窃盗防止の10カ条（テキストデータ）

大阪府立砂川厚生福祉センターつばさ

監修：花園大学・橋本和明

# はじめに　　この冊子をお使いのみなさまへ

　平成21年度より「窃盗回避プログラム」の取り組みを始めて、6年が過ぎました。窃盗に関して言えば、プログラムとしての先行例がありませんでした。様々なプログラムを参考にしながら、よく分からないままに内容を模索し、ワークシートを作り上げていくという、本当に手探りのスタートでした。そして、手作りのワークシートで面接に臨んでは、改良を加えるという作業を繰り返してきました。

そんな私たちにとって幸いだったのは、平成26年度までの5年間、花園大学の橋本教授に助言をいただけたことです。橋本教授にご教示いただけたことで、道に迷うことなく実践を続けてこられました。

何年もの間、実践を積み重ねてきましたので、プログラムとして発展し、充実したものになったと自負しています。

だからと言って、このプログラムを実施すれば、窃盗がなくなるといった手ごたえを掴めたわけではありません。今でも、プログラムに手を加えては試行するということを続けています。きっと、この先もずっとこの作業を続けていくのだろうと思っています。

　今回、一つの区切りとして、これまで蓄積してきたものをより簡単に、分かりやすく、そして誰にでも使えて気軽に取り組めるものを目指して、窃盗防止の10ヵ条を作成しました。

　プログラムを通してよく見られた窃盗の傾向を抜き出し、それに対して私たちがどういったアプローチをして支援をしてきたかといったことをお伝えしたいと思いました。

　左側のページは、利用者の方に読んでいただき頭に留めておいてほしいことを、右側のページには支援者の方のご参考になればと、私たちが日々支援に使っているツールやワークシートを掲載いたしました。

　もしこの冊子を手にとっていただき、使えそうなものがあると思っていただければ、本当に嬉しく思います。

大阪府立砂川厚生福祉センターつばさ　窃盗回避プログラムスタッフ一同

## Contents

第１条　　心にロックをかける

第２条　　失いたくないものを持つ

第３条　　悪いパターンにはまらない

第４条　　ガイドヘルパーを見つける

第５条　　ポカンと穴を空けない

第６条　　行動をガラスばりにする

第７条　　あいまいなところをなくす

第８条　　スタートラインを動かさない

第９条　　金は天下の回りもの

第10条　『あなたはご主人さまではない』

# 第１条　　心にロックをかける

・いくらまでお金をつかってよいか、支援者といっしょに確認しましょう。

・クレジットカードやポイントカードを作るときには、必ず支援者に相談しましょう。

・ほしい物には順番をつけて、一つずつ必要な物から買いましょう。

例）Aさんは会社員として働き出してまもなく、自分のクレジットカードを作った。それを利用すると、手持ちにお金がなくてもほしいものが即座に購入できたり、ポイントが貯まるたびに、得をした気分になることが多かった。そのうちに、自分の給与に見合わないような高額な商品を平気で買ってしまったり、コンビニやスーパー、駅などでありとあらゆるものをそのカードで使用した。そうなると、欲しいものがあると我慢せずに衝動的に購入し、いわゆる「財布のひもが緩んでしまう」状態となった。いつしか負債がふくれあがり、カードの使用もできなくなり、日常生活も送れなくなるほど危機に直面することになった。

「レスキューカード」を作ろう！

★自分にとっての「心のロック」を、いつでもどこでも確認できるようにしましょう。

＜たとえば、買い物の場合･･･＞

・カバンはリュックサックにするなど、盗みにくいカバンを持つ

・買い物の前後は、持ち物やお金を支援者といっしょに確認する

・ポケットの大きい服は着ない

・盗みたくなりそうなときは、買い物の日を変える

・盗んでしまったら、正直に話をする

手のひらサイズのカードにまとめてラミネートするといつでもどこでもかんたんに見られるよ！

# 第２条　　失いたくないものを持つ

・信頼できる人や思い出のものなど、大切なもの、失いたくないものをたくさんもちましょう。

・窃盗をすることで大切なものを失ってしまう、ということを意識しましょう。

失いたくないもの（仕事）　→　窃盗してしまうと･･･（クビになる）

失いたくないもの（お金）　→　窃盗してしまうと･･･（罰金をはらう）

失いたくないもの（友達や家族）　→　窃盗してしまうと･･･（信用をなくす、いなくなる）

★窃盗すると、必ず自分が損をします！

失いたくないものがあればあるほど、窃盗をしたい気持ちをがまんできるのではないでしょうか？

# 第３条　　悪いパターンにはまらない

・「悪いパターン」とは、「何らかのきっかけで起こる、悪い行動のくりかえし」です。

・窃盗するきっかけや原因は何かを考えましょう。

・窃盗のきっかけにいたらないようにする方法を考えましょう。

・その方法を実行して、自分の行動が良い結果になるようにしましょう。

例）Bさんは、思いどおりにならないことがあると、イライラや抑うつ感を抱えてしまっていた。そんなとき、買いたい物もないのにスーパーやコンビニなどに行き、チャンスとなれば、自分の気に入った商品に手を伸ばしてしまうことが癖となっていた。

結果として、Bさんは何度か警察に捕まることとなった。それにも関わらず、この悪いパターンに陥ると、またしてもBさんは窃盗に至ってしまい、悪い循環から逃れることができなかった。

自分の気持ちと対処方法～アンガーコントロールトレーニング～

・盗みたくなるときの自分の気持ちについて知りましょう。

・自分の気持ちがわかったら、窃盗ではなく良い方法で解決しましょう。

アンガーコントロールでは、自分の感情やストレスについて学びます。

そして、上手な対処方法を考えます。

# 第４条　　ガイドヘルパーを見つける

・この場合の「ガイドヘルパー」とは、自分のそばで、相談にのったり、アドバイスしてくれたりする人のことです。

・良い行動をしているか、悪い行動をしていないか、その人といっしょに確認しましょう。

・悪い誘いがあったときは、すぐに断るか、ガイドヘルパーに相談しましょう。

ＳＳＴで練習しよう！

＊上手に相談できなかったり、悪い誘いをうまく断れなかったりすることが、盗みにつながってしまうことがあります。

＊上のイラストのように、相談したり断ったりするロールプレイを、場面やセリフ、動作を決めて、SST（ソーシャル・スキル・トレーニング）を使って練習しましょう。

# 第５条　　ポカンと穴を空けない

・「時間の穴」をうめましょう。ヒマな時間(じかん)を作(つく)らないようにしましょう。

・「心の穴」をうめましょう。「さびしい」「むなしい」という気持ちの解消方法を考えましょう。

・趣味やまわりの人とのつながりを大切にしましょう。

Q１.「時間の穴」があるとき・・・この行動は○？×？

・道端においてある自転車を盗んで出かける

・音楽をきいたり、テレビを見たりする

・家族の財布からお金をぬきとって、買い物やパチンコに行く

・用もないのに、スーパーをぶらぶらする

・他の人の部屋や家に勝手に入る

Q２.「心の穴」があるとき・・・この行動は○？×？

・物をこわしたり、ほかの人にやつあたりする

・友達や支援者に相談する

・物を盗んでスッキリする

・大切な人の写真や思い出の品を見る

・お金がなくなるまで買い物をする

# 第６条　　行動をガラスばりにする

・自分がいつどこで何をしているのか、他の人にも知っておいてもらいましょう。

・うそをついたりごまかしたりせず、正直に話しましょう。

・買い物のときは、何を買うのか報告しましょう。また、決めた物以外は買わないようにしましょう。

「正直」であることが大切！！

＊うそをつくと、まわりの信用を失い、うたがわれるようになります。

また、バレるのではないかとビクビクしたり、ごまかせなくなり自分がしんどくなります。

＊正直に言うほうが、まわりから信用され、自分の気持ちもスッキリします。

# 第７条　　あいまいなところをなくす

・「ちょっとぐらい盗ってもいいかな・・・」という＜気持ちのあいまいさ＞をなくしましょう。

「絶対に盗まない！」と決意しましょう。

・自分の物と、他人の物の＜区別のあいまいさ＞をなくしましょう。

自分の物以外の物はさわらないでおきましょう。

・「別にいいか」「○○しちゃえ」と都合のいい考えはやめましょう。

＜ルールのあいまいさ＞をなくし、わからないことは確認しましょう。

Q.　以下の物は、どんなときに使ったり持っていたりしてよいでしょうか？

　　いつでもよい？貸し借りしたとき？お金を払ったとき？どんなときでもダメ？

・他人のお金

・図書館の本

・自分のコップ

・お店に売っているお菓子

・道に落ちていた本

・机においてあっただれかの鉛筆

・他人の服

・作業所に置いてあった飲み物

・本屋に売っている本

・道におきっぱなしの自転車

自分が使ってよい物が何か、はっきりわかるようにしましょう！

# 第８条　　スタートラインを動かさない

・ルールや約束を都合よく変えてはいけません。

・「こうしよう！」と決めたことを先のばししないようにしましょう。

・時々スタートラインと目標を確認し、自分の行動をふりかえりましょう。

スターチャートをつかってみましょう！

・よい行動が多いほど、その分ごほうびがある、というしくみです。

　ルールを確認して、毎日守ることができれば、お楽しみがまっています。

★ルールや約束を守るのは大変なこともありますが、がんばった分だけ、自分によいこと・得なことが返ってきます！

★ルールは毎日確認、毎日守ることが大切です。

　「１日くらい、いいや･･･」なんて考えはNGです！！

# 第９条　　金は天下の回りもの

・自分のお金で必要な物を買うことは、ムダづかいでも損でもありません。

・お金を盗むと、それよりももっとお金を損したり、大切なものを失うことになります。

窃盗は犯罪！　～刑法について～

■刑法第２３５条

万引・ひったくりなど、人の物や店の物をとると、長いと１０年間刑務所に入るか、最大５０万円の罰金です。

■刑法第２３６条

人をおどしたり傷つけて人の物を盗った場合は、5年以上刑務所に入ることになります。

■刑法第２４６条

人をだましてお金や物を手に入れた場合は一番長いと10年間刑務所に入ることになります。

【窃盗しちゃう人あるある！まちがった考え方と行動】

・自分のお金を使うのがもったいないから、ほしいものは盗む

・お金をもっているけど、自分の楽しみに使いたいので、日用品は盗む

・お金がなくなりそうなので、お金を盗む

・他人の物を盗んで売る

・他の人もやっていると思うので、自分も盗んでよいと思う

・盗んでも返せばよいと思う

・仕返しのためなら、盗んでもよい。相手のほうが悪いと思う

・盗むことは、たいして悪いことではないと思う

★少しでも「あてはまるな･･･」と思う人は、お金や買い物についての考え方や行動を正しく勉強しなおしましょう。

# 第10条　『あなたはご主人さまではない』

・盗んだ物はあなたの物ですか？　いいえ、ちがいます！

・自分の物とそうでない物との間には、見えない壁があります。その壁を勝手にのりこえてはいけません。

・盗まれた「人」は怒りや悲しみを感じています。盗まれた人の気持ちを考えましょう。

人の気持ちは目に見えませんが、被害にあった人の心には傷が残ります。

これ以上あなたの盗みの被害者を出さないでください。

【被害者の気持ちを考えましょう】

被害者とは・・・

ひどい悪口を言われて傷つけられた人

自分のお金や物を盗まれたり壊された人

万引きをされたお店の人

暴力をされた人

性的な暴力をされた人…　などです。

・盗まれた人、万引きされたお店の人はどんな気持ちでしょうか？

・あなたの家族や友人はどんな気持ちでしょうか？

・あなたが自分の物を盗まれたら、どんな気持ちでしょうか？

# 「自分にはどのルールがあてはまるの？」窃盗防止の10カ条・セルフチェック！

下の項目を見て、□にチェックしてみましょう。

□　お金をもつとすぐ使いきってしまう。

□　買い物すると、財布の中身がほとんどなくなってしまう。

□　ほしい物をがまんすることができずに買ってしまうことがある。

□　よく衝動買いする。

□　買い物のとき、買おうとしていた物以外の物を買ってしまうことがよくある。

□　はまっているものにどうしてもお金をつぎこんでしまう。

□　いらないと思って手ばなした物と同じ物をまた買ってしまう。

チェックが４つ以上あてはまる人は…

第１条「心にロックをかける」

第３条「悪いパターンにはまらない」

第９条「金は天下の回りもの」

をチェック！

□　人のよくないところがどうしても気になる。

□　ほしい物があると、毎日そのことを考える。

□　自分のまわりに物がたくさんあるとおちつく。

□　盗んででも手に入れたいと思ったことがある。

□　人に指摘してしまうことが多い。

□　たくさん物を買うとおちつく。

□　必要ではない物が捨てられない。

□　人の物を見てうらやましいと思う。

チェックが５つ以上あてはまる人は…

第２条「失いたくないものを持つ」

第4条「ガイドヘルパーを見つける」

第５条「ポカンと穴を空けない」

をチェック！

□　よく物をあげる。

□　よくおごる。

□　よく物を貸す。

□　よく物を借りる。

□　よく物をもらう。

チェックが３つ以上あてはまる人は…

第６条「行動をガラス張りにする」

第８条「スタートラインを動かさない」

第10条『あなたはご主人さまではない』

をチェック！

□　ストレスがよくわからない。

□　相談の仕方がわからない。

□　人に指摘されて腹が立つことがたくさんある。

□　買った物を後悔することがたくさんある。

□　知らない場所に行ったときに、そこに入ってもいいかどうか考えない。

□　人にものをたのまれると断れない。

この項目に４つ以上あてはまる人は…

第3条「悪いパターンにはまらない」

第４条「ガイドヘルパーを見つける」

第７条「あいまいなところをなくす」

をチェック！

# おわりに

　平成２２年から５年間，砂川厚生福祉センターが手がけている「窃盗回避プログラム」のスーパーバイザーをさせていただきました。そこでは，生きにくさをかかえた利用者さんが少しでも社会生活を円滑にするために，どのような支援が望ましいのかを検討してきました。いろいろなプログラムを提案し，実践を経ながら再び改良するという地道なプロセスを繰り返してきました。そのなかで生まれたのが「窃盗防止の１０カ条」です。

　利用者さんのなかには，自分の欲求をコントロールしにくかったり，先の見通しが持てなかったり，自分の持ち物と人の持ち物の意識があいまいであったり，等のさまざまな理由から窃盗をしてしまう人がおられます。何度も警察のお世話になりながらも同じ失敗を繰り返す人も珍しくありません。そこで，つばさでは，そんな利用者さんの問題がどこに潜んでいるのかを毎日の生活を観察したり，日常的な会話を通じて明らかにしていきます。また，「窃盗回避プログラム」を実施しながら，その効果がどれほどあったかをやはり彼らの生活のなかで検証していきます。つまり，プログラムだけが浮き上がるのではなく，生活とプログラムを連動させながら行動の改善を図っていくのがここの大きな特徴と言えます。そんな職員と利用者さんのやり取りから自然と出てきたのが，窃盗防止のための言葉なのです。その一つ一つに利用者さんの決意や工夫がちりばめられ，職員の願いや期待が感じられると思います。これは，利用者さんと職員の“合い言葉”と言っても過言ではないでしょう。

　今回はそれを「窃盗防止の１０カ条」としてまとめ，冊子にすることにしました。利用者さんはこの中から自分の問題にぴったりする言葉を選び，それを日常生活にも取り入れるように勧めています。なかにはここにない言葉を自ら創り出して新たな条文にされる人もいます。そうすることで利用者さんが自分の心にブレーキをかけ，窃盗をせずに暮らしていけるというのが最終ゴールです。人の物を盗むということは人との信頼関係を失うことでもありますが，利用者さんと職員の“合い言葉”として生まれたこの「窃盗防止の１０カ条」が多くの人との信頼を勝ち取るための“合い言葉”になることを願っています。

花園大学

橋　本　和　明