

デートDV

ってなに？

あなたの心と体を
守るために



好きな人とおつきあいは
とてもステキなこと。

でも、それを「つらい」とか「怖い」と
感じたことはありませんか？

例えば… 友達の連絡先を消された
イヤと言ったら殴られた
他の友達と遊べなくなった



これって、なんだかおかしいと思いませんか？
好きだからといって、彼女・彼を
自分の思いどおりにすることは間違っています。

デートDVってなに？

DVとは、相手を思いどおりにする
(支配する)ことを目的に、
親密な間柄の相手から振るわれる
さまざまな暴力のことを言います。
恋人同士の間で起こる同様な
暴力を「デートDV」と言います。



DV(ドメスティック・バイオレンス)は、
直訳すると「家庭内の暴力」となりますが、
ここでは結婚している相手や生活の本拠を共にする交際相手など
親密な関係にある人から振るわれる暴力をさしています。

どんなことが暴力になるの？

デートDVでみられる暴力を大きく4つに分けてみました。
どんなことが暴力になるのでしょうか？

体に対する暴力 (身体的暴力)

- ・殴る、蹴る、噛む
- ・腕をつかむ、首をしめる
- ・相手に向かって物を投げつける
- ・髪をつかんで振り回す

など



心に対する暴力 (精神的暴力)

- ・「バカ」「ブサイク」など、イヤな呼び方をする
- ・突然不機嫌になり、無視をする
- ・どなったり、「殴る」とおどす
- ・スマホをチェックする
- ・連絡先を消させる
- ・行動をいちいち報告させる
- ・服装や髪形をこまかくチェックする
- ・怒ったり、優しくしたりを繰り返す

など

お金に関する暴力 (経済的暴力)

- ・貸したお金を返さない
- ・デートの時にいつもお金を払わせる

など

性的暴力

- ・無理やり性行為をする
- ・避妊に協力しない

など

相手の心や体を傷つける行為はすべて暴力です

デートDVは身近な問題です！

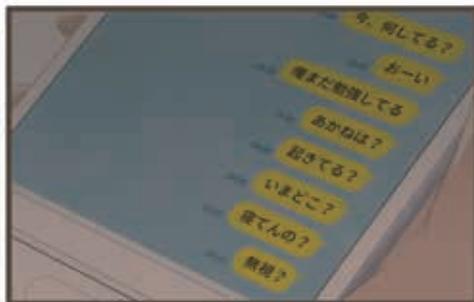
石川県が行った「男女共同参画に関する県民意識調査」(令和6年度)で、交際相手から暴力を受けたことがあるかについて聞いたところ、女性は23.0%、男性は13.0%が「あった」と答えています。

女性
23.0%

男性
13.0%

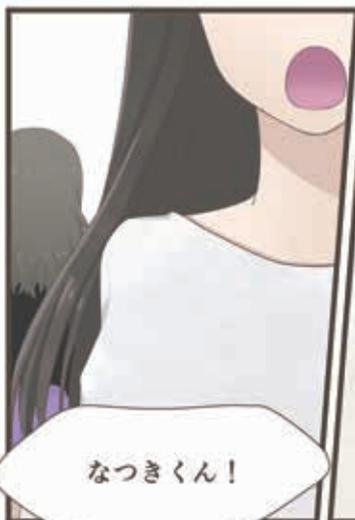
あなたのまわりで
こんなことは
起こってないかな？

CASE 1





CASE 2



なつきくん!



今の子だれ!?

同級生だよ
今偶然会って...



だからって
仲良く話さないじゃない!!



同級生なんだから当然だろ...?



CASE 3





親が旅行中でさ
今、自分ひとりなんだ



あー…

う、うん…



ほんとに!?



…嫌われたくない



家、こっちなんだ

いこう!



初デートなのに
家でふたりきりなんて…

いやだけど

そんなこと言ったら
嫌われちゃうかな…

これってDV? それとも恋愛?

二人の関係を考えてみよう

CASE 1



彼の気持ち

つきあってるんだから、俺が連絡したらすぐ返信するのが当たり前だ。彼女が口答えるから、むかついた。

何もそんなことでどなって殴らなくて...でも殴られたのは自分が悪かったから?彼の言うことをきかなきゃ、また殴られそうでこわい...



彼女の気持ち

NG

相手が自分の思いどおりにならなかったときに、力や態度で一方的に自分の考えを相手に押しつけようとするのはいけないことであり、どんな事情があったとしても暴力をふるってはいけません。

CASE 2

彼女の気持ち



好きな人には私のことだけ見てほしい。彼がよそ見るなんて絶対にいや!他の女の子と話すなんて許せない!

僕がだれと話をしたって、それは僕の自由だと思うけど...でも、相手のことが好きなら相手に合わせて、自分は我慢しなくちゃいけないのかな...



彼の気持ち

NG

人を好きになったら、その人のことが気になるのは自然なことです。でも、気になるからといって、相手の行動を監視したり制限したりするのはいけないことです。なぜなら、相手はひとりの「人間」として自由に物事を考え、決めることができるからです。交際しているからといって、その自由を奪うようなことをしてはいけません。

CASE 3



彼の気持ち

好きな人とふたりきりで過ごしたいなあ。彼女は何も言わないので、きっと自分と同じ気持ちだと思う。

つきあい始めたばかりだし、ふたりきりになるのはまだちょっと抵抗がある。本当はいやだけど、いやだと言ったら「僕のこと好きじゃないのか」って嫌われてしまうかも...。そう思うと、こわくて言えない。

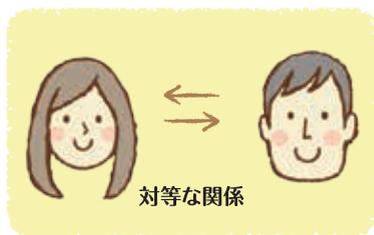


彼女の気持ち

NG

交際している相手に気に入られたいと思うのは自然なことです。でもそのために、「自分」の気持ちを我慢して相手のいいなりになる必要はありません。なぜなら、あなたはひとりの「人間」として自分のことは自分で決めることができるからです。あなたがいやだと思うことを受け入れる必要はありません。

DVが起こる背景 力(パワー)と支配(コントロール)



二人の関係が対等でなくなると暴力が起こりやすくなる

人が二人いると、どちらかの「力」が強くなりがちです。でも、いつもどちらか一方が「力」を持ち、「力」を持っていない方が、自分の意見や気持ちを抑えつけて、怖い気持ちを感じたり、びくびくしたりするようになると、二人の関係は対等でなくなり「支配」につながっていくのです。

このように「力」のバランスが崩れると、そこにいろいろな暴力が生まれてくる可能性が高くなります。

対等な関係をつくるために



男らしさ?

たくましい?

弱音をはかない?

家族を養う?

男は女をリードする?



女らしさ?

ひかえめ?

おしゃべりが好き?

家事は女の仕事?

素直で従順?

かたよった「らしさ」を強く意識したまま交際を始めると「男性は女性をリードするもの」、「女性は控えめにして男性の言うことを聞いていればよい」等といった考え方にとらわれてしまう恐れがあります。

このような場合、二人の関係が次第に「対等」ではなくなり、「上下・主従」の関係を生むことにつながる恐れがあります。

「男らしさ」「女らしさ」にとらわれずに「自分らしさ」を大切に
お互いの個性や能力を認め合うことが大切です

被害者になっていませんか？

彼氏／彼女ができたときにチェックしてみてください



- あなたのことを「バカ」とか「ブサイク」とか、あなたがイヤだと思ふ言葉で呼びますか
- あなたが他の用事で会えなかつたりすると、自分を最優先にしないといつてふてくされたりしますか
- しょっちゅう電話してきたり、あなたがどこで誰と会っているかひどく気にして友達との付き合いに口を出しますか
- あなたのスマートフォンをチェックして異性の友達の連絡先などを消せと言ったりしますか
- あなたは彼(彼女)を怖いと思ふ時がありますか
- 彼(彼女)はとてもやさしかったり、すごく意地悪だったりしますか
(二重人格みたいに感じる)
- ケンカしたとき、怒らせるのはあなたが悪いなどあなたのせいだと言って責めますか
- 「俺(私)のこと好きなら、いいよね」と、あなたの気の進まないことをさせようとしていますか

CHECK

チェックがついたら要注意!



暴力を振るわれるのは、自分のせいだと思いませんか？

そんなことはありません。暴力は振るう方が悪いのです。

暴力を受けて当然の人間はひとりもいません。

あなたは決して悪くないのです。

暴力は愛情を示す方法ではないのです。

イヤなことはNO!と言ってもいいんです。

何もかもを相手に合わせる必要はありません。



かけがえのない自分を大切にしましょう。

デートDVの被害が続くと、心はいつも不安で、おびえています。
その不安から心と体にこのような変化が出てきます。

心に起こること

- 学校に行くなどの外出が怖くなる
- イヤな出来事を突然思い出してつらくなる
- 自分が存在しないような感じがする
- 友達と遊んでいても楽しめない
- 自分は生きている価値がないと思う
- ひとりぼっちだと感じる
- 自分を責めてばかりいる
- ちょっとした物音や人影に驚く
- 何もする気がおきない

体に起こること

- すり傷、切り傷、ねんざ、骨折など怪我をする
- 吐き気がしたり、頭痛がしたりする
- 拒食や過食になる
- 過換気症候群(過呼吸)を起こす
- よく眠れなかったり、起きられなかったりする
- 下痢や便秘をくり返す
- 生理が不順になったり、しばらくなかったりする
- 妊娠したり、性感染症になったりする可能性がある(性的暴力の場合)

もし自分が被害にあったら

- ・あなたは決して悪くありません
- ・別れに同意はいりません
- ・ひとりで抱え込まないことが大切です
 - ・先生や専門の相談機関に相談しましょう

もし友達から相談されたら

- ・自分の意見を押しつけず ゆっくり話を聞きましょう
- ・友達と一緒に、信頼できる大人に相談しましょう
(自分たちだけで問題を解決しよう) とするのは危険です

もし友達が誰かに デートDVをしていたら

- ・暴力は決して許されないことを伝えましょう
- ・暴力は、ふるう本人が決心すればやめることができます
 - ・先生や専門の相談機関に相談することをすすめましょう

もし家の中でDVが起きていたら

- ・保護者等にDVがあってもそれは大人の責任であってあなたに責任はありません
- ・保護者等にDVがあってもあなたは暴力のない生き方を選ぶことができます



よりよい人間関係とは

暴力を認めない

どんな事情があっても暴力は許されません
暴力は相手の心と体を傷つけます
暴力では問題は解決しません

自分のことを大切に

あなたはかけがえのない存在です
暴力をふるわれていい人などひとりもいません
いやなことには「NO」と言うことができます

相手のことも大切に

相手の意見や気持ちをきちんと聞きましょう
自分のことを大切にする気持ちと同じように
相手を大切にする心をもちましょう
自分と相手の違いを受け入れましょう

性暴力被害にあわれた方を支援するための相談窓口があります
誰にも相談できずに悩んでいませんか

パープルサポートいしかわにご相談ください

同意のない 対等でない 強要された 性的な行為はすべて性暴力です

性暴力とは

たとえ相手がよく知っている人でも 知らない人でも
どこで起こったとしても
本人が望まない性的な行為は
人権と尊厳を傷つける暴力です

被害を受けた方は何も悪くありません

パープルサポートいしかわ にできること

- 相談** 電話や面談、メールにて相談をお受けします
- 心理的な支援** 心に受けた傷のケアのためカウンセリングを行います
- 支援のコーディネート** 関係機関との連絡調整を行います
相談員が付き添い、同じことを何度も説明しなくてすむよう支援します
気持ちに寄り添い、これからのことを一緒に考えていきます

電話相談

はやくつたご
(全国共通短縮番号) **#8891**
(通話料無料)

または
はやくここへ
076-223-8955

相談
受付

月曜日から金曜日
8:30~17:15
※祝日・年末年始を除く

ただし、緊急医療などの緊急を要するご相談は
24時間365日対応しています

メール相談

purplesupport.8955@pref.ishikawa.lg.jp

ホームページからアクセスして
相談フォームへ入力してください



パープルサポートいしかわ

検索

<https://www.pref.ishikawa.lg.jp/josou/purplesupport.html>

※緊急の場合は電話相談をご利用ください

秘密は厳守します 安心してご相談ください

いしかわ性暴力被害者支援センター
パープルサポートいしかわ
(石川県女性相談支援センター内)

ひとりで悩まないで 誰かに相談してみよう



あなたが我慢していても暴力はなくなりません。

暴力を振るう本人が気づいて止める以外に方法はないのです。

「つらい」とか「怖い」気持ちは、ひとりで悩まないで

保健室の先生、スクールカウンセラー、友達に相談してみましょう。

ほんの少し、勇気を出して・・・

身近な人に相談したくないときは、DV相談窓口として

配偶者暴力相談支援センターやこころの健康センターがあります。

秘密は守られますので、安心してご相談ください。

石川県
配偶者暴力相談支援センター

電話相談

TEL 076-221-8740

月～金 9:00～17:00

※土日祝・年末年始は 9:00～16:00

面接予約

は れ れ ば

TEL #8008 または

076-223-8655

月～金 9:00～17:00 ※祝日・年末年始を除く

緊急の場合 警察(緊急電話)

TEL 110

石川県こころの健康センター
(暴力を振るってしまう人の相談窓口)

電話相談・面接予約

TEL 076-238-5750

月～金 8:30～17:15 ※祝日・年末年始を除く

発行 石川県生活環境部女性活躍・県民協働課 令和8年3月

〒920-8580 金沢市鞍月1-1 TEL.076-225-1376

URL <https://www.pref.ishikawa.lg.jp/kenmin/danjo/index.html>

作成にあたっては、内閣府男女共同参画局「人と人とのよりよい関係をつくるために交際相手とのすてきな関係をつくっていただくには」、日本DV防止・情報センター「デートDVってなに？ Q&A」、(財)女性のためのアジア平和国民基金「DVと保健・医療」及びNPO法人DV防止ながさき編「デートDVを知っていますか」「あなたの心と体を守るために」を参考にしています。