
トラブル防止ハンドブック

跡見学園女子大学

2006

トラブルから身を守るために

「危機管理」は現代社会のキーワードとなっています。この「トラブル防止ハンドブック」には、学生諸君が普段の生活の中で遭遇するであろう様々な「危機」に的確に対応するための知恵と情報を紹介してあります。トラブルに巻き込まれたときに的確に対応するための知恵と情報はもちろんのこと、トラブルに巻き込まれるのを未然に防ぐための知恵を学生一人一人に身につけてもらうために作成しました。

若者を取り巻く環境には様々な危険が潜んでいるのが現実です。特に若い女性を狙った犯罪行為が少なくないことを考えると、自分自身の身を守るために、「いつトラブルに巻き込まれてもおかしくはないんだ」という危機意識をもって生活するよう心がけて下さい。

一人一人が危機管理能力を身につけることは是非とも必要ですが、自分一人に対応できないと感じたときには、身近な人や専門家の力を借りることも大切です。大学の学生課や保健センターのカウンセリング室でも様々な内容の相談に応じていますので、気軽に訪れて下さい。

また、「跡見学園女子大学セクシュアル・ハラスメント防止宣言」の宣言全文と相談者一覧を掲載しました。

1 ストーカー・痴漢・性犯罪

❖ ストーカー

- 待ち伏せ、押しかけ、尾行、つきまとい
- その日の行動を告げるなど、監視していることを示唆する
- 面会や交際をしつこく迫る
- 粗野な言動や乱暴な行いをする
- 無言電話やFAXを何度もかける
- 嫌悪感を与えるものを送りつける
- 中傷する文書を送りつける
- わいせつな写真を送りつけたり、電話や手紙で卑わいな言葉を告げる

以上のような行為を、ターゲットにした女性に対して執拗に繰り返す悪質な行為がストーカーです。

対策

- ⇒ 尾行されていると感じたら、あたりを警戒しタクシーを利用
- ⇒ 無言電話は応対せずに無言で切る
- ⇒ 個人情報細かく破くなど慎重に管理
- ⇒ 状況はメモし、送りつけられた文書等は保存し、一人で悩まず警察等に相談する

ストーカー規制法

平成12年11月に施行されたストーカー規制法では、告訴があれば6か月以下の懲役又は50万円以下の罰金に処せられます。告訴がなくても、申し出があれば警察による警告、禁止命令が出され、それに違反すれば、1年以下の懲役又は100万円以下の罰金となります。

被害に遭った場合の相談窓口

警察相談窓口

☎ # 9110

埼玉県警察本部犯罪被害
ホットライン

☎ 0120-38-1858

警視庁総合相談センター

☎ 03-3501-0110

❖ 痴漢

痴漢は女性の弱みにつけこんだ立派な犯罪です。痴漢には毅然とした態度を示しましょう。

対策

- ⇒ 屋外では付近の店や民家に飛び込み助けを求め、些細な事でもすぐに110番通報を
- ⇒ 電車内では勇気を出して「痴漢!」と叫ぶ
- ⇒ 携帯を意図的に鳴らす等、周囲の注意を集める。
- ⇒ エレベーター等の密室では見知らぬ男性と二人きりになる時は緊急ブザーの前に立つ
- ⇒ 暗い夜道では、携帯電話で話しながら歩く
- ⇒ 防犯ブザーなど、防犯グッズを携帯

❖ 性犯罪

性犯罪は「知られたくない」という理由などから届けられないケースが数多くありますが、警察では女性警察官による事情聴取や被害相談、プライバシーを外部に漏らさないなど配慮に力を入れています。

被害に遭った場合の相談窓口

警察
☎ 110番
警察相談窓口
☎ #9110

鉄道警察隊痴漢被害相談所
(列車内での被害に女性警官が対応)
池袋駅相談所 ☎ 03-3581-4321
東京駅相談所 ☎ 03-3241-3837

被害に遭った場合の相談窓口

埼玉県警察本部犯罪被害
ホットライン
☎ 0120-38-1858
警視庁犯罪被害者
ホットライン
☎ 03-3597-7830

千葉県警察本部女性被害110番
ホットライン
☎ 043-223-0110
神奈川県警察本部性犯罪被害
110番
☎ 045-681-0110

2 アルバイト

本学でもアルバイトをする学生が増えています。しかし、内容によっては危険な労働を伴うもの、学生としてふさわしくないものなどもあります。

好条件のアルバイトは危険をとまない、好ましくない仕事内容のものが多いので、すぐに飛びつかず、仕事内容を充分考慮して選ぶようにしましょう。

特に夜間のアルバイトは、次の日の授業に支障をきたす、あるいは、トラブルに巻き込まれるケースが多いので避けましょう。

禁止されているアルバイト

- 風俗営業 (キャバクラ、パチンコ店等)
- マルチ商法など法令に違反するもの

好ましくないアルバイト

- 終了時間が21:00を超えるもの
- 登録制派遣業務
- 酒席での接待業務
- 賃金や勤務時間などの労働条件が不明確なもの

アルバイトに関する相談窓口

跡見学園女子大学就職課
☎ 048-478-3408

3 悪質商法

ここ数年、様々な手口で高額な商品売りつける悪質商法が横行しています。以下は代表的な事例です。冷静に判断し、毅然とした態度で対応しましょう。

❖ **資格商法**…国家資格取得等のDMが届いた後勧誘の電話があり、「将来国家資格になる」「今なら講習を受けるだけで取得できる」「あなたの学校の多数の学生が申し込んでいる」と言って通信講座や集中講座を高く売りつける。

❖ **靈感商法**…歩いていると声をかけられ「先祖のたたりで不幸になる」「商品を購入すれば幸せになれる」などと人の不幸や不安につけこむ話をされ、高額な壺・印鑑・健康食品などを勧める。

❖ **キャッチセールス**…「アンケートに答えてください」「モデルになりませんか」などと声をかけられ、アクセサリ・化粧品・エステティックなどの契約を結ばせる。

❖ **パーティー商法**…「ホームパーティーを開きませんか」などと仲間を集めさせて高額な商品を買わせる。

❖ **マルチ商法(ネットワーク商法)**…「必ず儲かる」「サイドビジネスに最適」と販売組織へ加入させ、化粧品・健康食品などを買わされる。さらに、リベートが入ると称し友人・知人を勧誘するように言われる。

❖ **アポイントメントセールス**…電話で「あなたが当選した」「無料サービスする」などと言って、商品販売の意図を隠してしつこく会おうとし、会うと商品やサービスなどを売りつける。

❖ **宗教・自己啓発セミナー勧誘**…駅などで「手相を見せて下さい」「あなたの性格が変えられる」と声をかけて勧誘し、合宿やセミナーに参加させて、洗脳する。

対策

- ⇒ 上述のような勧誘には曖昧な態度をとらずハッキリと拒絶する
- ⇒ すぐに契約したり、その場でお金を払わない
- ⇒ クーリング・オフができるか確認する

クーリング・オフ制度

クーリング・オフ制度とは

期間内であれば、申し込みや契約をした後でも、その商品やサービスが必要無いと考えた場合に消費者から一方的に申し込み撤回や契約解除ができる制度。

クーリング・オフの可能な期間

●訪問販売、電話勧誘販売、エステ、語学教室、学習塾、家庭教師派遣など

⇒ 法定の契約書面の交付された日から8日間

●クレジット契約

⇒ クーリング・オフ制度の告知の日から8日間

●マルチ商法

⇒ 法定の契約書面の交付日から20日間

クーリング・オフのやり方

クーリング・オフは書面で行います。手紙でも良いですが、内容証明にした方が確実です。内容証明郵便は郵便局でできます。

❖ ネット犯罪

インターネットで人気の商品やチケット等を販売するといった虚偽の情報を流し、代金を騙し取る悪質商法も急増しています。

対策

⇒ インターネットで商品を買うときは相手の連絡先等を確認する

⇒ クレジットカードの番号を送信する際は、不用意に送らず、暗号化されて送信しているかどうか確認する

⇒ 自分の個人データ(電話番号、住所、メールアドレス、写真など)はむやみに公開しない

被害に遭った場合の相談窓口

埼玉県消費生活支援センター 東京都消費生活総合センター
☎ 048-261-0999 ☎ 03-3235-1155

国民生活センター
☎ 03-3446-0999

4 カード破産・カード犯罪

❖ カード破産

クレジットは計画的に利用しないと、いつのまにか金額が増え、支払いが困難になってしまいます。又、慌ててキャッシングしたり、他から借りるなど一時しのぎの対応をすると、借金が雪だるま式に増え、さらに問題を深刻化させます。

対策

- ⇒ クレジットの利用は計画的に
- ⇒ 余分なカードは作らず、支払える限度内のカードしか持たない
- ⇒ 支払いが困難になったら、早めに契約先の信販会社・協会の消費者相談室に連絡し、支払い回数の延長等を相談してみる
- ⇒ 消費者金融や銀行の個人ローンのキャッシングなどは金利が高いので安易に利用しない
- ⇒ 複数の支払いを一つにまとめる等という整理屋・買取屋の旨い話には絶対にのらない

カード破産の相談窓口

国民生活センター

☎ 03-3446-0999

❖ カード犯罪

クレジットカードが知らぬ間に盗難や偽造されて、不正に使用される被害が急増しています。確実な管理を心がけましょう。

対策

- ⇒ カードを利用する時は目を離さない
- ⇒ カードがあるか常に確認し、紛失したり盗難に遭った時はすぐにカード会社に連絡
- ⇒ 偽造被害の疑いがある場合は直ちにカード会社に連絡
- ⇒ 利用明細は細かくチェックする

被害に遭った場合の相談窓口

警察相談窓口

☎ # 9110

(財)日本クレジットカウンセリング協会

☎ 03-3226-0121

❖ スキミング

スキミングとは、クレジットカードの磁気記録を読み出してコピーを作成し、それを不正使用するという犯罪の手法です。スキマーという機械を使い、カードのデータだけを盗み出します。気づきにくいため注意が必要です。

対策

- ⇒ クレジットカードは何枚も持たない
- ⇒ クレジットカードを家に置いたまま、長期間留守にしない
- ⇒ あやしい店ではクレジットカードを使わない
- ⇒ 店員がカードを持ったまま店の奥に行ったら要注意。会計する時には店員から目をそらさない
- ⇒ 郵送で送られてくる“カード明細”と、レジで受け取る“お客様控え”を毎月きちんと照合する
- ⇒ おかしいと思ったら、すぐにカード会社と警察に届ける

※カード会社の連絡先は、自分のカードの裏に明記してあります。
 ※盗難被害の補償は一般的に届け出た日から60日前までのものに限られるので注意。

5 住居侵入・ひったくり・乗り物盗難

❖ 住居侵入

ピッキングと呼ばれる空き巣や、宅配便や電気・ガスの作業員を装った人に強引に侵入される被害が増えています。

対策

- ⇒ カギのかけ忘れに注意
- ⇒ カギをなくしたら、錠前ごと即交換
- ⇒ 突然の訪問者にはドアの覗き窓とチェーンを活用し、簡単にドアを開けない
- ⇒ 制服で信用せず、身分・用件を確認
- ⇒ やむをえず、部屋に入れても絶対にドアは閉めず、自分以外は外に出る

❖ ひったくり

ひったくりは人通りの少ない道で、バイクを使って肩から上げたバッグや、自転車のカゴに入れたカバン等を強引に奪い去ります。

対策

- ⇒ バッグやカバンは車道側に持たない
- ⇒ 自転車のカゴには防犯ネットをつける
- ⇒ 遠回りでも人通りの少ない道は避ける

❖ 乗り物盗難

駐車中に車を盗む窃盗集団が増加しています。

対策

- ⇒ 車を止めたら必ずキーを抜く
- ⇒ 車を離れる際はドアロックを
- ⇒ 車中に貴重品をおいたまま、車を離れない

❖ 学内で盗難にあわないために

学内でも盗難にあう危険があります。街中と同じく、自分の荷物の管理には充分気をつけましょう。

対策

- ⇒ 教室、図書館などで荷物を置いたまま席を離れない
- ⇒ 貴重品、ブランドもののバッグ・小物類は常に身につけておく
- ⇒ 現金、キャッシュカード、カードの暗証番号の管理をしっかり行う

被害に遭った場合の緊急連絡先

警察
☎ 110 番
警察相談窓口
☎ # 9110

6 交通事故

せっかくの楽しいドライブも、事故に遭ってしまったら台無しです。万が一事故を起こしてしまったら、どのように対処すればよいのでしょうか。

対策 あなたが加害者になった場合

- ⇒ 負傷者の介護を行い、すぐに119番、110番に連絡する
- ⇒ 危険防止の措置。事故現場で第2の事故を起こさないためにも、車の誘導などを行う。事故車両は警察が来るまでそのままにしておく
- ⇒ 事故の処理が終わり次第、日時・場所・負傷者の人数と程度などを警察に報告する
- ⇒ 加入している保険会社に連絡、相談する

事故を起こした場合の責任について

事故の加害者と認定されると、刑事上の責任(罰金、禁固、懲役など)、行政上の責任(免許など)、民事上の責任(損害賠償責任)の3つの責任を負うことになります。

自動車保険の種類

自動車保険には強制的に加入が義務付けられている「自動車損害賠償責任保険(通称:自賠責保険)」と、保険会社が売り出している「任意保険」がある。損害賠償請求は示談、調停、訴訟、裁判上の和解の4つの方法があります。

対策 あなたが被害者になった場合

- ⇒ すぐに119番、110番に連絡する(してもらう)
- ⇒ 免許証、車検証などでお互いの連絡先、氏名、年齢、職業、車の番号、車の所有者、契約保険会社を確認しておくこと
- ⇒ 事故現場・状況をしっかりと確認し、目撃者があれば連絡先、氏名を確認し、後日証人になってくれるように頼んでおく
- ⇒ 医師の診断を必ず受け、負傷の程度を確認しておく
- ⇒ 示談交渉、裁判などで証拠となる領収書、診断書、写真などは保管しておく

交通事故の相談窓口

日弁連交通事故相談センター

☎ 03-3580-1892

交通事故紛争処理センター

☎ 03-3346-1756

7 セクシュアル・ハラスメント

平成14年度第11回大学評議会において、「跡見学園女子大学セクシュアル・ハラスメント防止宣言」が採択され、各種規程が制定されました。

跡見学園女子大学セクシュアル・ハラスメント防止宣言

跡見学園女子大学は、学生と教職員からなる大学構成員ひとりひとりの人格の尊厳と人権が尊重され、各人の個性と能力が十分に発揮される場であることを目指しています。そのためには、大学における学習・研究・教育・就業等の諸活動をお互いの信頼のもとに進めていくことができるように環境を整えることが、大学としての責務であると考えています。

特に、教育の場におけるセクシュアル・ハラスメントは、学生の人格的尊厳や人権を著しく侵害する行為であるだけでなく、学生の学習意欲および学習機会を奪い、学習・研究の円滑な遂行を妨げる原因ともなります。教育機関としての大学にはこのような行為を生じさせない環境を保つ責任があるとの立場に立ち、本学はセクシュアル・ハラスメントに厳正に対処します。なお、性的な言動に限らず、学生の学習意欲を低下させたり、人格的尊厳を侵害する言動に対しても、本学は厳正に対処する姿勢でのぞみます。

教育の場におけるセクシュアル・ハラスメントとは、学習・研究環境を悪化させ、学生の人格的尊厳を傷つけるような、教育・研究上の関係を利用して行われるさまざまな性的言動を意味します。具体的には、次の行為がセクシュアル・ハラスメントにあたります。

- ①性的要求への諾否を理由として、当該学生に対し教育・研究上の利益・不利益に影響を与えること。
- ②当該学生の意志を無視して、教育・研究上の利益・不利益を条件に、好意ある態度さらには性的な関係を強要すること。
- ③性的な言動や性的な暗示などにより、当該学生に不快感を抱かせる環境を作り出すこと。

また、教職員間における上記のような言動もセクシュアル・ハラスメントになります。

跡見学園女子大学は、「跡見学園セクシュアル・ハラスメントの防止に関する指針」に基づき、セクシュアル・ハラスメントへ適切に対処するための制度上の整備を行うとともに、その防止のための啓発・研修活動を行うことによって、良好な学習・研究・教育の環境ならびに就業面での諸活動を保障する環境の保持を目指します。

セクシュアル・ハラスメント平成18年度相談員一覧

文学部人文学科教授 倉石あつ子	048-478-3413 文学部人文学科直通
文学部人文学科助教授 香山はるの	
文学部コミュニケーション文化学科教授 吉澤京子	048-478-3407 文学部コミュニケーション文化学科直通
文学部臨床心理学科助教授 宮岡佳子	048-478-3477 文学部臨床心理学科直通
マネジメント学部マネジメント学科教授 曾田修司	048-478-4110 マネジメント学部直通
マネジメント学部マネジメント学科助教授 柿崎環	
マネジメント学部マネジメント学科助教授 山澤成康	
マネジメント学部生活環境マネジメント学科講師 櫻川幸恵	
学務部教務課員 石田育子	048-478-3340 教務課直通
学務部学生課員 小林亜希子	048-478-3341 学生課直通
就職部就職課主任 大森一枝	048-478-3408 就職課直通

上記の相談員は、本学におけるセクシュアル・ハラスメントに該当するのではないかと考えられる個別の事例についての相談（面談）に応じます。希望者は、次のいずれかの方法により相談して下さい。① 学内の連絡先の番号に電話をして相談者呼び出し、面談の日時・場所について直接打ち合わせてください。なお、電話だけの相談や匿名の相談には応じかねます。② 直接学内の相談員を訪問し、面談の日時・場所を打ち合わせて下さい。

8 振り込め詐欺

“振り込め詐欺(オレオレ詐欺)”が多発しています。

詐欺の手口

- ❖ 警察や弁護士を装い、「あなたの家族や友人が交通事故を起こしたので示談金がいる」、または大家を装い、「家賃の振込み先が変わった」などと言ってお金を要求する
※急を要する示談金などというものはありません。また、警察が示談の仲介をすることはありません。
- ❖ 銀行の閉まる間に電話があり、「時間が無い」と言って急かせる
- ❖ 電話口で救急車の音や泣き声が聞こえる

対策 そのような要求があった場合

- ⇒ 動揺せず、電話をかけてきた相手に家族や友人のフルネーム、住所などを聞く
- ⇒ 名前を出された人(家族・友人など)に直接連絡をとり、事実を確かめる

※不審に思ったら、直ちに警察に相談、緊急の場合は110番通報すること。

被害に遭った場合の緊急連絡先

警察
☎ 110番
警察相談窓口
☎ #9110

心と体の健康

心の健康って何でしょう

生き生きと自分らしく生きるためには身体の健康だけでなく、心の健康も大切です。

心の健康には身体的状況、社会経済的状況、住居や学校・職場の環境、対人関係など多くの要因が相互に影響し合っています。中でも身体状況とは特に深く関わっています。

心も体も健康を保ち、明るく楽しい学生生活を送ってください。

1 ストレス

❖ ストレスについて

ストレスとも上手に付き合みましょう

様々な面で変化の多い現代は、ストレス社会といえます。過度のストレスが続くと、心と体の健康に影響を及ぼします。

対策

- ⇒ 物事を現実的で柔軟に捉える
- ⇒ 気分転換やリラックスをする時間をとる
- ⇒ 時間を有効に使ってゆとりを持つ
- ⇒ 何か気になることや心配なことがあったら気軽に保健センターで相談してみましょう

2 ダイエット

❖ ダイエットについて

20代の女性のうち約20%が痩せ過ぎであるといわれています。無理なダイエットは心身ともにストレスがたまり、貧血・月経不順などを引き起こす可能性もあります。

自分のBMI (Body Mass Index)を知りましょう。

BMIの算出法＝体重(Kg)÷身長(m)÷身長(m)

- 肥満・・・BMIが25以上
- 正常・・・BMIが18.5以上25未満
- 痩せ・・・BMIが18.5未満

対策

- ⇒ バランスの取れた食生活を心がける
- ⇒ 適度な運動をする

心に関する相談窓口

埼玉県立精神保健福祉センター「こころの電話」

☎ 048-723-1447

東京都立精神保健福祉センター

☎ 03-3842-0946

3 性感染症

性感染症 (STD) とは、性行為によって感染する病気のことです。近年増加しています。自分自身はもちろん、パートナーや将来生まれてくる赤ちゃんを守るためにも、性感染症についての知識を持ち、気になることがあればパートナーと共に、早めに検査を受け治療しましょう。以下、増加傾向にある性感染症をあげておきます。

❖ **クラミジア**…子宮頸部に感染し、多くの場合無症状ですが、おりものが増し排尿痛や頻尿になったりします。症状が進むと不妊症になることもあります。

❖ **エイズ (AIDS)**…エイズ (AIDS) とは、病気に対する体の免疫機能が働かなくなる深刻な病気です。潜伏期間を過ぎると、疲れやすい、急激な体重の減少、発熱、リンパ節の腫れ、下痢、食欲低下などの症状が出てきます。

感染経路

- 感染者との性行為
- 汚染した注射や注射器の使用
- 感染した母親から子供への母子感染

※しかし、会話やくしゃみ、プール、握手、食事、軽いキスなどでは感染しません。

対策

- ⇒ 思い当たることがあれば、保健所などで HIV 抗体検査を受けましょう。匿名、匿名所で検査できます。結果は本人にしか知らされません
- ⇒ 不特定多数の人との性交渉はしない
- ⇒ エイズについて正しい知識を持ち、パートナーともしっかりと話し合う
- ⇒ コンドームを正しく使うこと

性感染症・エイズの相談窓口

各都道府県保健所 埼玉県庁エイズ相談窓口ホットライン
☎ 048-825-3060
(財)エイズ予防財団エイズ電話相談
☎ 0120-177-812
東京都保健医療福祉相談
☎ 03-5272-0303

4 飲酒・喫煙・薬物

❖ 飲酒について

20歳未満の人はお酒を飲むことはできません。しかし多くの学生が在学中に成人式を迎え、お酒を飲む機会も増してきます。そこで気をつけたいのがお酒のマナー。イッキ飲みによる死亡事故が増えています。無理やり飲まない、飲ませないという強い意志を持ち、自分の適量を知っておくことが大切です。

❖ 「イッキ飲み」について

「新入生はつぶれるまで飲ませるのがサークルの伝統だ」「イッキ、イッキ!」などと無理やりお酒を飲ませることは、強要罪に当たります。

対策

- ⇒ 飲めない体質の人は無理をして飲まない
- ⇒ 自分の適量を知り、適量を超えそうな時は「もう飲めません。」とハッキリ断わる
- ⇒ 食べ物と一緒にゆっくり飲む。また外では飲み慣れたものを飲むことを心がける

あなたはお酒に強い体質ですか？

日本人の約4割は、生まれつきお酒を飲めない体質です。自分がお酒に強い体質か弱い体質なのかを知っておきましょう。

●アルコールパッチテスト

- ①ガーゼにエタノールを数滴含ませ、上腕に約7分貼ります。
- ②ガーゼをはがして10分待ちます。
- ③ガーゼを貼ったところが赤くなっていたら、お酒に弱い体質。それほど変化が無ければ、比較的強い体質です。(それでも飲みすぎには十分気をつけましょう)

こんな症状があったら、救急車を呼ぶ

- 千鳥足になる
- ろれつが回らない
- まともに立てない
- 意識がはっきりしない
- 酔いつぶれたまま吐いている



消防署(救急車)
☎ 119

救急車が来るまでにやっておくこと

- 吐いた物がつまらないように、顔を横向きにさせる
- 呼吸しやすいように衣服をゆるめる
- 毛布などで保温する
- 水分を欲しがる時は、お茶、紅茶、柑橘類(オレンジ・グレープフルーツ)のジュースを飲ませる

❖ 喫煙について

20歳未満の人の喫煙は法律で禁止されていますが、最近には特に未成年、女性の喫煙が増加しています。

タバコを吸うとこんなに害があります！

タバコには発ガン物質となる多くの有害物質が含まれています。喫煙は肺ガンだけでなく、気管支炎、心臓病、脳卒中、さらに妊娠に関連した多くの病気にかかりやすくなります。また、顔色も悪くなり、しわも多くなります。

タバコを吸わない人にも害があります！

タバコの煙には“副流煙”といって、タバコを手を持っているとき、灰皿に置いたときに出る煙があります。発ガン物質の多くはこの副流煙に多く含まれているため、周囲の人の健康にも悪影響を及ぼします。周囲に喫煙者がいると肺ガンにかかる確率は20～30%増加するといわれています。

対策

- ⇒ 自分だけでなく、他人の健康にも害を与えているという自覚を持ち、セルフコントロールを試みる
- ⇒ ニコチンガムの利用など、保健センターや禁煙外来のある病院に相談する
- ⇒ 非喫煙者も、害を受けているという自覚を持ち、喫煙者に意思表示をする

❖ 薬物の乱用

薬物はたった一度の使用のみならず、持っていること、友達に売った、あげたという行為でも犯罪になります。また、一度でも服用すると犯罪になり、あなたの一生を台無しにします。

薬物の種類

- ❖ **覚せい剤(通称:エス、スピード)**…次第に使用量が増加。幻覚、幻想から被害妄想になる
- ❖ **大麻**…狂乱状態、暴力的、挑発的行動になる
- ❖ **コカイン**…幻覚、幻想から狂暴な行動になる

対策

- ⇒ 「疲れがとれる薬」「ダイエットに効く薬」などという勧めには乗らない。薬物がダイエットに効くことはありません
- ⇒ 「すぐにやめられる」「みんなやっている」などと言われても、強い意志で断る

喫煙・薬物に関する相談窓口

埼玉県立精神保健福祉センター

☎ 048-723-1111

警視庁少年相談室ヤングテレホンコーナー

☎ 03-3580-4970

東京都立精神保健福祉センター

☎ 03-3842-0946

相談窓口連絡先一覧

跡見学園女子大学 学生課	048-478-3341
保健センター	048-478-3266

ストーカー

警察相談窓口	# 9110
埼玉県警察本部犯罪被害ホットライン	0120-38-1858
警視庁総合相談センター	03-3501-0110

痴漢

警察	110番
警察相談窓口	# 9110
鉄道警察隊痴漢被害相談所(列車内の被害の場合)	
池袋駅相談所	03-3581-4321
東京駅相談所	03-3241-3837

性犯罪

埼玉県警察本部犯罪被害ホットライン	0120-38-1858
警視庁犯罪被害者ホットライン	03-3597-7830
千葉県警察本部女性被害110番	043-223-0110
神奈川県警察本部性犯罪被害110番	045-681-0110

アルバイト

跡見学園女子大学就職課	048-478-3408
-------------	--------------

悪質商法

埼玉県消費生活支援センター	048-261-0999
国民生活センター	03-3446-0999
東京都消費生活総合センター	03-3235-1155

カード破産

国民生活センター	03-3446-0999
----------	--------------

カード犯罪

警察相談窓口	# 9110
(財)日本クレジットカウンセリング協会	03-3226-0121

住居侵入・ひったくり・乗り物盗難・振り込め詐欺

警察	110番
警察相談窓口	# 9110

交通事故に関する相談窓口

日弁連交通事故相談センター	03-3580-1892
交通事故紛争処理センター	03-3346-1756

心に関する相談窓口

埼玉県立精神保健福祉センター「こころの電話」	048-723-1447
東京都立精神保健福祉センター	03-3842-0946

性感染症・エイズに関する相談窓口

各都道府県保健所	
埼玉県庁エイズ相談窓口ホットライン	048-825-3060
(財)エイズ予防財団エイズ電話相談	0120-177-812
東京都保健医療福祉相談	03-5272-0303

喫煙・薬物に関する相談窓口

埼玉県立精神保健福祉センター	048-723-1111
警視庁少年相談室ヤングテレホンコーナー	03-3580-4970
東京都立精神保健福祉センター	03-3842-0946

一般的な法律相談

法律相談センター(面接相談受け)	03-3581-1511
------------------	--------------

