



### エレベーターに乗るときは、見知らぬ男性を警戒!

二人きりにならないよう、乗るタイミングをずらしましょう。

- エレベーターに乗ったら、非常ボタンの位置を確認。
- 階数ボタンの前に立つ。
- 背中を横の壁につけ、背後を見せない。

自宅マンションのエレベーターで、後から乗って来た男に抱きつかれて身体を触られた。



### 電車は、女性専用車両を利用! 混雑した車両は避ける!

#### 電車の乗降口付近に立つのはNG!

チカン被害に遭ったら、にらむなど、毅然とした態度をとりましょう。

- 犯行をエスカレートさせないため、
- 「やめてください」と言う。
- 手でガードをして「嫌だ」という意思表示をする。
- 声を出せない時等は、携帯電話の着信音を鳴らして、周囲に注目してもらう。

満員電車で、集団に囲まれ、複数の男に身体を触られた。

### 盗撮を警戒!

エスカレーター等では背後や足元に注意しましょう。

※本屋での立ち読み、電車待ちでのスマホ操作、ゲームやブリークの操作中など、周りに目がいかない時が狙われます。



## 身につけましょう! 簡単な護身術



### 前から抱きつかれそうになったら...

- 手のひらに力を入れて相手のアゴや鼻を、突き上げる。
- 相手の顔をめがけてバッグなどを振り上げる。



### 後ろから抱きつかれてしまったら...

- 振り返るようにして、相手のアゴや顔をめがけて後頭部で頭突きする。
- 足をふむ



相手がひるんだスキに素早く逃げ、助けを求めましょう。

# 身につけて! 防犯女子力!!

防犯意識を高めて女子力UP!



「防犯ブザー」等の防犯グッズは、ただ持ち歩くのではなく、すぐ使えるようにしておきましょう。また、周囲に見える場所につけて、防犯意識の高さをアピールするのも効果的です。

※傘やボールペンなども、いざというときの護身具として活用できます。

チカンやひったくり、ストーカーなど、女性の暮らしには、女性ならではの危険がつきまといます。それらの危険から自分の身を守るためには、いくら警戒しても、警戒のし過ぎということはありません。防犯知識を身につけ、早速、実践しましょう!

### DVやストーカーは、被害が深刻になる前に相談を

- パートナーによる束縛、殴る・ける・大声で怒鳴る・無視する・性行為を強要する・生活費を渡さないなどの行為は犯罪です。
- ストーカー犯は見知らぬ相手とは限りません。元恋人による執拗なつきまといが、急展開して生命を脅かされることも。

被害に遭った場合は、自分を責めたり、「大げさにしたくない」と一人で抱え込まずに、親しい人や各機関に相談し、次の被害を防ぎましょう。

警察総合相談窓口 | 女性の人権ホットライン | 法テラス (日本司法支援センター)

#9110 | 0570-070-810 | 0570-078374

身の危険を感じたら、すぐに110番通報を!

## 滋賀県警察

