

「これってデートDVかも？」
と思ったら・・・

自分が被害にあっているとき

- ・ひとりで悩まずに、相談しましょう。
- ・「自分が悪いから」などと自分を責めないで！
どんな理由があっても暴力は許されません。

友達から相談を受けたとき

- ・よく話を聞いてあげることが、友達の支えになります。
- ・「あなたが悪いんじゃないよ」というメッセージを伝えてください。
- ・「愛されてるからよ」「好きなら我慢したら」と暴力を認めるようなことは言わないで！
- ・相談窓口があることも教えてあげてください。

すてきな関係をつくるために

暴力を認めない

どんな事情があったとしても、暴力をふるっていいという理由にはなりませんし、決して許されることではありません。暴力によらない解決方法があるはずです。

自分のことを大切にす

暴力をふるわれてもいい人など一人もいません。いやなことには「NO」ということができるのです。自分の気持ち、自分の体を大切にしましょう。

相手のことも大切にす

相手が自分と異なる意見や考えを持っていたとしても、まずはそういった違いがあるということを認めて受け入れましょう。そして、自分はどう思うのか言葉で伝えましょう。

☆相談するところから 解決の一步が始まります

☆一人で悩まずに 信頼できる人や
専門機関に相談しましょう

相談窓口

下記のほか、お住まいの市町村や警察でも相談できます

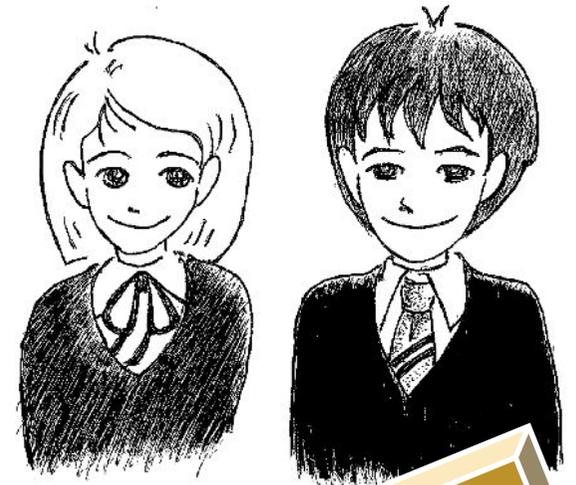
女性のための相談支援センター(福島市) TEL 024-522-1010 9:00~21:00(祝日・年末年始を除く)
県北保健福祉事務所(福島市) TEL 024-534-4118 8:30~17:15(土日・祝日・年末年始を除く)
県中保健福祉事務所(須賀川市) TEL 0248-75-7809 8:30~17:15(土日・祝日・年末年始を除く)
県南保健福祉事務所(白河市) TEL 0248-22-5647 8:30~17:15(土日・祝日・年末年始を除く)
会津保健福祉事務所(会津若松市) TEL 0242-29-5278 8:30~17:15(土日・祝日・年末年始を除く)
南会津保健福祉事務所(南会津町) TEL 0241-63-0305 8:30~17:15(土日・祝日・年末年始を除く)
相双保健福祉事務所(南相馬市) TEL 0244-26-1134 8:30~17:15(土日・祝日・年末年始を除く)
男女共生センター(二本松市) TEL 0243-23-8320 (月曜日(祝日の場合はその翌日)・年末年始を除く) 火、木~日曜日 9:00~12:00, 13:00~16:00 水曜日 13:00~17:00, 18:00~20:00

福島市福祉事務所 TEL 024-525-3780 9:00~16:00(土日・祝日・年末年始を除く)
福島市男女共同参画センター ウィズ・もとまち TEL 024-522-1520 9:00~16:00(月・水・金曜日)
郡山市子ども家庭相談センター TEL 024-924-3341 8:30~18:00(第3土曜日とその翌日・年末年始を除く)
会津若松市福祉事務所 女性福祉相談室 TEL 0242-32-4470 8:30~17:00(土日・祝日・年末年始を除く)
喜多方市福祉事務所 TEL 0241-24-5229 8:30~17:00(土日・祝日・年末年始を除く)
いわき市内郷・好間・三和地区保健福祉センター TEL 0246-27-8612 8:30~17:15(土日・祝日・年末年始を除く)
いわき市小名浜地区保健福祉センター TEL 0246-54-2521 8:30~17:15(土日・祝日・年末年始を除く)

相談無料, 秘密は守られます。安心して相談を!

デートDV

知っていますか?



愛と束縛を勘違いして
いませんか?

福島県

交際相手のことは、好きなんだけど・・・
ふたりの間にこんなことはありませんか？

- ・好きなら、気がすすまないことでもするべきだと思う
- ・相手が自分の言うことを聞かないと怒る
- ・ふたりのことでも、相談なく勝手に決める

これらはデートDV（交際相手との間に起こる暴力）です

束縛や支配は愛ではありません。暴力です。暴力は、犯罪にもつながる重大な人権侵害です。暴力にはいろいろな暴力があります。

- 気に入らないことがあると、殴ったり蹴ったり髪をひっぱったりする

◆身体的暴力

殴ったり、蹴ったりするなど身体に対する暴力を行うもの

- 「バカ」「デブ」など傷つくことを言う
- 腹が立つと、大声を出したり物を壊したりして相手を怖がらせる
- 別れるなら自殺するなどと言う

◆精神的暴力

心ない言動等により相手を傷つけるもの

- 携帯電話をチェックして、他の人のアドレスを消すよう命令したり、勝手に消したりする
- 電話にでなかったり、メールにすぐに返信しないと不機嫌になる
- 他の人と仲良くしていると責める
- 相手の行き先や服装などを指示する

◆社会的暴力

社会生活をする上での人間関係や行動を制限するもの

- お金や高価なプレゼントを要求する
- お金を貸しても返してくれない
- カードを作らせ借金を負わせる

◆経済的暴力

金銭的な負担を強要するもの

- 気が進まないのに不機嫌になられるのが怖くてセックスを断れない
- 大丈夫と言って避妊に協力しない
- ポルノビデオや雑誌などを無理に見せる
- いやな写真を撮り、言うことをきかないと公開すると言う

◆性的暴力

性行為の強要、避妊に協力しないといったもの

なぜデートDVが起こるのか？

デートDVは、相手を自分の思いどおりに支配（コントロール）しようとすることで起こります。

「愛しているから暴力をふるってもいい」とか「束縛することが愛」と間違った思いこみをしていませんか？



感情のコントロールができず、暴力をふるう。

バクハツ期

暴力のサイクル

イライラ期

ラフラフ期

ちょっとしたことで機嫌が悪くなる。緊張感が増す。

別人のように優しくなり、もうしないと約束したりする。

暴力は繰り返しながらエスカレートしていきます

デートDVを受けていると…

- ・元気がなくなる
- ・笑わなくなる
- ・眠れなくなる
- ・イヤなできごとを急に思い出して苦しくなったり涙がでたりする
- ・自分のせいでイヤなことおきたと思う・自分さえ我慢すればと思う・自信がなくなる
- ・死にたいと思う

☆暴力は被害者のせいではありません！