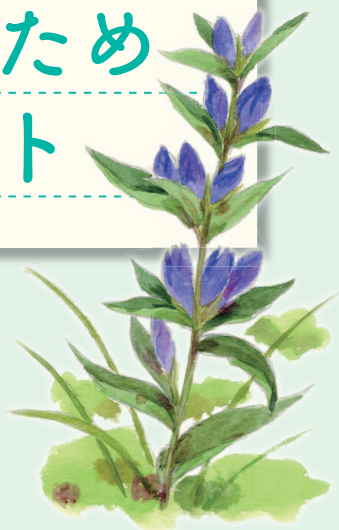


犯罪の被害に  
遭われた方や  
そのご家族、  
ご遺族のため  
のノート





# 目次

## 第1章 はじめに

1

- 1 このノートの使い方.....2
- 2 心身への影響.....3
- 3 被害に遭って困っていること.....4
  - くらしや家のこと.....4
  - からだやこころのこと.....9
  - 捜査や裁判などのこと.....14
  - まずは相談してみましよう.....21
  - エコマップ（相関関係の整理）.....22
  - 必要となる手続.....24

## 第2章 犯罪に関する情報

26

- 1 発生日時・事件現場.....26
- 2 加害者.....29

## 第3章 事件・事故後の記録

30

- 1 警察との記録.....30
- 2 検察庁との記録.....34
- 3 裁判の記録.....38
- 4 弁護士との記録.....42
- 5 加害者との記録.....46
- 6 マスコミとの記録.....50
- 7 その他の記録.....54

## 第4章 被害者が利用できる主な支援制度 59

● 警察の支援制度	59
● 県による支援	62
● 市町村による支援	63
● 民間支援団体「認定 NPO 法人長野犯罪被害者支援センター」による支援	63
● その他の支援	64

## 第5章 相談窓口一覧 65

● 総合相談	65
● 女性、男女間暴力、性犯罪の被害に関する相談	67
● 子どもに関する相談	68
● 交通事故に関する相談	69
● 悪質商法に関する相談	70
● 暴力団に関する相談	70
● 経済的支援に関する相談	71
● 福祉に関する相談	72
● 住居に関する相談	74
● こころの悩みに関する相談	75
● 労働問題に関する相談	76
● 医療に関する相談	78
● 外国籍県民の相談	79
● 市町村（犯罪被害者等支援担当窓口）	79



このノートは、犯罪の被害に遭われた方やそのご家族、ご遺族（以下このノートでは「被害者等」といいます。）が様々な相談や手続等について記録できるように作成したものです。

いろいろなことを記録に書き留めておくことで、後で役立つことがあるかもしれません。

無理のない範囲でご利用ください。

## 1 このノートの使い方

### ● 困っていることを書き出してみましょう。

生活のこと、からだやこころのこと、経済的なことなど、困っていることはありませんか？

支援者や身近な人に知らせることで、一緒に考えたり、解決策が見つかったりします。

気づいたときに困りごとリスト（P.4.5.9.14）に書き込んで、支援者に見せる方法もあります。

### ● 繰り返し聞かれることをメモし、説明の際に活用しましょう。

様々な手続等の際に、同じ内容を聞かれることがあります。説明を求められるたびに、被害の内容を思い出すのは辛いことだと思います。

このノートにまとめて書いたものを見せることで、繰り返し思い起こす苦痛を減らすことができるかもしれません。

### ● 被害後の出来事をメモしておきましょう。

被害後は、被害による精神的ショックや経験したことのない様々な手続を迫られることなどにより、後になってみると被害後の出来事が全く記憶に残っていないことも少なくありません。

被害後の出来事をメモしておくことにより、その時々状況を把握できるほか、後から振り返る際に役立つかもしれません。

### ● 説明をメモしたり、資料を保管したりしましょう。

被害後は様々な手続等が必要となる場合があり、そのたびに説明を受けたり、資料をもらったりすることが少なくありません。それらをノートに書き込んだり、ファイリングしておくこと、手続を進める際に役立つかもしれません。

- 犯罪の被害に遭ったとき、捜査や裁判はどのように進み、犯人はどのような手続で処罰されるのか
- 捜査等において被害者等の方がどのようなことをするのか

などについては、長野県警察が作成している「犯罪の被害に遭われた方へ～被害者の手引～」をご覧ください。

## 2 心身への影響

被害に遭ったことにより、

- ・これまで経験しなかった気持ちになることがある
- ・自分がおかしくなった

などと感じるかもしれません。

でも、これはおかしいことではありません。

あなたの身に降りかかったようなことを経験すれば、誰でもそのような心理状態になることがあります。

次のような症状が続く場合には、カウンセリングや治療が必要になることがあります。支援者に相談してみましよう。

### ●心理面

- ・感覚、感情が麻痺する
- ・現実だという感情がない
- ・自分が自分でないと感じる
- ・記憶力、判断力の低下
- ・自己評価の低下
- ・他人や社会に対する信頼感の喪失
- ・恐怖感、不安感、自責感、無力感、絶望感、孤独感、疎外感、屈辱感、怒り、悲しみなどを抱く

### ●身体面

- ・めまい、過呼吸、動悸、下痢、便秘
- ・不眠、悪夢
- ・吐き気、食欲不振

### ●行動面

- ・人混みが怖くて外に出られず、自宅に引きこもる
- ・学校や職場に行くことができない
- ・子どもが親の後をいつもついてきて離れない
- ・何でもないのに涙が出るなど、感情をコントロールできない

### リラクゼーション法 ～ゆっくり呼吸をしてみましよう～

- ① 3秒数えながら鼻から息を吸います（きれいな空気を吸い込むイメージ）。
- ② 1秒息を止めます。
- ③ ゆっくり6秒数えながら口から息を吐きましよう（いやな気持ちを吐き出すイメージ）。

### <ポイント>

- ・自分のペースで何度か繰り返してみましよう。
- ・深呼吸をした後は、体が眠っている状態なので、じんわりと起こしてあげる運動をします。手をグーパーグーパーと動かし、背伸びをしましょう。

## 3 被害に遭って困っていること

あなたが困っていることを支援者や相談窓口伝えていくことで、必要な支援につながっていきます。困っていることをチェックしたり書き出したりして整理し、支援を依頼しましょう。

### ●くらしや家のこと

#### ～困りごとリスト～

##### 《お金・家計》

- 収入が減って不安
- 急な出費があって生活が苦しい
- 家賃が支払えない
- 給付金や見舞金の制度や手続きが分からない
- 保険の手続きが分からない
- 税金のことが心配

##### 《くらし・生活・住まい》

- 家事ができない
- 介護ができない
- 育児に不安がある
- 一時的に子どもを預けたい
- 外出できない
- 自宅に帰れない
- 一時的に別の場所で泊まりたい
- 引っ越したい
- 住所を知られたくない



## 《仕事・学校》

- 仕事に行くのがつらい
- 仕事を続けたいが続けられない
- 学校に行くのがつらい
- 不登校になった
- 転校・転園したい
- 刑事手続や裁判などに行くための休みが取れない

## 《その他》

- マスコミ・報道で困っている
- インターネット・SNS で困っている
- 誹謗中傷を受けている

## 《メモ》

## くらしや家のことの記録

- ・被害に遭うと、思いもよらない支出の増加や休職・退職による収入の減少により、生活が苦しくなることがあります。
- ・家事・育児・介護など、生活においてもこれまでどおりにできなくなることがあります。
- ・自宅やその近くで事件に遭うと、そのまま自宅に住み続けられなくなることがあります。
- ・被害に遭ったことによる精神的なショックのほか、通院、捜査や裁判への対応などにより、仕事になかなか戻れない、仕事を辞める、学校に通うことがつらい、といった状況になってしまうことがあります。
- ・被害に遭った後も日常生活は続きますが、時期や家族構成によって、必要な手続や利用できる制度、その相談先も様々です。
- ・いつ、どこで、どのようなやり取りや手続をしたのか、今後何をしなければならないのか、記録ページに書いてみましょう。

《お金・家計》

<p>利用できる制度</p>	<p>①長野県による見舞金給付制度や、警察による犯罪被害給付制度等があります。          ②市町村によっては、見舞金給付、日常生活支援金給付、各種手当、年金、保険金などの制度があります。          ③社会福祉協議会では生活サービスの提供や、資金の貸付け等を行っています。</p>
<p>主な相談先</p>	<p>①長野県（犯罪被害者等見舞金等）⇒ P.71          長野県警察本部（犯罪被害者等給付金等）⇒ P.71          ②市町村（身近な住民サービス等）⇒ P.79～          ③県又は市町村の社会福祉協議会</p>

《くらし・生活・住まい》

<p>利用できる制度</p>	<p>①生活就労支援センター「まいさぼ」や社会福祉協議会で、様々な生活支援サービスを受けることができます。          ②一時的なホテルへの避難、公営住宅への優先的な入居等について、支援を受けることができます。</p>
<p>主な相談先</p>	<p>①生活就労支援センター「まいさぼ」⇒ P.72～          県又は市町村の社会福祉協議会          ②警察署事件担当課（一時的なホテル避難等）          長野県（県営住宅への優先入居等）⇒ P.74          市町村（市町村営住宅への優先入居等）⇒ P.74～</p>

《仕事・学校》

<p>利用できる制度</p>	<p>①職場によっては、被害回復のための休暇制度がありますので、職場に相談するほか、労働問題に関することを相談する窓口もあります。          ②再び仕事をしたいときは、就職について相談する窓口があります。          ③学校のことは、先生（担任の先生、スクールカウンセラー、保健室の先生）や管轄する教育委員会に相談するほか、学校生活に関する悩みを相談する窓口もあります。</p>
<p>主な相談先</p>	<p>①長野県労政事務所（労働問題全般）⇒ P.78          ②公共職業安定所“ハローワーク”⇒ P.77～          生活就労支援センター「まいさぼ」⇒ P.72～          ③学校生活相談センター⇒ P.69</p>

## 支援者リスト

あなたを支援してくれる人の名刺を貼っておきましょう

名刺を  
受け取った日

年  
月 日

名刺貼り付け欄

名刺を  
受け取った日

年  
月 日

名刺貼り付け欄

名刺を  
受け取った日

年  
月 日

名刺貼り付け欄

会った日	機関・所属名	氏名	連絡先
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			

● からだやこころのこと

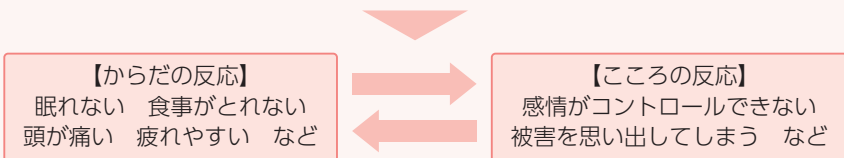
～困りごとリスト～

- 眠れない
- 食事がとれない
- お腹や頭が痛い
- 持病が悪くなった
- 呼吸が苦しくなる
- 気分が落ち込む
- 自分を責めてしまう
- 恐怖感や不安感がある
- 何もする気になれない
- 少しの物音でも驚いて反応してしまう
- 周りの人のことが信じられない
- からだやこころのことについて専門家と話をしたい / 話を聞いてもらいたい

からだやこころのことの記録

- ・ 犯罪によって、命を奪われたり体を傷つけられたりするだけでなく、被害に遭って、からだやこころの様子が変わってしまうこともあります。
- ・ このような状態から回復していくため、医療機関による治療、専門的なカウンセリングなど、様々な場所でケアを受けることができます。どこで受けたいかわからない場合は、支援者に相談しましょう。
- ・ いつ、どこで、どのような治療やカウンセリングを受けたのか、そして、今後何をしなければならないのか、記録ページに書いてみましょう。

犯罪によって命を奪われる・体を傷つけられる



《被害者等支援の専門窓口》

利用できる制度	<p>①様々な不安や問題などを相談することができます。</p> <p>②精神科医や公認心理師等による専門的なカウンセリングを無料で利用できる場合があります。</p> <p>③性被害に遭った場合は、医療費、カウンセリング費用の助成制度を利用できる場合があります。</p>
主な相談先	<p>※長野県警察本部（犯罪に関する届出・相談）⇒ P.65</p> <p>① 長野県（犯罪被害者等総合支援窓口）⇒ P.65 市町村（犯罪被害者等支援担当窓口）⇒ P.79～</p> <p>①②長野県警察本部警務課犯罪被害者支援室⇒ P.71 認定 NPO 法人長野犯罪被害者支援センター⇒ P.65</p> <p>③ 長野県性暴力被害者支援センター「りんどうハートながの」⇒ P.67</p>

《医療機関・病院》

利用できる制度	<p>①医療に関する心配ごと、悩みごとを相談する窓口があります。</p> <p>②治療を受けたときは医療費の助成制度を利用できる場合があります。</p>
主な相談先	<p>①医療安全支援センター⇒ P.78</p> <p>②各警察署事件担当課（医療費の公費支出制度等）</p>

《保健所・保健センター》

利用できる制度	<p>①お住まいの地域の保健所・保健センターでは、無料どころの相談、精神保健相談ができます。</p>
主な相談先	<p>①精神保健福祉相談⇒ P.75</p>

## 支援者リスト

あなたを支援してくれる人の名刺を貼っておきましょう

名刺を  
受け取った日

年  
月 日

名刺貼り付け欄

名刺を  
受け取った日

年  
月 日

名刺貼り付け欄

名刺を  
受け取った日

年  
月 日

名刺貼り付け欄

会った日	機関・所属名	氏名	連絡先
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			



×モ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

● 捜査や裁判などのこと

～困りごとリスト～

《法律や手続》

- 法律関係のことについて知りたい
- 被害者支援に詳しい弁護士に相談したい
- 刑事手続のことが分からない
- 警察署、検察庁、裁判所などに付き添ってほしい
- 損害を賠償してほしい

《警察・検察》

- 警察に相談しようかどうか迷っている
- 警察や検察による事情聴取などが不安
- 捜査の状況を知りたい
- 検察庁の被害者等通知制度を知りたい
- 加害者を処罰してほしい

《加害者対応》

- 加害者からの接触が怖い
- 加害者（加害者の弁護士、保険会社等）の対応に困っている
- 示談の申入れにどう対応すべきかわからない
- 加害者がいつ社会に戻ってくるのか（保釈、出所等）を知りたい

《刑事裁判》

- 裁判で何ができるか知りたい
- 裁判で自分の気持ちや意見を言いたい
- 被害者参加制度を利用したい
- 裁判の結果を知りたい
- 損害賠償命令制度を利用したい

《メモ》

## 捜査や裁判などの記録

- ・被害に遭った後は、捜査や裁判などの刑事手続をはじめ、様々な手続があり、聞き慣れない難しい言葉も多く出てきます。
- ・できれば、支援者や被害者支援に精通した弁護士等と一緒に、手続の流れや内容を確認しながら進めましょう。分からないことがあれば、警察官、検察官などにも聞いてみましょう。
- ・いつ、どこで、どのようなやり取りや手続をしたのか、今後何をしなければならぬのか、記録ページに書いてみましょう。

## 【事件発生後の一般的な流れ】

## 警 察

- ・警察は、犯罪に対する調査を行い、逮捕後は48時間以内に被疑者（加害者）とともに事件を検察官に送ります（送致）。
- ・犯人が逮捕されていないために身の危険を感じる時などは警察に相談しましょう。

（連絡先）長野県警察本部（警察安全相談）⇒ P.65

## 検 察

- ・検察官は、警察から送致された事件の捜査において必要と判断した場合、被疑者の勾留（拘束）を裁判官に請求します。勾留するかどうかは裁判官が決めます。
- ・その後、警察と協力して捜査を行い、集めた証拠に基づき、裁判を求めるかどうか（起訴・不起訴）を決めます。なお、裁判は公開の法廷（公判）で行われる場合と書面のみで行われる場合があります。
- ・少年事件は、原則家庭裁判所に送致されます。その後、家庭裁判所の判断により、少年審判が開かれることがあります。審判の結果、刑事処分が相当と認められた場合や裁判所での手続中に成人に達した場合などは、事件が再び検察官に送致されます。検察官は、裁判所が刑事処分を相当と判断した場合や、犯罪の嫌疑が認められ刑事罰が必要と判断した時は、事件を起訴します。

- ・心神喪失等を理由として不起訴処分とし、又は無罪等が確定した者について医療観察法の審判を申し立てる場合もあります。
- ・裁判のこと等で分からないことがあれば検察官に相談しましょう。

(連絡先) 長野地方検察庁 (被害者ホットライン) ⇒ P.65

被害者支援  
弁護士

- ・弁護士は、法律問題に関する様々なサポートを行います。
- ・特に捜査や裁判においては難しい手続が多くあります。できるだけ早い時期に弁護士に相談すると負担は少なくなります。
- ・弁護士に無料で相談できる制度があります。

(連絡先) 長野県 (犯罪被害者等総合支援窓口) ⇒ P.65

法テラス長野 (情報提供・民事法律扶助) ⇒ P.65

認定 NPO 法人長野犯罪被害者支援センター ⇒ P.65

裁判  
(公判)

- ・検察官が公判請求した場合は、裁判所で、被告人 (起訴後の加害者) の刑罰を決めるための公判手続が行われます。この公判手続は複数回にわたって開かれることがあります。
- ・犯罪の種類によっては、一般の方から選ばれた裁判員が裁判官と有罪、無罪や刑の重さを決める「裁判員裁判」になります。
- ・公判で被害者が利用できる制度については、検察官や被害者の弁護士に相談しましょう。
- ・公判の最後に、裁判所から「判決」を言い渡されます。検察官や被告人は、この判決に不服がある場合、一つ上の裁判所に再度判断を求めることができます。

保護観察

- ・受刑者（加害者）が刑期より前に刑務所等から釈放（仮釈放）等された場合には、「保護観察」が行われます。
- ・判決後に加害者に関することで被害者が利用できる制度があります。検察官や地方更生保護委員会（加害者が受刑している場合）、保護観察所（加害者が仮釈放された場合、加害者である少年が保護観察になった場合や少年院送致になった場合）に相談しましょう。

（連絡先）長野保護観察所 ⇒ P.65

長野地方検察庁（被害者ホットライン）⇒ P.65



## 支援者リスト

あなたを支援してくれる人の名刺を貼っておきましょう

### 第1章 はじめに

名刺を  
受け取った日

年  
月 日

名刺貼り付け欄

名刺を  
受け取った日

年  
月 日

名刺貼り付け欄

名刺を  
受け取った日

年  
月 日

名刺貼り付け欄

会った日	機関・所属名	氏名	連絡先
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			
年 月 日			

メモ

A series of 20 horizontal dotted lines for taking notes.



## ● まずは相談してみましよう

困りごとリストには、様々な項目にチェックが入ったり、不安に思っていることがメモされたかもしれません。また、困っていることがよく分からなかったり、相談窓口が分からないかもしれません。

まずは、被害者等からの相談を専門に受けている、犯罪被害者等早期援助団体や、県・市町村の「総合的対応窓口」に相談しましょう。

支援団体では、様々な機関における手続の手伝いや付添いなど、被害者等を総合的に、被害直後から中長期にわたって途切れなく継続的にサポートを行っています。

### 「認定 NPO 法人 長野犯罪被害者支援センター」

長野県公安委員会が指定する犯罪被害者等早期援助団体である長野犯罪被害者支援センターでは、電話による相談のほか、検察庁や裁判所、その他の関係機関への同行支援や専門的知識をもつスタッフによるカウンセリングなどを行っています。

相談内容などの秘密は守られ、費用も一切かかりません。匿名での相談も可能です。

また、当センターでは「自助グループ（被害者遺族の会等）」の支援にも取り組んでいます。

相談電話：長野 026-233-7830

                  中信 0263-73-0783

受付時間：10:00～16:00（土・日・祝日等を除く。）



### 「地方自治体の総合的対応窓口」

地方自治体の総合的対応窓口では、被害者等からの相談・問合せに対応して、関係部局や関係機関・団体に関する情報提供・橋渡しを行うなど、総合的な対応を行っています。

県の「犯罪被害者等総合支援窓口」のほか、県内全ての市町村に設置されています。

- ・長野県犯罪被害者等総合支援窓口（長野県県民文化部人権・男女共同参画課内）  
電 話：026-235-7106  
受付時間：平日 午前9時～午後5時
- ・市町村の犯罪被害者等支援担当窓口：P.79～

●エコマップ（相関関係の整理）

エコマップとは、支援が必要な方を中心に、その方の周りにいる人や機関（家族、親族、支援者、友人、近隣住民、警察官、弁護士、医師、各種支援機関など）との相談関係を表した図のことです。

図式化することで全体の関係性を簡潔に整理することができます。

《エコマップの作成例》

あなたとの関係性を、強い関係、普通の関係、弱い関係、対立関係などに分け、具体的に書くとよいでしょう。線の太さや色を変えたりすることで、関係性をより分かりやすく表現できます。

例)

強い関係：弁護士 ○○さん

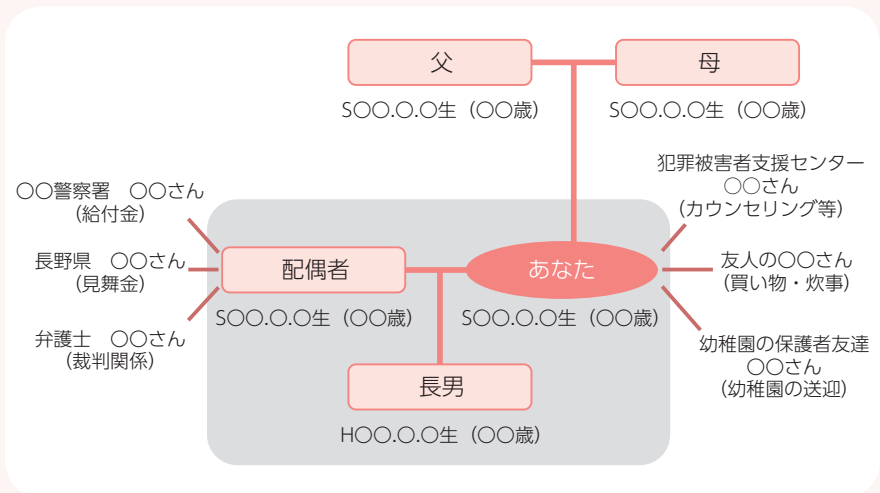
普通の関係：○○警察署 ○○さん、長野県 ○○さん、  
犯罪被害者支援センター ○○さん

弱い関係：幼稚園の保護者友達

対立関係：加害者○○氏

※関係性については一例であり、個人差があります。

エコマップの中心にあなた・ご家族を書き込み、その周りに関係のある方々を書き込み、線であなたとの関係性を分かりやすく表現します。



家族関係だけでも構いません。支援者と一緒書いてみましょう。

●必要となる手続

犯罪被害により様々な手続が必要になる場合があります。

主な手続を「手続リスト」にまとめました。必要な手続は被害の状況などにより異なりますので、必要なものに○をつけましょう。

また、空欄にはリストに記載されていないもので必要になったものを記載し、手続漏れや申請期限切れなどのないように気を付けましょう。

《手続リスト》

	手 続	窓 口	必要なもの (○)	備 考
1	死亡届	市町村		
2	世帯主変更届	市町村		
3	国民健康保険 (加入・変更・葬祭費申請)	市町村		
4	その他の保険 (加入・変更・葬祭費申請)	加入の健康保険の 保険者		
5	国民健康保険 (第三者行為による傷病届)	市町村		
6	その他の保険 (第三者行為による傷病届)	加入の健康保険の 保険者		
7	国民健康保険 (高額医療費)	市町村		
8	その他の保険	加入の健康保険の 保険者		
9	厚生年金	年金事務所		
10	共済年金	共済組合		
11	国民年金	市町村		
12	遺産相続	弁護士・司法書士 等		
13	相続放棄・限定承認	家庭裁判所		
14	土地・建物（登記等）	法務局		

	手 続	窓 口	必要なもの (○)	備 考
15	相続税の相談・申告・納付	税務署		
16	準確定申告	税務署		
17	税法上の救済制度 (医療費・障害者・寡婦(寡夫) 控除)	税務署		
18	転校(小・中学校・高等学校)	在学中の学校に確 認		
19	電 気	電力会社		
20	ガ ス	ガス会社		
21	水 道	県又は市町村		
22	預貯金	金融機関		
23	自動車(名義変更)	運輸支局		
24	運転免許(返却等)	警察署又は運転免 許センター		
25	マイナンバー(個人番号)カード	市町村		
26	生命保険	生命保険会社等		
27				
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				
36				

## 1 発生日時・事件現場

発生日時や事件現場のことは、事情聴取などで何度も聞かれる可能性があります。その時の天気、周囲に何が見えたか、何が聞こえたか、誰がいたかなどの「現場の状況」について、思い出せることを書いておきましょう。

また、事情聴取などで、言っていることが前回と違う、などと言われないう、このページに書いたものを読み返して頭を整理しておきましょう。話すことがどうしてもつらい場合は、ここに書いたメモを見てもらいましょう。

また、加害者に対する処罰感情（どういう罪を望むか）を警察や検察、裁判などで確認されることもありますので、自分の思いを整理しておくことも大切です。

被害の後は、無意識に記憶を抑え込んでいる場合もあります。その時の記憶をなぞると、つらさをもう一度体験するようなことになってしまうからです。それをあえて思い出すことは、とてもつらいことでしょう。ですが、いきなり聞かれてショックを受けないように、あらかじめ考えておきましょう。

では書いてみましょう。

分からないこと、今は書きたくないことは空白にしておき、後から書けば十分です。



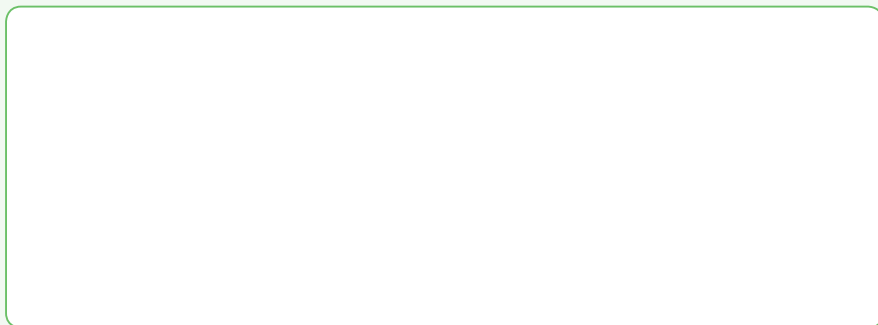
## (1) 事件の起きた日時

年 月 日 ( ) 午前・午後 時 分ころ

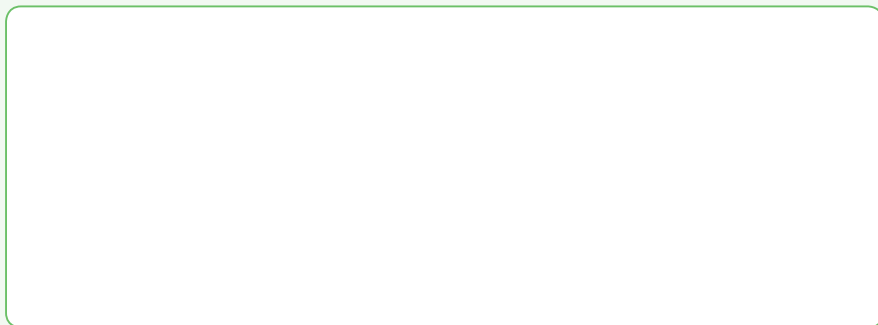
## (2) 現場の住所 (分からない場合は何か近くの目印になるもの)

## (3) 屋外なら大体の地図、屋内なら間取り

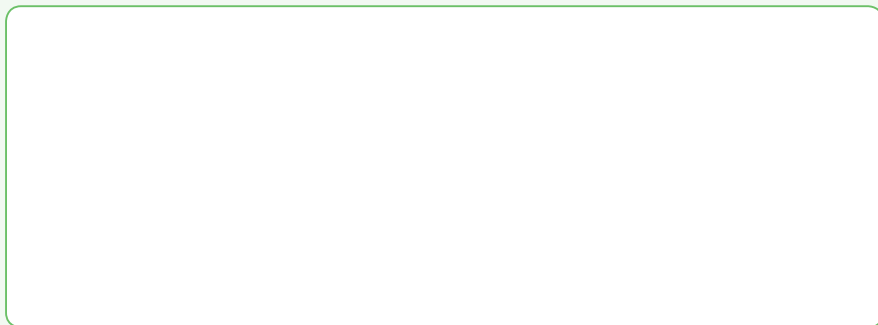
(4) 現場はどのような状況でしたか？（どのような様子だったか、誰がいたかなど）



(5) 前触れになることはありましたか？通報したことはありましたか？



(6) その他、被害に遭った時のこと、事件の時に気付いたことはありますか？





## 2 加害者

※書くことが負担になる場合は、記入する必要はありません。

裁判などの手続で必要になる場合がありますので、加害者側の情報を記録しておきましょう。分からない場合は、警察官や検察官に聞いてみましょう。

### (1) 加害者

住所：  
氏名：  
連絡先：  
勤務先：  
勤務先の連絡先：

### (2) 加害者の家族

住所：  
氏名及び続柄：  
連絡先：

### (3) 加害者の弁護士

住所：  
氏名：  
法律事務所名：  
事務所の住所：

## 1 警察との記録

警察からは、加害者を検挙して処罰するため、刑事手続上必要なことを聴かれたり、立会いを求められたりします。

具体的にどのようなことが行われるのか、確認しておきましょう。

### (1) 事情聴取

担当の捜査員から被害状況などを詳しく聴かれます。

加害者や事実を明らかにするため、必要があって聴かれるものです。

被害者等が希望する性別の警察官が対応しますので、遠慮なく申し出ましょう。

### (2) 証拠品の提出

加害者や事実を明らかにするため、被害時に着ていた服などの提出を求められることがあります。

提出した証拠品は、必要がなくなれば返還されます。返還の必要がない場合は、手続をすれば保管者である警察が処分します。

### (3) 実況見分等への立会い

警察が犯罪の現場等について確認を行う際に、立会いや説明を求められることがあります。実況見分等は時間を要する場合があります。

### (4) 解剖

事件・事故で被害に遭われた方が亡くなった場合、裁判所の令状に基づいて司法解剖を行う場合があります。亡くなられた原因を明らかにするために必要な手続です。

司法解剖の結果、犯罪による被害が明らかとなった場合は、ご遺体の搬送料等を公費で負担する制度があります。

■警察との記録

年月日	内容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		

### ■警察との記録

年月日	内容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		



## 2 検察庁との記録

事件・事故が発生した場合、加害者を裁判にかけるかどうかを決定するのは検察官です。裁判を行うためには検察官に対してもご自身の考えや事件の詳細等について丁寧に説明する必要があります。

被害者等が刑事裁判に関わる手段として、次の3つが考えられます（P.38 参照）。

- (1) 証人になる
- (2) 被害者の心情等の意見陳述制度を利用する
- (3) 被害者参加制度を利用する

事前に検察官から十分な説明を受けましょう。

そのほか、以下のことにも注意するとよいでしょう。

- 裁判に行けない日を伝えること
- 証人として証言する場合の付添いや、加害者と対面しないためのついで又はビデオリンクを希望すること
- 法廷で被害者の住所や氏名を読み上げないように伝えること
- 傍聴席を優先的に確保するよう伝えること
- 遺影の持ち込みの可否を確認すること
- 控室を確保するよう伝えること
- 駐車場の利用について確認すること
- 裁判記録の閲覧・謄写（コピー）について確認すること

■ 検察庁との記録

年月日	内 容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		

### ■ 検察庁との記録

年月日	内 容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		



## ×モ

A series of 20 horizontal dotted lines for writing, arranged vertically within a rounded rectangular frame.

### 3 裁判の記録

被害者等の刑事裁判への関わり方は、被害者等自身が選べます。裁判への参加には、以下の方法があります。

#### (1) 証人として証言する

証人の証言は裁判において証拠として扱われます。

証人は聞かれたことに対してのみ答え、自身の記憶と異なることを言えば偽証罪に問われます。

出廷時の精神的な負担を軽くするため、ついたりビデオリンク方式の制度などがあります。

#### (2) 被害者等の心情等の意見陳述制度の利用

被害者等は検察官に申し出て、被害についての気持ちや事件についての意見を法廷で述べることができます。

ここでの意見は、後の量刑を決める際に影響を与える可能性があります。

#### (3) 被害者参加制度の利用

制度の対象となる裁判において、被害者等は、検察官に申し出て、裁判所が許可をすれば、「被害者参加人」として裁判に参加できます。被害者参加制度を利用しても、自分の意思に反することまで強制されることはありませんので、安心してください。

- ・(1) は被害者等の意思で決められませんが、(2) と (3) は原則として被害者等の意思で決められるものです。支援者等とよく相談して決めるとよいでしょう。
- ・裁判所へ行く不安を軽減するため、弁護士や認定 NPO 法人長野犯罪被害者支援センターなどで付添いの支援をしています。
- ・経済的に余裕がない被害者参加人のために、裁判所が被害者参加弁護士を選定し、国がその費用を負担する制度があります。希望する場合は最寄りの日本司法支援センター（法テラス）に相談してください。

## ■ 裁判の記録

年月日	内容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		

### ■裁判の記録

年月日	内容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		

## メモ

Handwriting practice area with 20 horizontal dotted lines.

## 4 弁護士との記録

弁護士は、次のようなサポートができます。

- 警察や検察庁への被害届や告訴状の提出
- 報道機関への対応、折衝
- 加害者側弁護士との示談交渉
- 刑事裁判への被害者参加
- 損害賠償命令申立て
- 民事裁判の提起

「弁護士に何をしてもらいたいのか分からないのに相談していいの?」「弁護士に相談すると費用がいくらかかるの?」などと不安に思われるかもしれません。

長野県では、犯罪被害者等支援に精通している弁護士による初回の法律相談を無料で受けられる制度がありますので、ご相談ください。

### 連絡先

長野県犯罪被害者等総合支援窓口：P.65

○納得のできる弁護士を探しましょう。

弁護士にも得意・不得意の分野があります。また、自分に合わないと感じることがあるかもしれません。そのような時はすぐに依頼をせずに、改めて自分に合う弁護士を探しましょう。

また、委任した弁護士の対応に疑問を感じた場合は、下記相談機関に相談してみましよう。

### 連絡先

長野県弁護士会：P.65  
法テラス長野：P.65

■ 弁護士との記録

年月日	内容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		

### ■弁護士との記録

年月日	内容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		



## メモ

A series of 20 horizontal dotted lines for writing notes.

## 5 加害者との記録

加害者やその家族、弁護士などが、示談に持ち込みたい等の意図をもって、事件後早い段階で（起訴前に）面会を求めてくることがあります。

会う、会わないはあなたの気持ち次第です。会いたくなければ会う必要はありません。

どうしたらよいか分からない場合は、遠慮せず支援者や弁護士などに相談しましょう。

例えば…

- (1) 葬儀への参列や香典、焼香の申出があった
- (2) 相手方の弁護士などが示談を求めてきた
- (3) 示談の話を出さずに、お金を受け取ってほしいとやってきた

会うとしても、1人での面会は避けましょう。

また、加害者や関係者の来訪で危険を感じたら、すぐに110番通報しましょう。相手方の弁護士への対応に負担や不安を感じたら、弁護士に相談しましょう。

- 警察の「被害者連絡制度」(P.59 参照)を利用すれば、被疑者に関する情報提供を受けられる場合があります。
- 裁判後であっても、検察庁、保護観察所の「被害者等通知制度」を利用すれば、加害者に関する情報提供を受けられる場合があります。
- 任意の矯正管区・矯正施設に申出て「被害者等の心情等の聴取・伝達制度」を利用すれば、専任の職員が心情や加害者に関するご意見等をお伺いするほか、ご希望によりこれを加害者に伝えられる場合があります。

### 連絡先

長野地方検察庁：P.65

長野保護観察所：P.65

任意の矯正管区・矯正施設（刑務所、少年刑務所、拘置所、少年院、少年鑑別所）

■加害者との記録

年月日	内 容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		

### ■加害者との記録

年月日	内 容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		

## メモ

A series of 20 horizontal dotted lines for writing notes.

## 6 マスコミとの記録

マスコミ対応は、事件後すぐに始まります。  
次のようなことも考えられます。

- 多くの記者が訪れ、過度な取材を要請される。
- 情報が断片的に伝わり、受け手の誤解により思わぬ中傷を招く。

取材の自粛や対応等について、警察や弁護士等を通じて申入れをすることができますので、相談してみましょう。

一方、自分の思いを伝えたいときなど、マスコミの力を有効に活用できる場面もありますので、記者の名刺や取材依頼の手紙は当面保管しておきましょう。

### ●取材を受ける場合には、以下のことに注意しましょう

- ・自分が安心できる場所や都合のいい時間を指定しても構いません。一人での対応が不安な時には付添いをつけて話をすることもできます。
- ・顔や声、氏名などの個人情報を出してほしくないなど、望まないことは明確に伝えましょう。
- ・取材中、信頼できないと思ったら「答えたくない。」などと断りましょう。
- ・報道の内容に間違いがあれば、取材に来た人に伝えましょう。訂正を依頼することができます。

### 連絡先

長野県警察本部（警察安全相談窓口）：P.65

長野県弁護士会：P.65

■ マスコミとの記録

年月日	内 容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		

### ■マスコミとの記録

年月日	内容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		



## メモ

A series of 20 horizontal dotted lines for writing notes.

## 7 その他の記録

### ■ ( ) との記録

年月日	内容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		

■ ( )との記録

年月日	内 容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		

■ ( ) との記録

年月日	内 容	担当者
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		
年 月 日		





犯罪の被害に遭った場合、主に以下の制度を利用することができます。

また、このほかにも、相談を受けられたり、支援を受けられる場合がありますので、お困りごとに応じて相談することが大切です。(お困りごとに応じた相談先 P.65 ～)

#### ●警察の支援制度

(長野県警察本部「被害者の手引」より抜粋)

##### 「指定被害者支援要員制度」

警察では、殺人、不同意性交等、傷害等の身体犯、ひき逃げ事件、交通死亡事故等の専門的な被害者支援が必要とされる事案が発生したときに、指定された警察職員が被害者等の方への付添い、ヒアリングなどの事件発生直後における被害者支援活動を行う「指定被害者支援要員制度」を導入しています。

指定被害者支援要員は、次のような活動を行っています。

#### ◆概要

- ・医師の診察が必要な場合の病院の手配、付添い
- ・実況見分の立会いへの付添い
- ・自宅等への送迎

#### ◆ヒアリング

- ・心配事の相談受理
- ・事情聴取や被害者調書の作成又はそれらの補助

#### ◆民間被害者支援団体、部外のカウンセラー等の紹介、引継ぎ

##### 「被害者連絡制度」

警察では、殺人、不同意性交等、傷害等の身体犯、ひき逃げ事件、交通死亡事故等の被害者等の方に対して、次の事項を連絡する被害者連絡制度を運用しています。

#### ◆刑事手続及び犯罪被害者のための制度

被害者の方から事情聴取を行った捜査員が、刑事手続及び犯罪被害者のための制度について連絡します。

◆捜査状況

被疑者の検挙に至っていない場合には、捜査に支障のない範囲内で捜査状況について連絡します。

◆被疑者の検挙状況

被疑者を検挙した場合には、捜査に支障のない範囲内で被疑者検挙の旨、被疑者の住居・氏名等について連絡します。

◆在宅送致事件の場合

被疑者を在宅送致した場合は、事件を送致した検察庁等について連絡します。

◆逮捕事件の場合

被疑者を釈放したときは、釈放の旨及びその理由、勾留されなかった場合は、その旨を連絡します。

◆逮捕被疑者の処分状況

逮捕後、勾留が行われた事件については、事件を送致した検察庁、起訴・不起訴等の処分結果、公訴を提起した裁判所等について連絡します。逮捕被疑者が少年の場合は、送致先検察庁及び送致した家庭裁判所を連絡します。

【被害者の経済的負担の軽減】

警察では、特定の犯罪等により被害を受けた場合、一定要件の下、次の経費を公費で支出し、被害者等の方の経済的・精神的負担を軽減しています。

◆故意の犯罪行為により負傷した場合

・・・診断書料、初（再）診料

◆性犯罪被害に遭われた場合

・・・初（再）診料、診断書料、処置料、緊急避妊費用、性感染症検査費用等

◆故意の犯罪行為等により死亡し、司法解剖した場合

・・・死体検案書料、遺体搬送費用、遺体修復費用

◆犯罪被害により一時的な住居や避難場所の確保が困難な場合

・・・一時避難場所宿泊料

◆故意の犯罪行為により居宅等が汚損され、居住が困難な場合

・・・ハウスクリーニング費用



- ◆ 犯罪行為等により精神的被害等が深刻な場合  
・・・カウンセリング等費用

### 「犯罪被害給付制度」

故意の犯罪行為によってお亡くなりになった被害者の御遺族、重傷病を負った被害者や後遺障害が残った被害者の方に対して、加害者から十分な損害賠償を受けることができなかった場合等に国が給付金を支給する制度です。

給付金は一時金として支給されるもので、その種類は次のとおりです。

#### ◆ 遺族給付金

遺族に支給

(①配偶者、②子、③父母、④孫、⑤祖父母、⑥兄弟姉妹の順で第一順位の方)

#### ◆ 重傷病給付金

加療1月以上、かつ、3日以上入院を要する重傷病、又は加療1月以上、かつ、3日以上労務に服することができないPTSD等の精神疾患を負った方に支給

#### ◆ 障害給付金

障害（障害等級第1～14級）が残った方に支給

ただし、原因となった犯罪行為等が行われたときに日本国籍を有しない方で、かつ、日本国内に住所を有しない方は受給できません。

申請は、申請者の住所地を管轄する都道府県公安委員会に対して行いますが、受付は警察署又は警察本部で行っています。

なお、当該犯罪被害の発生を知った日から2年を経過したとき、又は当該犯罪被害が発生した日から7年を経過した場合には申請ができないほか、被害者の方にも不適切な行為がある場合等には給付金の全部又は一部が支給されないこともあります。

#### 連絡先

長野県警察本部警務課 犯罪被害者支援室 026-233-0110 (代表)

## ● 県による支援

### 【経済的支援】

#### 「犯罪被害者等見舞金給付制度」

(概要)

殺人や傷害など故意の犯罪行為により生命、身体に被害を受けた方及びそのご遺族の方が被害後に直面する経済的な負担を軽減し、日常生活や社会生活等の早期回復を図ることができるよう、見舞金を給付します。

※令和4年4月1日以降に発生した犯罪行為による被害に限ります。

(対象要件等)

- ・遺族見舞金 (60万円)

亡くなられた犯罪被害者のご遺族で、県内に住所を有する方 (①配偶者、②子、③父母、④孫、⑤祖父母、⑥兄弟姉妹の順で第一順位の方)

- ・重傷病見舞金 (20万円)

犯罪行為によって、療養期間が1か月以上かつ入院3日以上を要する負傷又は疾病 (精神疾患については、療養期間が1か月以上かつ3日以上労務に服することができない程度の疾病) を負った犯罪被害者本人

#### 連絡先

長野県犯罪被害者等総合支援窓口 (県民文化部人権・男女共同参画課内)  
026-235-7106

### 【法的支援】

#### 「無料法律相談制度」

(概要)

犯罪被害者等支援に精通している弁護士を紹介するとともに、初回の法律相談料金を公費負担し (1時間まで)、被害者等の方が抱える法律問題の円滑な解決を図ります。

(対象要件等)

- ・県内にお住まいの被害者等の方



## 連絡先

長野県犯罪被害者等総合支援窓口（県民文化部人権・男女共同参画課内）  
026-235-7106

## 【住居に関する支援】

### 「公営住宅優先入居制度」

（概要）

犯罪被害者等で、従前の住宅に引き続き入居が難しい場合、県営住宅の入居者選考において、優先的に取り扱うほか、目的外使用により、一時的に県営住宅へ入居できるようにします。

（対象要件等）

下記のいずれかに該当することが客観的に証明できる方

- ・ 犯罪により収入が減少し生計維持が困難となった被害者等
- ・ 現在居住している住宅又はその付近において犯罪等が行われたために当該住宅に居住し続けることが困難となった被害者等

## 連絡先

建設部 建築住宅課 公営住宅室 026-235-7337

## ●市町村による支援

お住まいの市町村によっては、生活に身近な支援を受けられる場合がありますので、窓口にご相談ください。

## 連絡先

市町村の犯罪被害者等支援担当窓口：P.79～

## ●民間支援団体「認定 NPO 法人長野犯罪被害者支援センター」による支援

### 「電話相談」

研修を受けたボランティア相談員が、悩みをお聞きし必要な情報の提供、助言を行います。

### 「面接相談支援」

電話相談の後、ご意向により、ベテランの相談員が直接面接による相談を行

います。

更にご希望がある場合は、弁護士、精神科医、臨床心理士などによる専門面接も行います。

### 「付添い支援」

相談者のご希望に応じ、裁判所、警察署、検察庁、病院等への付添い支援などを行っています。

#### 連絡先

認定 NPO 法人長野犯罪被害者支援センター  
長野 026-233-7830 中信 0263-73-0783

#### ● その他の支援

##### 「日弁連委託援助業務としての犯罪被害者法律援助」

(概要)

告訴・告発、事情聴取同行、マスコミ対応、示談申入れへの対応など、刑事手続、少年審判等手続及び行政手続に関して、弁護士費用などの援助を行います。

(対象要件等)

この制度は、法テラスや弁護士会等から紹介された弁護士、又はご自分で依頼した弁護士に法律相談を行った上、当該弁護士が「本件については、以下の要件を満たす。」と判断した場合にのみ、利用申込ができます。

- ・殺人、傷害、性犯罪、配偶者暴力（DV）、ストーカー等の被害を受けた方やその家族であること。
- ・収入等の要件（申込日から1年以内に支出することとなると認められる治療費等の額を差し引いた額が300万円以下）に該当すること。
- ・弁護士に依頼する必要性・相当性があること。

#### 連絡先

日本司法支援センター長野地方事務所  
0570-078327（平日9：00～17：00）  
法テラスホームページ：<http://www.houterasu.or.jp/>

## 第5章

# 相談窓口一覧

### ●総合相談

相談の対象 又は内容	名称	相談電話番号	受付時間等
犯罪の被害により 生じたお困りごと の相談	長野県犯罪被害者 等総合支援窓口	026-235-7106	土・日・祝日等を除く 9:00～17:00
警察所管業務に関 する一般相談	長野県警察本部 広報相談課 警察安全相談窓口	026-233-9110 プッシュ回線か らは #9110	毎日（24時間） 夜間休日は本部の当直 が対応
犯罪被害者等の悩 み、精神的被害の 相談 警察や裁判所・病 院への付添い等	認定NPO法人長 野犯罪被害者支援 センター	長野 026-233-7830 中信 0263-73-0783	土・日・祝日等を除く 10:00～16:00
犯罪被害者等支援 の経験や理解のあ る弁護士及び専門 窓口の紹介	日本司法支援 センター 長野地方事務所 (法テラス)	法テラス 0570-078327	土・日・祝日等を除く 9:00～17:00
		犯罪被害者支援 ダイヤル 0120-079714	日・祝日等を除く 9:00～21:00 土曜 9:00～17:00
犯罪被害者等の刑 事手続に関する相 談 犯罪被害者等への 各種情報提供	長野地方検察庁被 害者ホットライン	026-232-8180	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15 夜間休日でも左記番号で FAX可能
犯罪被害者等の悩 み相談、制度の説 明	長野保護観察所	026-234-2060	土・日・祝日等を除く 10:00～16:00
弁護士の紹介や裁 判手続についての 相談	長野県弁護士会 電話無料ガイド	026-231-3031	土・日・祝日等を除く 13:15～14:45

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
担当弁護士による 有料の法律相談 (要予約)	長野県弁護士会 法律相談センター	長野法律相談 センター 026-232-2104	土・日・祝日等を除く 9:30～16:30
		上田法律相談 センター 0268-27-6049	土・日・祝日等を除く 9:30～17:00
		佐久法律相談 センター 0267-78-3901	土・日・祝日等を除く 9:30～16:30
		松本法律相談 センター 0263-35-8501	土・日・祝日等を除く 9:30～17:30
		大町法律相談 センター 0263-35-8501	土・日・祝日等を除く 9:30～17:30
		諏訪法律相談 センター 0266-58-5628	土・日・祝日等を除く 月・火・木・金曜日 10:00～16:30 水曜日 10:00～16:00
		伊那法律相談 センター 0265-98-0088	土・日・祝日等を除く 9:00～15:00
		飯田法律相談 センター 0265-48-5722	土・日・祝日等を除く 9:00～15:00



●女性、男女間暴力、性犯罪の被害に関する相談

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
性犯罪の被害に関する相談	長野県警察本部 捜査第一課 性犯罪被害ダイヤ ルサポート 110	0120-037-555 プッシュ回線か らは #8103	毎日 (24 時間) 月～金 8:30～17:15 は女 性警察職員が対応 夜間休日は本部の当直 が対応
性暴力の被害に関する相談	長野県性暴力被害 者支援センター 「りんどうハート ながの」	026-235-7123 プッシュ回線か らは #8891	毎日 (24 時間)
配偶者等からの暴 力 (ドメスティッ ク・バイオレンス (DV))、ストー カー被害相談	最寄りの警察署又 は長野県警察本部 広報相談課 警察安全相談窓口	026-233-9110 プッシュ回線か らは #9110	毎日 (24 時間) 夜間休日は本部の当直 が対応
女性への暴力 (DV、セクシュ アルハラスメント 等) に関すること	長野県女性相談 センター	026-235-5710	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
女性への暴力 (DV、セクシュ アルハラスメント 等) に関すること	長野県男女共同参 画センター “あいとぴあ”	0266-22-8822 (一般相談と専門 相談あり)	○一般相談 (電話) 火～土 9:00～12:00 13:00～16:30 ○面接相談 (要予約) 火～土 9:00～12:00 13:00～16:30 ○法律相談 (要予約) 毎月第 1 木曜日 13:00～16:00 (岡谷市) 毎月第 3 木曜日 11:00～12:00

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
女性への暴力 (DV、セクシュ アルハラスメント 等) に関すること	長野県男女共同参 画センター “あいとぴあ”	0266-22-8822 (一般相談と専門 相談あり)	(長野市) ○女性のためのカウ ンセリング(要予約) 毎月第2土曜日 第4金曜日 10:00～15:50
DVに関する通報	長野県児童虐待・ DV 24 時間ホッ トライン	026-219-2413	毎月(24時間)
DV、セクシャル ハラスメントなど 女性をめぐる人権 問題に関する相談	長野地方務局 「女性の人権ホッ トライン」	0570-070-810	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15

### ●子どもに関する相談

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
非行問題やいじめ などの少年に関する 悩みごとの相談	少年サポートセン ター ヤングテレホン	長野県警察本部 026-232-4970	毎日(24時間) 夜間休日は本部の当直 が対応
		長野中央署 026-241-0783	月～金 8:30～17:15 夜間・休日は留守番電 話で対応 本部・署いずれも、面 接相談は、原則として 電話申込み
		上 田 署 0268-23-0783	
		伊 那 署 0265-77-0783	
		松 本 署 0263-25-0783	
児童虐待に関する 通告	長野県児童虐待・ DV 24 時間ホッ トライン	(上記参照)	(上記参照)



相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
子どもに関する 様々な相談	長野県 子ども支援セン ター	0800-800-8035 (子ども専用ダイ ヤル) 026-225-9330 (大人用電話)	日・祝日等を除く 10:00～18:00
学校生活に関わる 相談	学校生活相談セン ター	0120-0-78310	毎日(24時間)
児童に関するあら ゆる相談	長野県 児童相談所	中央 026-238-8010	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		松本 0263-91-3370	
		飯田 0265-25-8300	
		諏訪 0266-52-0056	
		佐久 0267-67-3437	
幼児、児童、生 徒、保護者、教職 員を対象とする教 育相談	長野県 総合教育センター	0263-53-8811	土・日・祝日等を除く 9:00～17:00
子どもの人権問題 に関する相談	長野地方法務局 こどもの人権 110 番	0120-007-110 (メールは以下 URL) <a href="https://www.jinken.go.jp/kodomo">https://www. jinken.go.jp/ kodomo</a>	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15

### ●交通事故に関する相談

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
交通事故の補償内 容、過失割合、示 談の進め方、保険 の請求方法などの 相談	長野県 交通事故相談所	長野本所 026-235-7175	土・日・祝日等を除く 8:30～17:00
		松本支所 0263-40-1949	
		飯田支所 0265-53-0429	

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
交通事故に関する 相談	長野県交通安全活 動推進センター	026-292-9750	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
交通事故による重 度後遺障がい者を 抱える家族への介 護料支給、交通遺 児に対する生活・ 育成資金の無利子 貸付ご相談	(独)自動車事故 対策機構長野支所	026-480-0521	月～金 8:30～17:15 第1、3土曜日可 開業した土曜日の翌月 曜日(祝日の場合はそ の翌日)及び祝日、年 末年始は休業
交通事故に起因す る悩み事に応じた 相談窓口案内	同上 交通事故被害者 ホットライン	0570-000738	土・日・祝日等を除く 10:00～12:00 13:00～16:00

### ●悪質商法に関する相談

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
悪質商法に関する 相談	長野県 消費生活センター	北信 026-217-0009	土・日・祝日等を除く 8:30～17:00
		中信 0263-40-3660	
		南信 0265-24-8058	
		東信 0268-27-8517	

### ●暴力団に関する相談

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
暴力団による犯罪 に関する相談	長野県警察本部 組織犯罪対策課 暴力追放ダイヤル	026-235-1224	毎日(24時間)
暴力団等による被 害・困りごと相談	(公財)長野県暴力 追放県民センター	026-235-2140	土・日・祝日等を 除く 9:00～16:30

● 経済的支援に関する相談

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
長野県犯罪被害者 等見舞金	長野県犯罪被害者 等総合支援窓口	026-235-7106	土・日・祝日等を除く 9:00～17:00
犯罪被害者等給付 金	長野県警察本部 警務課 犯罪被害者支援室	026-233-0110 (内線 2651～ 2653)	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
犯罪被害遺児等に 対する奨学金給与	(公財) 犯罪被害 救援基金	03-5226-1020	土・日・祝日等を除く 9:30～18:00
住民税の所得控除 (盗難に遭い損失 が発生した場合の 雑損控除)	市役所・町村役場 の税務担当窓口	各市町村犯罪被 害者等支援担当 窓口にお問合せ ください (P.79 ～参照)	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
自動車税(種別 割)の課税保留 (盗難被害を受け た場合)	長野県 各県税事務所	総合 026-234-9505	
		総合北信 0269-23-0204	
		東信 0267-63-3135	
		東信上田 0268-25-7117	
		南信 0265-76-6805	
自動車税(種別 割)の課税保留 (盗難被害を受け た場合)	長野県 各県税事務所	南信諏訪 0266-57-2905	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		南信飯田 0265-53-0405	
		中信 0263-40-1905	
		中信木曾 0264-25-2216	
		中信大町 0261-23-6505	

●福祉に関する相談

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
生活保護に関する 相談、ひとり親家 庭等の福祉資金の 相談等	(町村部にお住 まいの方) 長野県 保健福祉事務所 (福祉事務所)  ※市部にお住 まいの方は、各市の犯 罪被害者等支援担 当窓口 (P.79～) にお問合せくださ い。	佐久 0267-63-3142	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		上田 0268-25-7123	
		諏訪 0266-57-2911	
		伊那 0265-76-6811	
		飯田 0265-53-0411	
		木曾 0264-25-2219	
		松本 0263-40-1913	
		大町 0261-23-6508	
		長野 026-225-9085	
北信 0269-62-3943			
生活に困窮するお それのある方への 相談	生活就労支援セン ター「まいさぼ」 (県センター)	信州佐久 0267-78-5255	土・日・祝日等を除く 9:30～17:00
		信州諏訪 0266-75-1202	
		上伊那 0265-96-7845	
		下伊那 0265-49-4380	
木曾 0264-24-0057			

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
生活に困窮するお それのある方への 相談	生活就労支援セン ター「まいさぼ」 (県センター)	東筑 0263-88-0180	土・日・祝日等を除く 9:30～17:00
		大町 0261-22-7083	土・日・祝日等を除く 9:30～17:00
		信州長野 026-267-7088	
		飯山 0269-67-0269	
	生活就労支援セン ター「まいさぼ」 (市センター)	長野市 026-219-6880	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		松本 0263-34-3041	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		とまり木松本 0263-50-6747	土・日・祝日等を除く 9:00～17:00
		上田 0268-71-5552	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		岡谷市 0266-23-4811	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		飯田 0265-49-8830	土・日・祝日等を除く 8:30～17:30
		諏訪市 0266-52-4141	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		須坂 026-248-9977	土・日・祝日等を除く 9:00～17:00
		小諸 0267-31-5235	土・日・祝日等を除く 9:00～17:00
		伊那市 0265-72-8186	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		駒ヶ根 0265-83-2111	土・日・祝日等を除く 9:00～17:00

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
生活に困窮するお それのある方への 相談	生活就労支援セン ター「まいさぼ」 (市センター)	中野 0269-38-0221	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		大町 0261-22-7083	土・日・祝日等を除く 9:30～17:00
		飯山 0269-67-0269	土・日・祝日等を除く 9:30～17:00
		茅野市 0266-72-2101	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		塩尻 0263-52-0026	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		佐久市 0267-88-6511	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		千曲 026-273-1111	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		東御 0268-75-0222	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
	安曇野 0263-88-8707	土・日・祝日等を除く 8:30～17:30	

### ●住居に関する相談

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
県営住宅への優先 入居に関する相談	長野県 建設部建築住宅課 公営住宅室	026-235-7337	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
市町村営住宅への 優先入居に関する 相談	市役所・町村役場 の公営住宅担当	各市町村犯罪被 害者等支援担当 窓口 (P.79～参照)	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15

●こころの悩みに関する相談

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
心の健康、悩みに 関する相談	長野県精神保健福 祉センター	026-266-0280	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
心の健康に関する 相談	長野県 保健福祉事務所 (保健所)	佐久 0267-63-3164	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		上田 0268-25-7149	
		諏訪 0266-57-2927	
		伊那 0265-76-6837	
		飯田 0265-53-0444	
		木曾 0264-25-2233	
		松本 0263-40-1938	
		大町 0261-23-6529	
		長野 026-225-9039	
		北信 0269-62-6104	
		長野市保健所	
松本市保健所	0263-40-0701		
心の危機に関する 悩み	(福) 長野いのち の電話	長野 026-223-4343 松本 0263-88-8776	毎日 11:00～22:00

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
心の危機に関する 悩み	(福) 長野いのち の電話	ナビダイヤル 0570-783-556	毎日 10:00 ~ 22:00
		フリーダイヤル 0120-783-556	毎月 10 日 8:00 ~ 翌日 8:00

● 労働問題に関する相談

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
労働問題に関する あらゆる相談	総合労働相談 コーナー	長野労働局 026-223-0551	土・日・祝日等を除く 9:00 ~ 17:00
		長野 026-480-0631	
		松本 0263-48-5707	
		岡谷 0266-22-3454	
		上田 0268-22-0338	
		飯田 0265-22-2635	
		中野 0269-22-2105	
		小諸 0267-22-1760	
		伊那 0265-72-6181	
大町 0261-22-2001			
労働条件等に関す ること	労働基準監督署	長野 026-223-6310	土・日・祝日等を除く 8:30 ~ 17:15
		松本 0263-48-5693	
		岡谷 0266-22-3454	
		上田 0268-22-0338	
		飯田 0265-22-2635	
		中野 0269-22-2105	
		小諸 0267-22-1760	
		伊那 0265-72-6181	
大町 0261-22-2001			



相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
職業紹介、雇用保 険等に関すること	公共職業安定所 “ハローワーク”	長野 026-228-1300	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		松本 0263-27-0111	
		上田 0268-23-8609	
		飯田 0265-24-8609	
		伊那 0265-73-8609	
		篠ノ井 026-293-8609	
		飯山 0269-62-8609	
		木曾福島 0264-22-2233	
		佐久 0267-62-8609	
		佐久 小諸出張所 0267-23-8609	
		大町 0261-22-0340	
		須坂 026-248-8609	
		諏訪 0266-58-8609	
諏訪 岡谷出張所 0266-23-8609			
就職相談、就職に 関する情報、職業 紹介	ジョブカフェ信州 (若年者就業サ ポートセンター)	松本 0263-39-2250	土・日・祝日等を除く 松本 8:30～17:15
		長野分室 026-228-0320	土・日・祝日等を除く 長野 9:00～17:15
職業的自立に関す る相談(就労に困 難な問題を抱える 若者に対する相 談)	若者サポートス テーション・シナ ノ	0268-75-2383	土・日・祝日を除く 10:00～17:00
	しおじり若者サ ポートステーショ ンCAN	0263-54-6155	日・月・祝日等を除く 火～土 9:30～17:30
	ながの若者サポ ートステーション	026-213-6051	土・日・祝日を除く 月～金 10:00～18:00

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
様々な問題を抱えて生活に困窮している方の相談	生活就労支援センター「まいさぼ」	(P.72～参照)	(P.72～参照)
労働問題全般に関する相談	長野県 労政事務所	東信 0268-25-7144 0268-23-1629 (専用)	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		南信 0265-76-6833	
		中信 0263-40-1936	
		北信 026-234-9532	
ひとり親家庭等の就業支援に関する こと	長野県 保健福祉事務所 (福祉事務所) (上田、伊那、松本、長野のみ)	上田 0268-25-7123	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		伊那 0265-76-6811	
		松本 0263-40-1913	
		長野 026-225-9096	

### ● 医療に関する相談

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
医療に関する心配ごと、悩みごとに関する相談	医療安全支援センター	026-235-7276	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
	長野県 保健福祉事務所 (保健所)	佐久 0267-63-3162	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		上田 0268-25-7147	
		諏訪 0266-57-2925	
		伊那 0265-76-6835	
		飯田 0265-53-0442	
		木曾 0264-25-2231	
		松本 0263-40-1937	
大町 0261-23-6525			

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
医療に関する心配ごと、悩みごとに関する相談	長野県保健福祉事務所(保健所)	長野 026-223-2131	土・日・祝日等を除く 8:30～17:15
		北信 0269-62-3105	
	長野市保健所	026-226-6000	
	松本市保健所	0263-40-0800	

### ●外国籍県民の相談

相談の対象 又は内容	名 称	相談電話番号	受付時間等
日本での生活上の相談	長野県多文化共生相談センター	026-219-3068 080-4454-1899	第1、3水曜日・ 第2、4土曜日・ 日・祝・年末年始 を除く 10:00～18:00

### ●市町村(犯罪被害者等支援担当窓口)

市町村	担当課	住 所	電 話
長野市	地域・市民生活部人権・男女共同参画課	長野市大字鶴賀緑町 1613	026-224-5084
松本市	住民自治局人権共生課	松本市中央 1-18-1 Mウイング 3F	0263-39-1105
上田市	市民まちづくり推進部人権共生課	上田市大手 1-11-16	0268-23-5393
岡谷市	健康福祉部社会福祉課	岡谷市幸町 8-1	0266-23-4811
飯田市	健康福祉部福祉課	飯田市大久保町 2534	0265-22-4511
諏訪市	健康福祉部社会福祉課	諏訪市高島 1-22-30	0266-52-4141
須坂市	須坂市人権交流センター	須坂市小山 1264-4	026-245-0909
小諸市	市民生活部人権政策課	小諸市相生町 3-3-3	0267-22-1700
伊那市	文化スポーツ部文化交流課	伊那市下新田 3050	0265-78-4111

市町村	担当課	住 所	電 話
駒ヶ根市	総務部総務課	駒ヶ根市赤須町 20-1	0265-83-2111
中野市	くらしと文化部人権・男女共同参画課	中野市三好町 1-3-19	0269-22-2111
大町市	総務部まちづくり交流課	大町市大町 3887	0261-22-0420
飯山市	教育委員会教育部人権政策課	飯山市大字飯山 1110-1	0269-67-0743
茅野市	健康福祉部地域福祉課	茅野市塚原 2-6-1	0266-72-2101
塩尻市	生涯学習部社会教育スポーツ課	塩尻市大門七番町 3-3	0263-52-0280
佐久市	市民健康部人権同和課	佐久市中込 3056	0267-62-3135
千曲市	健康福祉部人権・男女共同参画課	千曲市杭瀬下 2-1	026-273-1111
東御市	市民生活部人権同和政策課	東御市梶 288-3	0268-64-5902
安曇野市	政策部人権共生課	安曇野市豊科 6000	0263-71-2406
小海町	町民課	南佐久郡小海町大字豊里 57-1	0267-92-2525
佐久穂町	住民税務課	南佐久郡佐久穂町大字高野町 569	0267-86-2525
川上村	総務課	南佐久郡川上村大字大深山 525	0267-97-2121
南牧村	住民課	南佐久郡南牧村大字海ノ口 1051	0267-96-2211
南相木村	住民課	南佐久郡南相木村 3498-1	0267-78-1050
北相木村	住民福祉課	南佐久郡北相木村 2744	0267-77-2111
軽井沢町	住民課	北佐久郡軽井沢町大字長倉 2381-1	0267-45-8540
御代田町	総務課	北佐久郡御代田町大字馬瀬口 1794-6	0267-32-3111
立科町	教育委員会社会教育課	北佐久郡立科町大字芦田 2532	0267-88-8416
長和町	教育委員会教育課	小県郡長和町古町 4247-1	0268-68-4400
青木村	住民福祉課	小県郡青木村大字田沢 111	0268-49-0111
下諏訪町	総務課	諏訪郡下諏訪町 4613-8	0266-27-1111

市町村	担当課	住 所	電 話
富士見町	総務課	諏訪郡富士見町落合 10777	0266-62-9322
原村	住民財務課	諏訪郡原村 6549-1	0266-79-7940
辰野町	総務課	上伊那郡辰野町中央 1	0266-41-1111
箕輪町	総務課	上伊那郡箕輪町大字中箕輪 10298	0265-79-3111
飯島町	住民税務課	上伊那郡飯島町飯島 2537	0265-86-3111
南箕輪村	住民環境課	上伊那郡南箕輪村 4825-1	0265-72-2106
中川村	保健福祉課	上伊那郡中川村大草 4045-1	0265-88-3001
宮田村	住民課	上伊那郡宮田村 98	0265-85-3183
松川町	保健福祉課	下伊那郡松川町元大島 3823	0265-36-7022
高森町	健康福祉課	下伊那郡高森町下市田 2183-1	0265-35-9412
阿南町	住民税務課	下伊那郡阿南町東條 58-1	0260-22-4052
阿智村	民生課	下伊那郡阿智村大字駒場 483	0265-43-2220
平谷村	住民課	下伊那郡平谷村 354	0265-48-2211
根羽村	住民課	下伊那郡根羽村 2131-1	0265-49-2111
下條村	福祉課	下伊那郡下條村陽阜 1	0260-27-1231
壳木村	住民課	下伊那郡壳木村 968-1	0260-28-2311
天龍村	健康福祉課	下伊那郡天龍村平岡 878	0260-32-1021
泰阜村	住民福祉課	下伊那郡泰阜村 3236-1	0260-26-2111
喬木村	保健福祉課	下伊那郡喬木村 6664	0265-33-5123
豊丘村	健康福祉課	下伊那郡豊丘村大字神稲 3120	0265-35-9060
大鹿村	住民税務課	下伊那郡大鹿村大字大河原 354	0265-39-2001
上松町	住民福祉課	木曾郡上松町大字上松 159-4	0264-52-5550
南木曾町	住民課	木曾郡南木曾町大字読書 3668-1	0264-57-2001
木曾町	町民課	木曾郡木曾町福島 2326-6	0264-22-4281
木祖村	住民福祉課	木曾郡木祖村大字藪原 1191-1	0264-36-2001
王滝村	福祉健康課	木曾郡王滝村 2830-1	0264-48-3155

市町村	担当課	住 所	電 話
大桑村	福祉健康課	木曾郡大桑村大字長野 880-1	0264-55-3080
麻績村	住民課	東筑摩郡麻績村麻 3837	0263-67-3001
生坂村	総務課	東筑摩郡生坂村 5493-2	0263-69-3111
山形村	保健福祉課	東筑摩郡山形村 4520-1	0263-97-2100
朝日村	総務課	東筑摩郡朝日村大字古見 1555-1	0263-99-4101
筑北村	住民福祉課	東筑摩郡筑北村西条 4195	0263-66-2111
池田町	健康福祉課	北安曇郡池田町大字池田 2005-1	0261-61-5000
松川村	住民課	北安曇郡松川村 76-5	0261-62-3112
白馬村	総務課	北安曇郡白馬村大字北城 7025	0261-72-5000
小谷村	住民福祉課	北安曇郡小谷村大字中小谷丙 131	0261-82-2581
坂城町	企画政策課	埴科郡坂城町大字坂城 10140-2	0268-82-6603
小布施町	教育委員会生涯学習係	上高井郡小布施町大字小布施 1491-2	026-214-9111
高山村	教育委員会人権推進室	上高井郡高山村大字高井 4972	026-214-9762
山ノ内町	教育委員会人権政策係	下高井郡山ノ内町大字平穩 3352-1	0269-33-1102
木島平村	教育委員会人権推進室	下高井郡木島平村大字上木島 1762	0269-82-2041
野沢温泉村	民生課	下高井郡野沢温泉村大字豊郷 9817	0269-85-3112
信濃町	住民福祉課	上水内郡信濃町大字柏原 428-2	026-255-1179
飯綱町	総務課	上水内郡飯綱町大字牟礼 2795-1	026-253-2511
小川村	住民福祉課	上水内郡小川村大字高府 8800-8	026-269-2323
栄村	民生課	下水内郡栄村大字北信 3433	0269-87-3114



作 成 長野県  
認定 NPO 法人 長野犯罪被害者支援センター  
(長野県公安委員会指定 犯罪被害者等早期援助団体)

作成協力 長野県警察本部  
長野県犯罪被害者等有志一同  
途切れない支援を被害者と考える会

※作成に当たっては、途切れない支援を被害者と考える会作成「被害者ノート」を参考としています。

当該ノートの入手方法などお問合せは [nakanobenkyokai@yahoo.co.jp](mailto:nakanobenkyokai@yahoo.co.jp) まで

検索

長野県 犯罪被害者等のためのノート

このノートは Web 上でもダウンロードできます。



令和 6 年 1 月発行

