

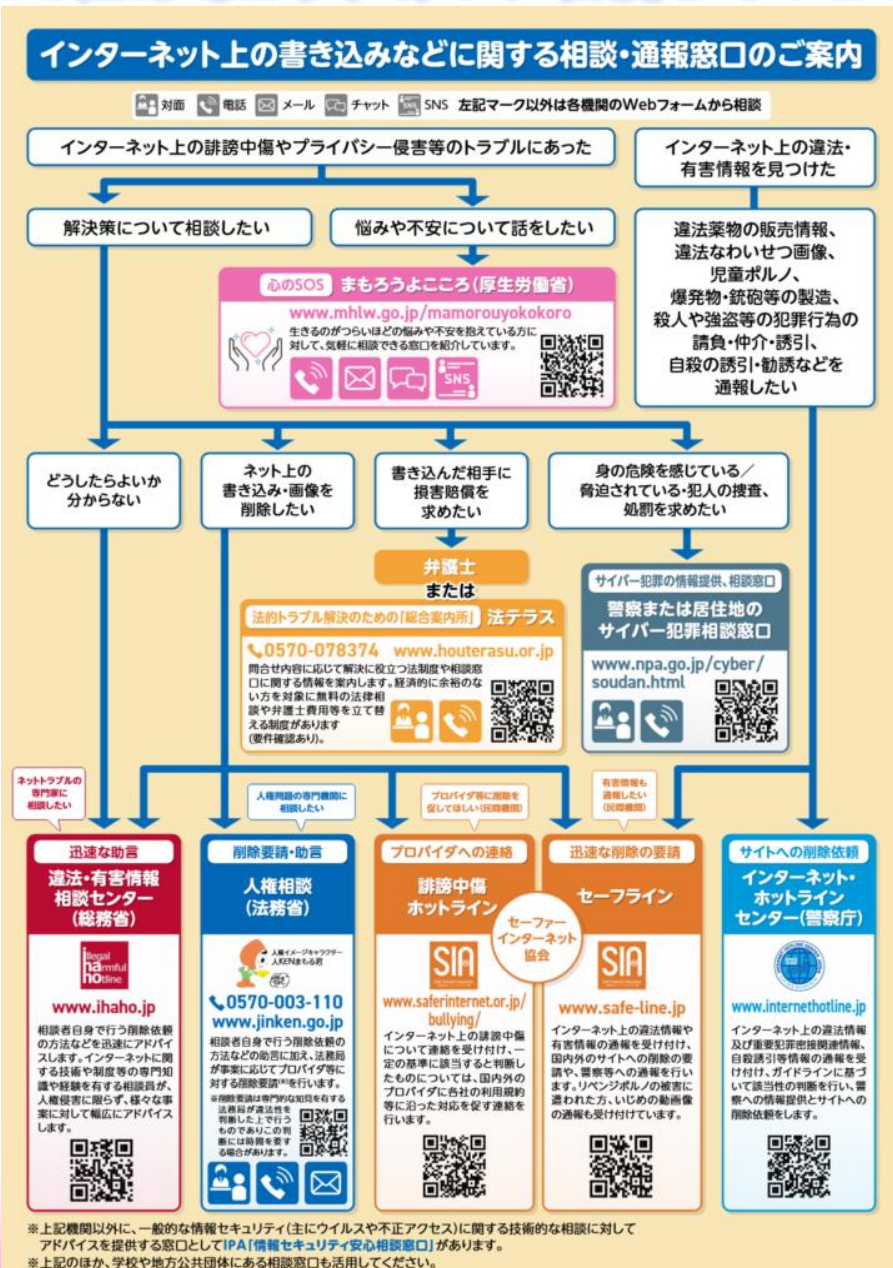


## 辛い気持ちを抱えていませんか

誹謗中傷で傷ついた方へ

辛い気持ちを抱えていませんか？

一人で抱え込まず、誰かに相談してみましょう。



様々な相談・通報窓口があります。

## サイバーセンター公式「X」(旧Twitter)

兵庫県警察サイバーセンターではX (旧Twitter) で、サイバー犯罪やサイバーセキュリティの情報をいち早くお届けしています。

https://x.com/HPP\_c3division





## 大事な人にも言えますか？

### SNS を利用する皆様

その言葉を自分や家族が受けたら  
どう思いますか？

実名でも匿名でもいつもと変わらない  
表現・言葉遣いで書き込みましょう。



誹謗中傷と批判意見は  
違います。

誰が見ても笑顔になれる  
思いやりのある書き込みを。

### サイバーセンター公式「X」(旧Twitter)

兵庫県警察サイバーセンターではX (旧Twitter) で、サイバー犯罪や  
サイバーセキュリティの情報をいち早くお届けしています。

[https://x.com/HPP\\_c3division](https://x.com/HPP_c3division)





## みんな傷つく

SNSを利用する皆様

誤った情報の拡散で傷つく人が  
います。

その情報は真実ですか？

情報の真偽を確かめる習慣を  
つけましょう。

文字を消すことは簡単。

だけど、簡単には消せないもの  
があります・・・



誹謗中傷と批判意見は  
違います。

誰が見ても笑顔になれる

思いやりのある書き込みを。

サイバーセンター公式「X」(旧Twitter)

兵庫県警察サイバーセンターではX (旧Twitter) で、サイバー犯罪や  
サイバーセキュリティの情報をいち早くお届けしています。

[https://x.com/HPP\\_c3division](https://x.com/HPP_c3division)





## 見直してみませんか？

SNS を利用する皆様

これまでの投稿、そしてこれからの投稿について、一度立ち止まって見直してみませんか？

「誰かを傷つけないか・・・」

「勘違いされないか・・・」

「一生残ってもいいのか・・・」

その責任をあなたは負えますか？



誹謗中傷と批判意見は  
違えます。

誰が見ても笑顔になれる  
思いやりのある書き込みを。

サイバーセンター公式「X」(旧Twitter)

兵庫県警察サイバーセンターではX (旧Twitter) で、サイバー犯罪やサイバーセキュリティの情報をいち早くお届けしています。

[https://x.com/HPP\\_c3division](https://x.com/HPP_c3division)





## 兵庫県警察からのお願い

### SNSを利用する皆様

確たる証拠がないのに、推測・憶測で人を傷つけるような書き込みをするのはやめましょう。

たとえ、それが正義感に基づくものであったとしても、**刑事上・民事上の責任が生じる**場合があります。

誹謗中傷と批判意見は  
違います。

誰が見ても笑顔になれる  
思いやりのある書き込みを。



サイバーセンター公式「X」(旧Twitter)

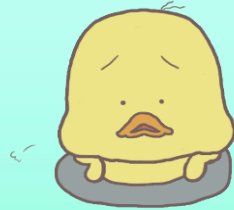
兵庫県警察サイバーセンターではX (旧Twitter) で、サイバー犯罪やサイバーセキュリティの情報をいち早くお届けしています。

[https://x.com/HPP\\_c3division](https://x.com/HPP_c3division)





## あなたは大丈夫？SNSでの誹謗中傷



誹謗中傷するとどうなるの？

SNS上で根拠の無い悪口を投稿すると「名誉毀損罪」や「侮辱罪」などに問われたり、高額な慰謝料を請求されたりすることがあります

他の人の投稿を再投稿で拡散した場合も同じです  
(※ リツイート、リグラム、リポストなど)

有名人やタレントであっても相手の人格を否定または攻撃する投稿や拡散が許されるわけではありません



誹謗中傷を投稿、拡散しないためには？

誹謗中傷と批判意見は違います  
相手の人格を否定または攻撃する言い回しは批判ではなく誹謗中傷です

匿名でも特定されます  
民事上・刑事上の責任を問われる可能性があります

カッと立ったとしても時間を置いて  
一度時間を置いて投稿を見直すような習慣をつけましょう

おもいやり

《引用・抜粋元》政府広報オンライン 2024年5月13日  
詳しくは以下をご覧ください

<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/202011/2.html>



サイバーセンター公式「X」(旧Twitter)

兵庫県警察サイバーセンターではX (旧Twitter) で、サイバー犯罪やサイバーセキュリティの情報をいち早くお届けしています。

[https://x.com/HPP\\_c3division](https://x.com/HPP_c3division)



# インターネット上の書き込みなどに関する相談・通報窓口のご案内

対面 電話 メール チャット SNS SNS 左記マーク以外は各機関のWebフォームから相談

インターネット上の誹謗中傷やプライバシー侵害等のトラブルにあった

インターネット上の違法・有害情報を見つけた

解決策について相談したい

悩みや不安について話をしたい

違法薬物の販売情報、違法なわいせつ画像、児童ポルノ、爆発物・銃砲等の製造、殺人や強盗等の犯罪行為の請負・仲介・誘引、自殺の誘引・勧誘などを通報したい

心のSOS まもろうよこころ (厚生労働省)

[www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro](http://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro)

生きるのがつらいほどの悩みや不安を抱えている方に対して、気軽に相談できる窓口を紹介しています。



どうしたらよいか分からない

ネット上の書き込み・画像を削除したい

書き込んだ相手に損害賠償を求めたい

身の危険を感じている／脅迫されている・犯人の捜査、処罰を求めたい

弁護士  
または

法的トラブル解決のための「総合案内所」 法テラス

☎0570-078374 [www.houterasu.or.jp](http://www.houterasu.or.jp)

問合せ内容に応じて解決に役立つ法制度や相談窓口に関する情報を案内します。経済的に余裕のない方を対象に無料の法律相談や弁護士費用等を立て替える制度があります(要件確認あり)。



サイバー犯罪の情報提供、相談窓口

警察または居住地のサイバー犯罪相談窓口

[www.npa.go.jp/cyber/soudan.html](http://www.npa.go.jp/cyber/soudan.html)



ネットトラブルの専門家に相談したい

人権問題の専門機関に相談したい

プロバイダ等に削除を促してほしい(民間機関)

有害情報も通報したい(民間機関)

迅速な助言

違法・有害情報相談センター(総務省)



[www.ihaho.jp](http://www.ihaho.jp)

相談者自身で行う削除依頼の方法などを迅速にアドバイスします。インターネットに関する技術や制度等の専門知識や経験を有する相談員が、人権侵害に限らず、様々な事案に対して幅広くアドバイスをします。



削除要請・助言

人権相談(法務省)



☎0570-003-110 [www.jinken.go.jp](http://www.jinken.go.jp)

相談者自身で行う削除依頼の方法などの助言に加え、法務局が事案に応じてプロバイダ等に対する削除要請<sup>(※)</sup>を行います。

※削除要請は専門的な知見を有する法務局が違法性を判断した上で行うものでありこの判断には時間を要する場合があります。



プロバイダへの連絡

誹謗中傷ホットライン



[www.saferinternet.or.jp/bullying/](http://www.saferinternet.or.jp/bullying/)

インターネット上の誹謗中傷について連絡を受け付け、一定の基準に該当すると判断したものについては、国内外のプロバイダに各社の利用規約等に沿った対応を促す連絡を行います。



迅速な削除の要請

セーフライン



[www.safe-line.jp](http://www.safe-line.jp)

インターネット上の違法情報や有害情報の通報を受け付け、国内外のサイトへの削除の要請や、警察等への通報を行います。リベンジポルノの被害に遭われた方、いじめの動画像の通報も受け付けています。



サイトへの削除依頼

インターネット・ホットラインセンター(警察庁)



[www.internethotline.jp](http://www.internethotline.jp)

インターネット上の違法情報及び重要犯罪密接関連情報、自殺誘引等情報の通報を受け付け、ガイドラインに基づいて該当性の判断を行い、警察への情報提供とサイトへの削除依頼をします。



※上記機関以外に、一般的な情報セキュリティ(主にウイルスや不正アクセス)に関する技術的な相談に対してアドバイスを提供する窓口としてIPA「情報セキュリティ安心相談窓口」があります。

※上記のほか、学校や地方公共団体にある相談窓口も活用してください。