

たいおう

ハラスメント対応マニュアル

ほうこく う

ハラスメントの報告を受けたら、わたしたちスタッフは、なにをする？

さく:ニューロダイバーシティプライド2025スタッフ



このマニュアルの目的

- 二次加害を防ぐこと
- スタッフのこころを守ること
- スタッフ個人の性格やスキル、センスに頼るようなハラスメント対応を行わないこと
- ハラスメント対応の一貫性と透明性を担保すること

スタッフのここを守るために

暴力が起きた時、トラウマ（こころの傷）を負うのはその被害者だけではありません。
その暴力について見聞きした第三者もまた、トラウマを負うことが知られています。

そして、こころに傷を負ったまま、話を聞いていると、

「その暴力は実は大したことがなかったのだ」

「はやく結論を出して、加害者への対応に移りたい」などと

思ってしまうことがあります。これらは、二次加害の原因となります。

わたしたち、スタッフはぜったいに無理をしません。

そのため、以下の感情にも気をつけます。

・正義感 ・責任感 ・加害者への怒り ・他のスタッフへの遠慮 ・被害者への感情移入

これらをコントロールできないと感じた時は、対応しません。



また、話を聞く時は、必ずスタッフ2人で対応します。1人では対応しません。

スタッフは、ページの変わり目もしくは、3分ごとに、きもちメータをします。

10を、げんき、辛さが全くない、興奮していない、完全に冷静に考えられる状態とします。

1を、泣きそう、苦しい、何もできない、強い怒りを感じる、悲しい過去を思い出す、混乱している状態とします。

スタッフが2人とも、9より下（1～8）になる → ⚠️ 中断し、他のスタッフを呼ぶ。

8～9が2回続く → 😞 だまってみている。被害者の言葉にうなづくだけ。

8より下（1～7）になる → ⚠️ 中断し、他のスタッフを呼ぶ。

メーターのタイミングでなくても、8より下だと思ったら、必ずもう1人のスタッフに伝えます。

もしくは、もう1人のスタッフについて、8より下なのではないかと思ったら、中断を呼びかけます。

スタッフが、じぶんのところを理解するためのメモ

①体の状態や ②頭に浮かぶこと ③感じること ④感じないこと などを事前にまとめます。
イラストでも図でもなんでもOK。自分ならばいつでもわかるように書いてください。

10のとき

9のとき

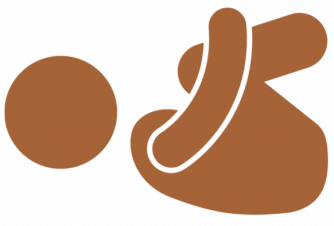
8のとき


7のとき

自分の心を乱すもの（空腹、眠気など含め）、自分には取り扱えないトピックなどを書きます。

どっちが おちつく？



Which is more comfortable?

 **ひとり**
Alone

 **スタッフといっしょ**
With staff

いまだけ **For now** → **しばらく** **For a little while** → **かえるまで** **Until I leave**

ふん ごとに、こえを かけても いいですか？
Is it okay if I talk to you in minutes?

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える


 **みずを のむ**
Drink water

 **じふんの からだに ふれる**
Touch your body

「1、2、3」 「1、2、3、4、5、6」
3びょう ずつて 6びょう はく
Breathe in for 6 seconds, out for 3 seconds
ゆっくり しんこきゅう
Take slow breaths




 **いろを 5つ みつける。**
Find 5 colors you can see.

 **さわれるものを、**
4つ みつける。さわる。
Find and touch
4 things you can feel.

 **きこえるものを、**
3つ みつける
Find 3 things you can hear.

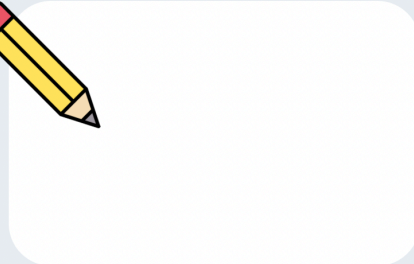
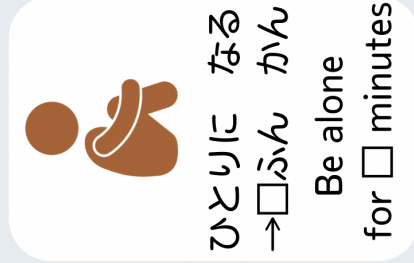
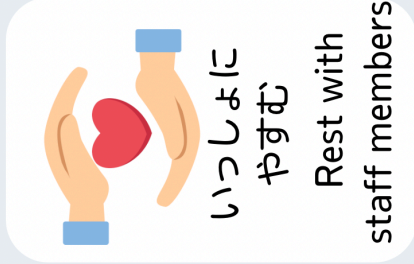
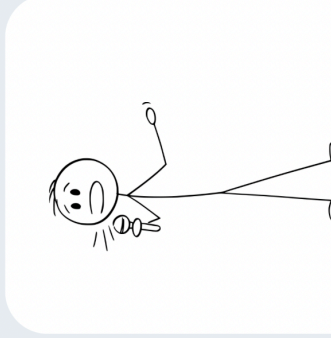
 **あつい？さむい？**
Is it hot or cold?



障害や特性、好みにより、なにができるか・なにがよいかは人それぞれです。柔軟に進めます。被害者の方が自分で普段していることがあれば、それを優先します。

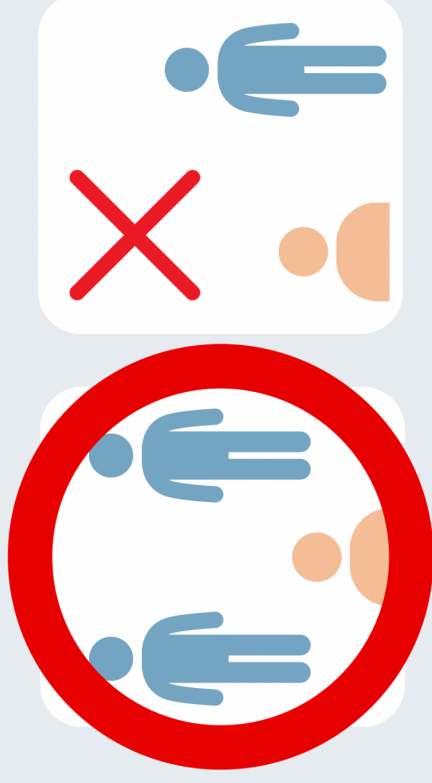
おはなし🗨️ できそう ですか？

Can you talk now?🗨️



1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらおう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

すたっふは、ふたりで、はなしを ききます。
Two staff members will listen to you together.



すたっふどうして、おたがいの ちょうしを かくにんしたり、
おたがいに ストップを かけたりします。
にじかがい を とめる ため です。

Two staff help each other.

They check with each other and
can say stop if something feels wrong.

This is to stop second harm.

なまえ _____

と
and

なまえ _____

ふたりで はなし を きいても いいですか？

Is it okay if two staff listen to you?

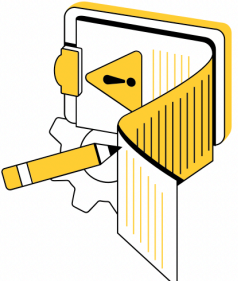
すたっふは、ひとりでは、はなしを、ききません。

どちらを さきに はなす？

Which one do you want to start with?



きもち
Your feelings



おきたこと
What happened

これから どうするか、どうしたいか、は この 2つ を はなしてから きめよう！

Let's decide what to do next after talking about both your feelings and what happened.



「きもち」の はなし を している ときに、「おきたこと」を はなす。
「おきたこと」の はなし を している ときに、「きもち」を はなす。

👉もちろん、だいじょうぶ◎ じゆうに はなして ね！

Sometimes when you're talking about feelings, you start talking about what happened.
Sometimes when you're talking about what happened, you start talking about feelings.

👉 That's totally okay! You can talk freely.



1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらおう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える



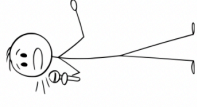
いっしょに やすむ

Rest with staff members



ひとりに なる
→□ぶん かん

Be alone for □ minutes



つづける

Continue.

すたっふ ふたり の ちようし The condition of the two staff members

1・2・3・4・5・6・7・8・9・10

1・2・3・4・5・6・7・8・9・10

すたっふ ふたり は、あなたに「はなしてもいい?」ときかずに、
あなたのこと をほかのひとに いいません。
ひとつひとつ、きよか を とります。



The two staff members will not talk about you to other people without asking,
"Is it okay to share this?"

We ask for your permission every time.

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらおう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える



ふあん
Anxious



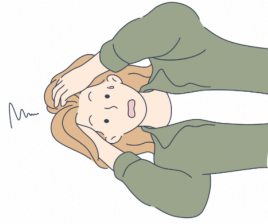
かなしい
Sad



いらいら
Angry



こわい
Scared



あたまが まっしろ
Can't think



わからない
Don't know



つかれた
Tired



きもちわるい
feel sick



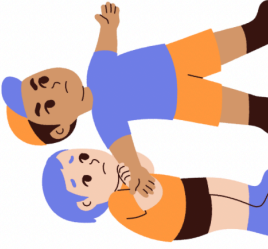
いざがくるしい
Hard to breath



どきどき する
Heart racing



おなかが いたい
Stomach hurt



まもって ほしい
Please keep me safe

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える



にげたい

Want to run away



かくれたい

Want to hide



いっしょに いたい

Want someone with me



しって ほしい

Want you to know

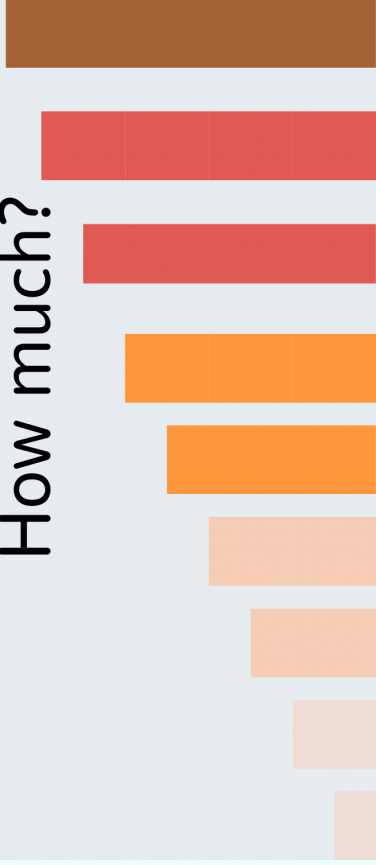


さげびたい

Want to scream

どれくらい?

How much?



すこし

a little

すごく

a lot



わからない

I don't know

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

めも (きもち、おきたこと……なんでもOK)

Notes (Feelings, what happened... anything is OK)



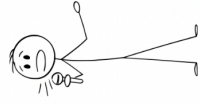
いっしょに
やすむ

Rest with
staff members



ひとりに
なる
→□ぶん かん

Be alone
for □ minutes



つづける

Continue.

すたっふ ふたり の ちょうし The condition of the two staff members

1・2・3・4・5・6・7・8・9・10

1・2・3・4・5・6・7・8・9・10

きもち の はなし は、いつでもしてね!

きもち が かわった、きもち に きがついた
つたえたいこと が あたらしく できた
▶いつでも はなしてね

You can talk about your feelings anytime!

If your feelings change,
if you notice a new feeling,
or if you have something new you want to say...
▶ It's okay to talk anytime.



1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらおう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらおう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

だめな こと について えほん

みんなが きもちよく
すごす ために



目次
ハラスメント防止のために制作しました。

まくにこグループケアセンター2025スタッフ

By: Neurodiversity Pride 2025 Staff

Let's Not Do That

A picture book to help
everyone feel safe



This book was made to prevent harassment.

むりは、しないで ください。



いっしょに
やすむ

Rest with
staff members



ひとりに
なる
→□ふん かん

Be alone
for □ minutes



つづける

Continue.

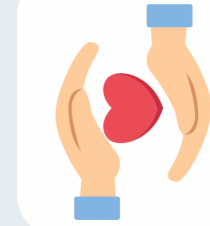
すたっふ、ふたり の ちょうし The condition of the two staff members

1・2・3・4・5・6・7・8・9・10

1・2・3・4・5・6・7・8・9・10

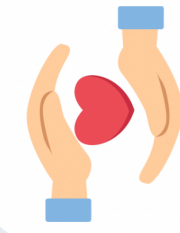
めも (きもち、おきたこと……なんでもOK)

Notes (Feelings, what happened… anything is OK)



いっしょに
やすむ

Rest with
staff members



ひとりに
なる
→□ふん かん

Be alone
for □ minutes



つづける

Continue.

すたっふ、ふたり の ちょうし The condition of the two staff members

1・2・3・4・5・6・7・8・9・10

1・2・3・4・5・6・7・8・9・10

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

めも (きもち、おきたこと……なんでもOK)

Notes (Feelings, what happened... anything is OK)



Blank writing area for notes.

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

めも (きもち、おきたこと……なんでもOK)

Notes (Feelings, what happened... anything is OK)

Blank writing area for notes.



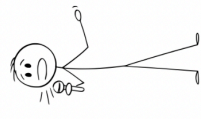
いっしょに
やすむ

Rest with
staff members



ひとりに
なる
→□ぶん かん

Be alone
for □ minutes



つづける

Continue.

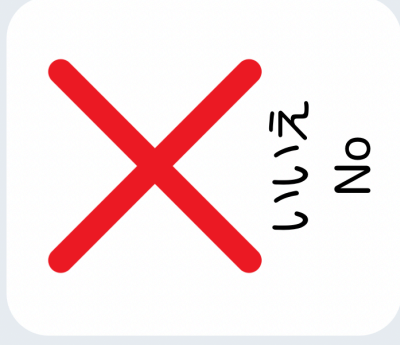
すたつふ ふたり の ちょうし The condition of the two staff members

1 . 2 . 3 . 4 . 5 . 6 . 7 . 8 . 9 . 1 0
1 . 2 . 3 . 3 . 4 . 4 . 5 . 5 . 6 . 6 . 7 . 7 . 8 . 8 . 9 . 1 0

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

ほかの すたっふにも、
こんかい おきたことを つたえても いいですか？

Is it OK if I tell the other staff members
what happened?



ほかの すたっふにも、つたえる りゆう

Why we want to tell the other staff members

①あなたの しょうぎょうを すたっふが しておく、
なにか あったときに すぐ たずけられる からです。

②いやなことを した ひとが、
また おなじことを しないように、
すたっふが きをつけたい からです。



1) If the staff know your situation, they can help you quickly when something happens.

2) So that the person who hurt you do not do the same thing again, the staff want to pay attention.

あなたの なまえ ・ あいての なまえ ・ ちゅうしょうてきな かてごりー ・ ぐたいてきな ないよう
Your name ・ Their name (s) ・ General category ・ Specific details

つたえても いいこと○
What's OK to share



つたえたら だめなこと×
What's not OK to share



1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらおう
2. 話してくれたいことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたいことに、感謝と敬意を伝える

スタッフに送るメッセージは、
送信前に、被害者の方に確認して頂きます。



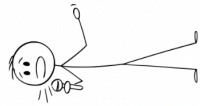
いっしょに
やすむ

Rest with
staff members



ひとりに
なる
→□ふん かん

Be alone
for □ minutes



つづける

Continue.

すたっふ ふたり の ちようし The condition of the two staff members

1 . 2 . 3 . 4 . 5 . 6 . 7 . 8 . 9 . 1 0

1 . 2 . 3 . 4 . 5 . 6 . 7 . 8 . 9 . 1 0

めも (きもち、おきたこと……なんでもOK)

Notes (Feelings, what happened... anything is OK)



あなたに いやなことを した ひと に

すたっふが ちゆうい を しても よい ですか?

Can the staff talk to the person who hurt you?



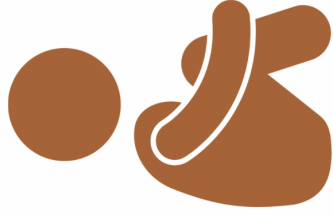
はい



すこし、かんがえる

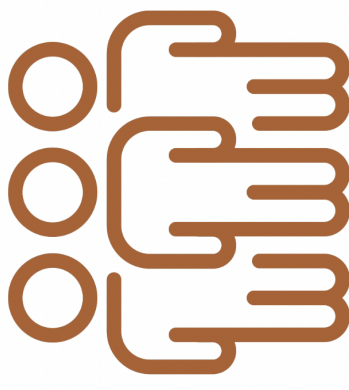


いいえ



ひとり

Alone



スタッフといっしょ

With staff

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらおう

2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない

3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらおう

2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない

3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

あなたの 名まえ ・ ちゅうしようにきな かにごりー ・ ぐたいてきな ないよう
Your name ・ General category ・ Specific details

つたえても いいこと○
What's OK to tell them



つたえたら だめなこと×
What's not OK to tell them



あいてに やくそく してほしい こと

What you want them to promise



もうしない

Don't do it again



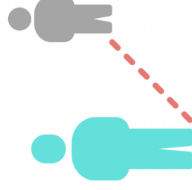
あやまる

Say sorry



ちかづかない

Stay away



かえる

Go home

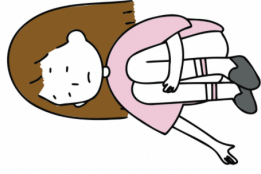


1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える



いえに かえりたい
Want to go home



ここに いたい
Want to stay here



いべんどに もどりたい
Want to go
back to the event

1. 順序だてた説明は求めず、まずは本人が話したいことを話してもらおう
2. 話してくれたことを否定したり、本人を責めたりしない
3. 話してくれたことに、感謝と敬意を伝える

- ストレスによる体調不良が激しい。
- 自分を傷つける衝動が強い

#7119に んんらく