



# 大切にしたい 自分も相手も

デートDVを知っていますか？



## つきあっているなら当たり前？ 自分に近い考えを選んでみて 恋人からの連絡には即レスする？

- ①即レスするし、相手もしてほしい。返事がないと心配。  
他の事を優先するのは耐えられない。
- ②相手からは、即レスがあるし、返事しないといけない。  
返事が遅れると、何してるの？大丈夫？っと送られてくるし。  
いやだなと思うのは恋人失格かな。
- ③どっちもおかしくない？

詳しい解説は5ページで確認してね。



# デートDVは交際相手の間で 起こる暴力です

DV(ドメスティック・バイオレンス)は、配偶者やパートナーなど親しい間柄で起こる暴力のことです。その中でも、交際中の男女間で起こる暴力は「デートDV」と呼ばれています。自分の周りでこんなことが起きていないか考えてみませんか?



## 身体的な暴力

手や物で叩く、殴る、蹴る、髪を引っばる、物を投げつけるなど

## 精神的な暴力

無視する、馬鹿にする、大声で怒鳴る、大事にしている物を壊す。「別れるなら自殺する」といっておどすなど



## 経済的な暴力

デート代をいつも払わせる、借りたお金を返さない、無理やり物を買わせるなど

## 性的な暴力

性行為を強要する、避妊に協力しない、いやらしい雑誌やビデオを無理やり見せる、嫌がっているのに裸の写真を撮るなど

## 社会的な暴力

アドレスを勝手に削除する、交友関係を制限する、電話やSNSを細かくチェックするなど

これらはすべて暴力なんだね。どのような暴力であっても暴力をふるうことはゆるされないよ。好きだからいつも一緒にいたい、相手のことを知りたいって気持ちはあるけど、過剰な束縛や、相手を自分の思いどおりにしようとするのはDVになるんだよね。



## 暴力のサイクル

DVを行った後、優しくなるなど、暴力にはサイクルがあり、簡単には抜け出せません。サイクルが繰り返されるうちに暴力が激しくなり、逃げる機会や気力を奪われてしまいます。



## 2 「分からない」に答えます



### Q.デートDVってそんなにあることなの？

交際相手がいた(いる)20代・30代のうち、女性の4人に1人、男性の7人に1人が交際相手からDV被害を受けています。

(令和3年 内閣府調査)

### Q.友達からデートDVの相談をされた。どうしたらいい？

友達の話時間をかけてゆっくり聞き、友達を責めたり、批判しない。「あなたは悪くない」とはっきりいう。

NG  
ワード

「愛されている証拠」「よくある話」  
「あなたにも悪いところがあるんじゃないの」



## 3 もしかしたら、デートDV？



相手の事が「怖い」、会うのがつらい、自分の思っていることを言えない、逆に自分の意見を押し付けたり、2人の関係が対等でなくなっているなら、どこかおかしいのかもしれませんが。あなたはデートDVを受けたり、していないかな。チェックしてみましょう！

### 気づかずに暴力を受けていませんか？

- 傷つく言い方をされる。
- スマホのチェックや異性のアドレス消去。
- 相手を優しいと感じるときと、恐いと感じるときが極端。
- 相手の怒る理由を自分のせいにされる。
- いつでも連絡、どこに誰といるかチェックされる。
- 同意なしの性行為。



### 暴力的な態度っていませんか？

- 自分の意見に従わないと怒る。
- 腹を立てたとき大声を出したり物に当たる。
- 自分以外の人も仲良くすると腹がたってせめる。
- 行動、服装指示は相手のためにしている。
- つき合っていれば自分の言うことを聞くべき。
- 好きなら嫌なことでも応じるべき。

いつでもチェック  
がついたら、  
デートDVの  
可能性あり！

### 表紙の解説

#### ①を選んだあなたは？

恋人にたいして不満やイライラがたまっていませんか？  
もしかしたら、暴力的な行動をとっているかも。

#### ②を選んだあなたは？

自分の気持ちを言えずに、相手の言いなりになっていませんか？  
暴力的な行動を受けていることに気づけていない可能性も。

#### ③を選んだあなたは？

いいねその調子。恋人と良い関係をつくりたいですね。

上の表で、  
さらに詳しく  
チェックして  
みよう！



### Q.友達がデートDVをしているようだ。どうしたらいい？

- ・どんな理由があろうとも暴力を認めない。
- ・暴力はだめだということを、はっきり伝える。
- ・友達の話聞いて、暴力以外の解決方法を一緒に考えよう。

# 4

## ステキな関係になるために



### 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。暴力によらない解決方法があるはずですよ。どのような暴力であっても、暴力をふるうことは決して許されるものではありません。



### 相手のことも大切にすろ

相手への思いやりの心、相手を大切にすろ心、相手を大切にすろ心を常に持つことも大事です。相手の話に耳を傾けましょう。自分の意見や考えを相手に押し付けず、異なる意見や考えがあることを認め、受け入れましょう。そして、自分はどう思っているのか、相手に言葉で伝えましょう。

### 自分のことを大切にすろ

暴力をふるわれたとしてもいい人など一人もいません。でも、自分を大切にすろ気持ちを持っていないと、暴力をふるわれたとき、相手に対してははっきりと「NO」の意志表示をすることが難しくなります。自分の気持ち、自分の体を大切にすろ気持ちを持ちましょう。



会えなくてさみしいというのと、どうして会ってくれないんだというのは違うよね。相手を責める言葉ではなく自分の思いを伝えることが大切だね。



### リベンジポルノ被害が起こってます。

2人だけの秘密のはずの、下着姿や裸の写真。その秘密がずっと守られる保証はありません。別れたいと言ったら、ネットにアップするって脅されたり、別れた後に秘密の写真を公開されたりすることも。



### 気を付けて甘いワナ

- JKビジネス  
高収入アルバイトに応募したら、性行為を要求された。
- AV出演被害  
モデルにスカウトされ、契約したらアダルトビデオ契約で、断れない状況だった。
- レイプドラッグ  
飲み物を飲んだら、急に眠くなり、気を失い、レイプ被害に。





# 悩んでいたら、気軽に相談を



 **下関市婦人相談窓口 083-231-1156**

●月曜日～金曜日 9:00～16:00 (市役所開庁日)

 **山口県男女共同参画相談センター 083-901-1122**

**DVホットライン(緊急用) 0120-238122**

●月曜日～金曜日 8:30～22:00

●土曜日・日曜日 9:00～18:00

 **レディースサポート110(山口県警察)0120-378387**

**24時間対応**

**083-932-7830**

 **やまぐち性暴力相談ダイヤルあさがお 083-902-0889**

**24時間対応**

 **DV相談ナビ #8008**

 **性犯罪・性暴力被害者のための  
ワンストップ支援センター #8891**

秘密は守られるよ。  
抱え込まずに相談するのもいいよ。  
友達が悩んでいたら教えてあげてね。



発行/下関市市民部人権・男女共同参画課  
〒750-8521 下関市南部町1番1号  
TEL083-231-7513 FAX083-231-1437

