貴方が虐待者から逃れられると思っているかいないかに関わらず、貴方と貴方の家族がより安全でいるためにできることがあります。

緊急時の対応について

貴方が自宅で危険にさらされている、もしくは攻撃されている場合：

- 台所から離れましょう（虐待者は台所でナイフなどの凶器を見つけることができるからです）。
- バスルームやクローゼット、小さなスペースしかない部屋で虐待者が貴方を押し込めたりできるような部屋から離れましょう。
- 逃げることができるドアや窓がある部屋へ逃げましょう。
- 助けを呼ぶための電話がある部屋へ逃げましょう。できれば、虐待者が入れないように鍵をかけましょう。
- 911番かもしくは地元警察の緊急番号に連絡し、緊急救助を求めてください。その際には通信員の名前を聞いておきましょう。
- 貴方が駆け込んで助けを求められる近所の人や友人を考えておきましょう。
- 警察官が到着したら、その警察官の名前とバッジ番号を確認してから事情を説明しましょう。
- もし怪我をしていたら、医療処置を受けましょう。
- 怪我や傷の状態を写真に撮りましょう。
- 家庭内暴力のプログラムや避難所（下記参照）に電話して、援助を求めて具体的な安全対策をはかりましょう。

ご家庭での安全について

- 救援先の番号を暗記しておきましょう。緊急連絡先の電話番号も覚えておきましょう。
- 中から鍵をかけられる部屋に電話を設置しておきましょう。いつでも電話をかけられるよう、携帯電話を用意しておきましょう。
- もし虐待者が家を出て行ったら、ドアの鍵を替えましょう。窓にも鍵を備えましょう。
- 家からの非難順路を決めておきましょう。お子さんにも教えておきましょう。
- 非難が必要な場合、どこに行ったらいいか考えておきましょう。
- ご近所に、虐待者が家にいるのを見かけたら、警察に通報するようお願いしておきましょう。たとえば、電話を2 回鳴らしたり、カーテンを閉めたり、灯りを点けたりすることを警察に通報する合図にしておきましょう。
- すぐ家を出て行かなければならないときのために、大事なものをバッグに入れておきましょう。安全なところに保管しておくか、もしくは友人や親類など、信頼できる人に預けておきましょう。
- 現金、車の鍵、裁判所の書類、パスポート、出生証明書亜、医療記録などの重要な書類や、常備薬や移民に関する書類なども入れておきましょう。
- 非公開の電話番号を取りましょう。
- 発信者 ID をブロックしましょう。
- 留守電話を使って電話の相手を確認しましょう。

お子さんの安全のために

- お子さんに、助けたいと思っても決して争いに加わらないように言っておきましょう。
- どのようにして安全な場所に逃げるか、911 番にはどうやって電話したらいいか、警察に住所と電話番号を伝えることを教えておきましょう。
- だれに助けを求めたらいいか教えておきましょう。
- 台所に来ないように言っておきましょう。
- 学校の校長先生やデイケアの先生に裁判所の命令のコピーを渡して、貴方の許可なしに貴方のお子さんをだれかに引き渡したりすることのないようお願いしておきましょう。電話で貴方だとわかるように、合言葉で確認できるようにしておきましょう。虐待者の写真も渡しておきましょう。
- お子さんが虐待者を目撃したら、学校のだれに通報したらいいかお子さんが理解しているようにしましょう。
- 学校関係者に、貴方の住所や電話番号をだれにも渡さないようにお願いしておきましょう。

家以外の場所での貴方の身の安全について

- いつも同じ道を通らないようにしましょう。
- いつも違う人に車に乗せてもらうようにしましょう。
- いつも違う場所で買い物をしたり、別の銀行支店を利用しましょう。
- 虐待者と共有していた銀行口座やクレジットカードを解約し、違う銀行で新しい口座を開きましょう。
- 裁判所の命令と緊急連絡先の電話番号をいつも携帯しているようにしましょう。
- いつも携帯電話を携帯し、911 番（または他の緊急番号）をプログラミングしておきましょう。

職場で安全でいるために

- 職場にも裁判所の命令のコピーを置いておきましょう。
- 職場の警備員や友人に、虐待者の写真を渡しておきましょう。
- 上司にも伝えておきましょう。虐待者が貴方をなかなか見つけられないようにできないか工夫してもらえるか相談しましょう。
- 一人でお昼を食べにいくのはやめましょう。
- 車やバスまで一緒に歩いてくれるよう警備員に頼みましょう。
- 虐待者が会社に電話してきたら、録音したり電子メールを保存しておきましょう。
- 雇用主は地元の家庭内暴力に関するリソースを探すのを助けてくれるはずです。

自分自身を守るために法律を活用しましょう。

保護命令または接近禁止命令

- 地域の家庭内暴力プログラムにお願いして、民事護命令を取得し、刑事訴追を行う手助けをしてもらいましょう。

- 弁護士を見つける手助けをしてもらいましょう。

裁判官ができること

- 貴方や貴方のお子さんに虐待者が近寄れないよう命じます。
- 虐待者に家から立ち去るよう命じます。
- 一時的に貴方にお子さんの保護権を与え、虐待者にお子さんの金銭的援助を払うよう命じます。
- 虐待者が所持品を取りに来ている間、警察が貴方の家に来るように命じます。
- 車、家具、その他の持ち物の所有権を貴方に与えます。
- 虐待者に虐待調停プログラムに行くよう命じます。
- 虐待者に貴方の職場に電話をかけないよう命じます。
- 虐待者が統を響察に手渡すように命じます。

次のことが心配な場合は、必ず気をつけましょう

- 裁判官に貴方の傷の写真を見せます。
- 裁判官に、虐待者が子供に会いに家に来るとき不安だということを伝えます。
- 裁判官に、虐待者が警察署または他の安全な場所で子供を送り迎えするよう命令してもらいます。
- 虐待者が家に来ることができる時間を限定してもらい、法定命令を読めば不適切な時間に虐待者が訪問した場合警察がわかるようにしましょう。
- 虐待者が子供を傷つけたり脅したりしたらそれを裁判官に報告し、訪問の際に監督者をつけてもらいましょう。だれが監督者になれるか考えましょう。
- 裁判所の命令の認証コピーを取っておきましょう。
- 命令をいつも所持しましょう。

刑事訴訟の手続き

- 検察官に裁判所命令を提示します。
- 検察官に貴方の損害に関する医療記録、もしくは、検察官に貴方の損害に関する医療記録、もしくは、所持していれば写真を提示します。
- 検察官に、傷書または虐待の目撃者につ.いて報告します。
- 検察官に、虐待者が出所するときには、貴方にそのことを前もって知らせてくれるように依頼します。

法定での安全について

- 虐待者からできるだけ離れて座りましょう。貴方は虐待者を見たり、話したりする必要はありません。もし虐待者の家族や友達がそこにいても、貴方は彼らと話したりする必要はありません。
- 法廷には友人や親類と一緒に行き、貴方の訴訟が始まるまで一緒に待ってもらいましょう。
- 郡保安官や執行吏に、貴方が虐待者を恐れていることを告げ、注意して見ていてくれるよう、依頼しましょう。
- 法廷に行く前に、裁判所の命令を持っているかどうか確認しましょう。
- 退廷時は、裁判官か郡保安官に、虐待者をそこにとどめてもらうよう依頼し、すみやかに退場しましょう。
- 退廷する時､虐待者が後をつけて来ていると感じたら、直ちに警察を呼びましょう。
- 仕事や、虐待者から離れるなどの理由で他の州へ行く際は､保護令を持っていきましょう｡それはどこへ行っても有効です。

アメリカ法律家協会の許可により「家庭内暴力安全対策：貴方と貴方の家族のための安全のヒント」から再版。ABA不法行為裁判および保険慣例セクションとABA家庭内暴力委員会の合同プロジェクト。

このプロジェクトは、米国司法省女性に対する暴力局によって交付された補助金番号2009-WF-AX-0005の援助によって実施。この書類で提示されている意見、発見、結論、および推薦事項は著者のものであり司法省女性に対する暴力局の観点を反映するものではありません。

家庭内暴力
貴方と貴方のご家族のための安全対策

身の危険を感じたら
する 911 番へ
もしくはお近くの
警察緊急番号へ

貴方の近くに、貴方を助けてくれる
場所が必ずあります。
全国家庭内暴力ホットライン
までお電話ください。
1-800-799-7233
1-800-787-3224 (TTY)

各国語の通訳が
利用できます。

ネバダ州家庭内暴力
対策ネットワーク