惩治。

但很多时候，受害者出于恐惧喊不出声。这种情况，比起抓住加害者，更重要（需要优先）的是从眼前的骚扰中解救自己。

用手摆脱阻止对方



要尽快让对方知道“很讨厌被摸”。可以用手摆脱阻止对方，将身体换个方向，咂嘴，瞪对方，用书包挡住等。如果认为是“偶然”忍着的话，有可能遭到进一步的骚扰。

出声警告对方

不需要大声喊，只要让周围2～3个人能听见就可以。可以说：“你碰着我了（あたってます）”“别碰我（やめてください）”。这时周围的人会好奇地向这里看，这就可以阻止性骚扰者的行为了。如果对方还不停止，可以进一步说：“你的手碰到我了（手があたっています）”。这样说对方还不停止的话，就清楚地告诉他：“你这样会被当作性骚扰者（痴漢とまちがわれますよ？）”。

如果对性骚扰者直接说“抓流氓！”的话，很可能会惹恼对方说：“我才没有呢！我是无辜的，你是奔着和解金才这么说！”等，大声呵斥或威胁受害者。这样受害者即遭到骚扰又挨骂是很委屈的。所以这种情况应该首先保护自己的身体和情绪。

远离性骚扰者



遭到性骚扰时，最好的办法是远离性骚扰者。如果在拥挤的车中很难做到的时候，可以一边向周围说：“请让一让（奥おくにいかせてください）”一边移动。车停下的时候，一旦下车，再从别的车厢上车也是办法

看到受害的人



如果目睹有人受到性骚扰，为了保护受害者，请采取力所能及的行动。即使难以捕获加害者，但只要装作受害者的同学（同事），上前说声：“你早！”或“好久不见了！”就能帮助解围。

性骚扰者的具体行为

在电车里进行性骚扰的很多人认为：“只是在衣服上摸一摸！”。实际性骚扰的行为各种各样。他们为了隐藏或找借口，在便于逃脱的情况下骚扰她人，实在狡猾可恶。但是请不要忘记，不管以什么形式，只要是自己讨厌的事情都有拒绝的权力。

假装偶然碰对方的胸部或屁股



在摇晃的电车里，用手或手掌碰别人。开始受害人以为“是偶然吧”，“车里这么拥挤，没办法”一直忍受。但是对方几次接触，碰过来。其中一些性骚扰的加害者会认为：“这个女孩摸摸也不会张扬”，然后大胆地进一步骚扰。即使装作偶然，但是连续碰（摸）3次，就可以断定是性骚扰者。要知道，早下对策可以避免遭受进一步的骚扰。

擦肩而过的时候摸胸部或屁股



站在电车的门口附近，很多性骚扰者会混在下车乘客中摸完以后随着人群逃掉。虽然考虑到上下车方便喜欢站在门口，但是为了避免遇到骚扰，还是站在车厢中间比较安全。在拥挤的电车，说句：“对不起，请让一让（すみません、奥^{おく}に行^いかせてください）”就容易移动了。下车的时候再说句：“下车吗？（降^おります）”别人就会为你让路。

抱着胳膊从下方摸，有空座却挨着你坐



坐在空位的时候，有些性骚扰者故意向这边靠拢。他们有的抱着胳膊不让周围看见，手指尖却来戳你的胸部。有的用公文包遮掩来碰你的大腿。这种情况可以用包挡着，或者用手摆脱表示“讨厌”。还建议你马上站起来远离性骚扰者。

把手伸入你的裙子



有些性骚扰者会把手伸进你的裙子或从制服的衣角把手伸进来。这明显是骚扰，请马上采取保护自己的行动。如出声呼救，当场蹲下，远离骚扰者等。自己怎么做，请事先想好。

把下身贴向你



有些性骚扰者会把下身贴（擦）向你。他们往往双手抓着车里的吊带，好像表示“我没耍流氓”。这种时候可以用胳膊肘子反击，或远离，还可以冷冷地告诉对方：“你碰到我了，别这样。（あたってます。やめてください）”采取可行的措施。

衣服被剪



有些性骚扰者用刀片或剪子破坏她人的裙子或衣服。这属于器物损害罪，很有可能造成伤害事件。比起性骚扰行为，警察会采取严惩。有此情况，建议报警。

传来猥亵的画像



有时利用智能手机系统时，会收到不认识的人传来猥亵的画像。iPhone 的 AirDrop 收信设定如果是“所有人（すべての人）”的话，就会收到不认识的人传来的猥亵画像。建议平时设定为“不收信（受信しない）”，只在必要时换成“只限联系（連絡先のみ）”。

书包和口袋被塞进避孕套



有些性骚扰者会把用过的避孕套塞进受害者的书包或口袋。所以我们要拉好书包的拉链来预防发生此类事情。如果穿带帽的球衣也要注意他们把异物放进帽里。

衣服被喷上体液



有些性骚扰者会把体液喷在受害者的衣服或带的物品上。这种行为不但违反防止骚扰条令（性骚扰者）还属于器物损害罪（因为被喷上体液的衣服是不想再穿的）。如果报警，加害者的 DNA 就是证据。

偷拍



很多是利用电梯的高低之差偷拍和录像。坐电梯的时候请不要正身乘坐，最好像图片一样侧身站立，这样不容易被偷拍。如今市上销售微型摄影机，有些性骚扰者把摄影工具藏在鞋里，或者透过小小的洞口摄影。所以在电车里如果有人把脚伸向你的裙子下方，或者把他的书包拉过来的时候有可能在偷拍。请立刻离开。

受害者的咨询方式

遭受性骚扰，即使没有告发也不要责怪自己。被不认识的人摸本来就很恐惧，没能告发是很常见的。请告诉你的父母，老师或者朋友。也可以咨询支援中心。请相信自己没有做错任何事。

咨询方式 1：性犯罪受害咨询电话

短缩号码 #8103

24小时365天可以对应（周六周日・节假日，以及17：45～9：00由值班人员对应）
拨号以后，发信地区被连接到各都道府县管辖的警察署性犯罪受害咨询电话窗口。

咨询方式2：性犯罪、性暴力受害者的支援中心

短缩号码 #8891

※根据发信地区，对应时间有所不同。
有关性犯罪・性暴力的咨询窗口。
与妇产科医疗心理咨询、法律咨询等专业机关取得连携。

2. 跟踪是犯罪行为

神奈川県警察 (pref.kanagawa.jp)

根据有关限制跟踪行为等的法律（跟踪行为限制法）的限制对象有以下2个：

①骚扰等，②跟踪行为。

①骚扰是指

对特定者抱有恋爱感情或其他好感，但是因为不能满足而产生怨恨，对特定者或其家属等施加以下**8种行为**，被规定为“骚扰”。（跟踪行为限制法）

1. 第2条第1项第1号

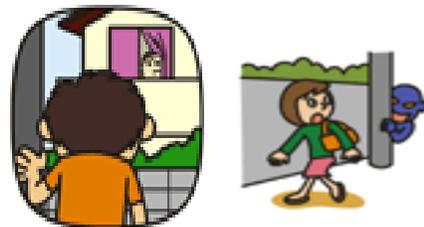
骚扰，等候，堵路，在住处或公司学校的门口以及其他现在的所在地，通常所在地（以下称“住居等”）的附近监视，突然来到住所或者徘徊在住居附近都属于骚扰。

2. 第2条第1项第2号

告知监视其行动的事项，或者将其放置使受害者能觉察的状态。

3. 第2条第1项第3号

要求面见，交际等其他没有义务的事情。



4. 第2条第1项第4号
使用极其粗暴的言行。



5. 第2条第1项第5号

打电话什么都不说，或者即使对方拒绝还连续打电话，使用传真送信，或者用电子短信等送信。（※）

※ 用电子短信等送信的实例

- 用电脑·手机发短信
- 利用 Yahoo!短信或 Gmail 等网络服务发短信
- S M S (短信服务。用手机写短信发到对方手机号上的通讯服务)
- 利用 LINE 或 Facebook 的 S N S 传言机能等电子通讯
- 在受害者开设的博客、网页等留言，或 S N S 受害者的网页留言等行动。



6. 第2条第1项第6号

将赃物或动物死尸等让人极其不快和厌恶的物品寄到受害者的家里，以及将其放置受害者能够觉察的状态。



7. 第2条第1项第7号

告知其名义受损的事项，以及将其放置受害者能够觉察的状态。



8. 第2条第1项第8号

告知其性羞耻心受损的事项，以及将其放置受害者能够觉察的状态。或者邮寄其性羞耻心受损的文章和图画或有关电磁记录，记录媒体等，以及将其放置受害者能够觉察的状态。或者传送其性羞耻心受损的电磁记录和其他记录等，以及将其放置受害者能够觉察的状态。



②跟踪行为是指

对同一个人反复骚扰等行为规定为“跟踪行为”。（跟踪行为限制法第2条）

行政措施和处罚“跟踪行为限制法概要”

- 根据您的申请，对此行为者反复用文章警告：“不得有骚扰行为”，或者发出禁止命令。
- 如不服从“禁止命令等”，有跟踪行为的话，要判处2年以下的刑法或罚款200万日元以下。
- 遭到“跟踪行为”的话，不但可以申请“警告”和“禁止命令等”，还可将跟踪作为犯罪提交受害登记。跟踪行为罪的惩罚是判处1年以下的刑法或者罚款100万日元以下。

※即使没有提交受害登记，根据案件的危险性和紧迫性等，有可能按事件对待。

此外，违反禁止命令者（要判处6个月以下的刑法，或罚款50万日元以下。）

警察本部长等的援助

警察本部长等如果接到跟踪行为受害者的求援申请，可教授自卫的对策或者进行必要的援助（第7条）。

警告是指：

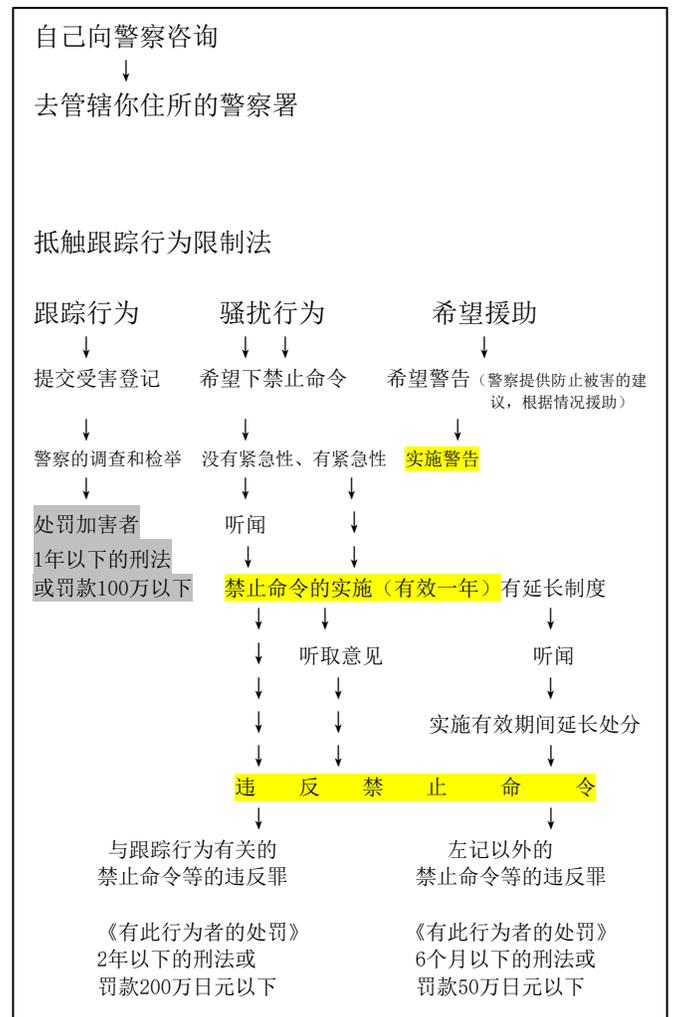
警察本部长等如果接到请求警告的申请，对具有骚扰行为者警告：“不得再有骚扰行为”（第4条）。

禁止命令是指：

都道府县的公安委员会在确认骚扰者有更加反复骚扰的危险时，可以发出命令：“不得再有反复骚扰的行为”（第5条）。

出所：有关跟踪行为限制等法律 | 内阁府男女共同参加局 (gender.go.jp)

以跟踪行为限制法为基础的受害咨询对应的流程 PDF 附件 (180KB)



在管辖居住地区等的警察署受理受害咨询

至遭到跟踪，为此烦恼的受害者

请不要一个人烦恼，尽快咨询一下吧！遭到跟踪的受害者很多，大家通过到警察署咨询来解决问题。尽快咨询可以尽快解决。在问题恶化以前，请到管辖所在地的警察署咨询一下吧。咨询时需要以下信息。

※居住所在地等（你的住址或所在地，跟踪者的住址，被跟踪的地点等）

有跟踪行为的人，以及家属

如有以下情况（症状），医院精神科的心理咨询可以接受治疗和咨询。

例：无法控制自己，没人能理解自己，自己家属的行动是否属于跟踪？作为家属对家人的跟踪行为应该如何对应？等

如果持有以上烦恼的人士，在警察署可以介绍医院精神科的心理咨询和治疗。请向您居住地区的警察署咨询。

3. 强奸・强迫猥亵等

什么是性犯罪和性暴力？ 内阁府男女共同参加局 (gender.go.jp)

在何时，何处，和谁，有怎样的性爱关系都是你自己可以决定的。你不希望有的性行为属于性暴力。性暴力不分年龄和性别随时有发生的可能。即使是身边的夫妻或恋人之间也会发生。不要一个人苦恼和不安，先和以下“性犯罪・性暴力受害者的支援中心”咨询一下吧！

性暴力の悩み、SNSで相談してみませんか？ 年齢・性別は問いません 匿名でOK

キュア タイム
Cure time+

毎週 月・水・土 17～21時

叩いたら痛ったり、あなたの身体を傷つけられることだけが暴力ではありません
あなたが望まない性的な行為はすべて性暴力です

まずは、話してみませんか？

性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター (全国共通番号)

#8891

性暴力の悩み、ひとりで抱え込まないで。ためらわずに、お電話ください。

性暴力の烦恼可以利用 SNS 咨询，不分年龄和性别，可匿名咨询。

Cure time

每星期一，三，六的17-21点

暴力不只是打骂，伤害身体的暴力，你不希望有的性行为也属于性暴力！

不要一个人烦恼，不要犹豫，

首先在 **#8891** 咨询一下吧

被害後まもない方へ
※72時間以内



受害以后72小时以内的人：不知发生了什麼，不知该怎么做，心烦意乱。

被害後しばらく
たった方へ



受害后经过一段时间的人：受害后经过几个月还是心烦意乱，身心回复不了正常的生活，想忘记但忘记不了。

●受害后不久的人，你现在是否安全？

首先找一个安全，安心的地方。如果加害者知道自己的联系地址和所在地，一个人非常不安，不知该怎样做的时候，请与警察署的性咨询受害咨询电话#8103，或者“性犯罪・性暴力受害者的支援中心”#8891联系。

如果担心怀孕或感染性病

受害以后72小时以内，及时服用紧急避孕药的话，能防止怀孕的可能性较大。如果担心怀孕或感染性病，就应该尽快去医院检查。

你的饮料和食物有可能被下了药

感到“意识模糊”，“没有记忆或记忆暧昧”，“身体不好动”的时候，也许是催眠药等药品的影响。有的药品在服用后的几小时或者几天以后（3天左右）才能排出体外。请尽快接受检查。

坐卧不宁，不安，失眠，感到噩梦（受害的感觉）还在继续…

经历了突然的打击，身心都会发生各种变化。程度因人而异，有的人甚至感到：“丧失了自己”。这些变化在经历巨大的打击以后是很自然的反应。

去警察署和医院的时候应带以下物品

拿去受害时穿的衣服和内衣（不要洗，保持原封不动的状态。），这些在断定犯人或者控告对方的时候都是采取证据的有用物品。还请拿去受害以前喝剩的饮料，吃剩的食物（如果有餐具杯子或盘子的话，请不要洗）。在去警察署和医院以前，即使出于厌恶也不要淋浴或洗澡。

如果没有留下任何能够成为证据的物品，而且受害以后超过了72小时也可以咨询。不要担心，给我们打个电话吧！感到一个人去警察署或医院很不安的人，首先和“性犯罪・性暴力受害者的支援中心”联系：https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/avjk/pdf/one_stop.pdf 根据情况可以同行。

● 受害后经过一段时间的人

失眠，没有食欲，恶心，在不安和恐惧中不知所措，感到噩梦（受害的感觉）还在继续。经历了突然的打击，身心都会发生各种变化。程度因人而异，有的人甚至感到：“丧失了自己”。这些变化在经历巨大的打击以后是很自然的反应。

如果担心怀孕或感染性病

感到“可能怀孕”或“怀孕了”的时候，考虑到身心的负担，还是建议您尽快去妇产科就诊。性病感染会有无症状的时期，有时因症状轻而不容易察觉。所以建议您尽快去医院检查。医疗连携机构可以在开紧急避孕药的处方和检查怀孕和性感染症上提供帮助。

身心上的不安

医疗机构可以帮助您安心地接受必要的治疗和心理上的支援。

犹豫应不应该向警察咨询

支援中心可以在咨询的时候给予帮助，例如在警察署的支援，提供有关搜查和采取证据的信息，一同去警察署等。

不了解法律和裁判

我们和律师等取得连携，在办理法律手续上给予帮助。

其他（今后的不安等）

其他，为了能安心和安全地生活，一起商谈应做的事，并给予帮助。

● 家人，朋友，熟人受害的时候

如果心爱的家人受害，家人和周围的人也会受打击，不知该怎么做。但是家人是受害者最能信赖和安心的存在。以下是建议家人做的几件事。

身边的人要确保受害人的安全

请确认受害者是否还停留在受害现场，所在地和住址是否被加害者知道。紧急时刻请拨打110，向警察报警。

请反复告诉受害者：“你没有错”

受害者会多次责备自己：“是我的错”，“那时要是再小心些”，“如果不去那里”等，请反复告诉受害者：“你没有错”，“不是你的责任”。

倾听受害者的话，认真仔细地听，完全接受对方

也许你会感到受害者的话有些暧昧，或者不太合理。那有可能是因为受到打击，记忆有些模糊。此外也有可能是因为不愿给周围添麻烦，认为别人不会理解而没有说出内情。请不要否定或怀疑，硬去追问。首先耐心倾听她们的话吧。

也要注意自己的身心，不要勉强

听了家人或熟人和朋友的遭遇，你也一定受了很大打击。也许同样难受和苦恼。请不要一个人烦恼，可以咨询一下“せいほんざい性犯罪·せいぼうりょく性暴力受害者的支援中心”。

●请身边的人注意以下事项

请注意，因身边人的言行给受害者带来更大伤害的以下言行。

自己感情上的动摇不要加于受害者

如：“怎么会那样？”“听着都难受，让我不舒服”等。

请不要否定或怀疑受害者的话

如：“那不可能”，“那个人不会做那种事”等。

不要责怪受害者

如：“你也有错”，“是你不注意”，“不做就好了”等。

小看受害的轻重，勉强让受害者忘记

如：“没什么大不了的”，“快忘了吧！”等。

不顾受害者的心情和意志，擅自劝说和做决定

如：“应该咨询警察”，“应该退学，辞职”，“我给你……”等。

不要轻易表示同感或勉励和鼓舞

如：“你一定没事”，“绝对可以”，“不要败给自己”，“加油啊！”，“我完全理解你”等。

●和受害者是同事（同学）关系的人，请注意以下事项

很多受害者把遭遇深深埋在心里，不愿透露。其中有些受害者因心理阴影的负面影响，言行举止存在一些问题，让周围的人感到困惑。（如：突然旷课，总到医务室要紧急避孕药，采取爱搭不理的态度）。这些有可能和受到性暴力有关，请给予理解和体谅，经过时间受害者也许会把遭遇讲给你。

受害者对你讲自己遭遇的时候，没有必要询问受害的详情（特别是青少年，最好不要反复询问受害情况）。请告诉她“性犯罪・性暴力受害者的支援中心”有专业咨询机构，并能得到各种帮助。在本人的同意下，你可以代替她和专业机构取得联系。

如果不知道该怎么办的话，支援中心可以提供※以心病知情照顾（T I C）为背景的对应方法，请参考。

リンク：

性犯罪・性暴力受害者的支援中心一览：

https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/avjk/pdf/one_stop.pdf

女性专用安全援助指南 josei.pdf (npa.go.jp)