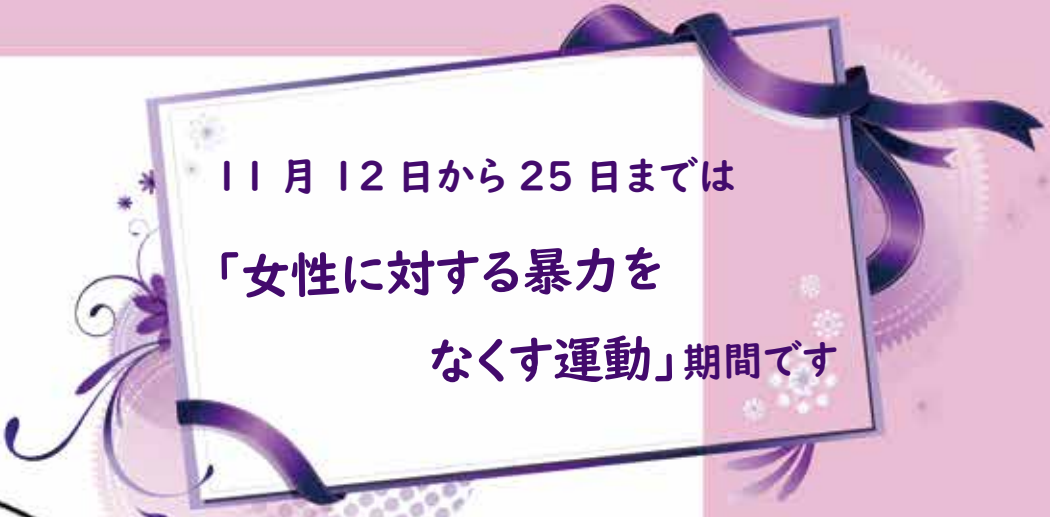


はもりあだより

Vol. 12
2023.11



11月12日から25日までは
「女性に対する暴力を
なくす運動」期間です

DV(ドメスティック・バイオレンス)は、

あなたの身近に存在します

気づいてください

それも暴力です



DV (ドメスティック・バイオレンス)

DVは配偶者や恋人など親密な関係にある人、または関係にあった人からふるわれる暴力のことです。さまざまな暴力によって相手を支配したり、コントロールしたりすることです。

DVは女性に対する暴力だけでなく、男性に対する暴力も含まれます。

精神的暴力

大声で怒鳴る
無視する
など

身体的暴力

殴る・蹴る
物を投げつける
など

性的暴力

性行為を強要する
避妊に協力しない
など

さまざまな暴力の形

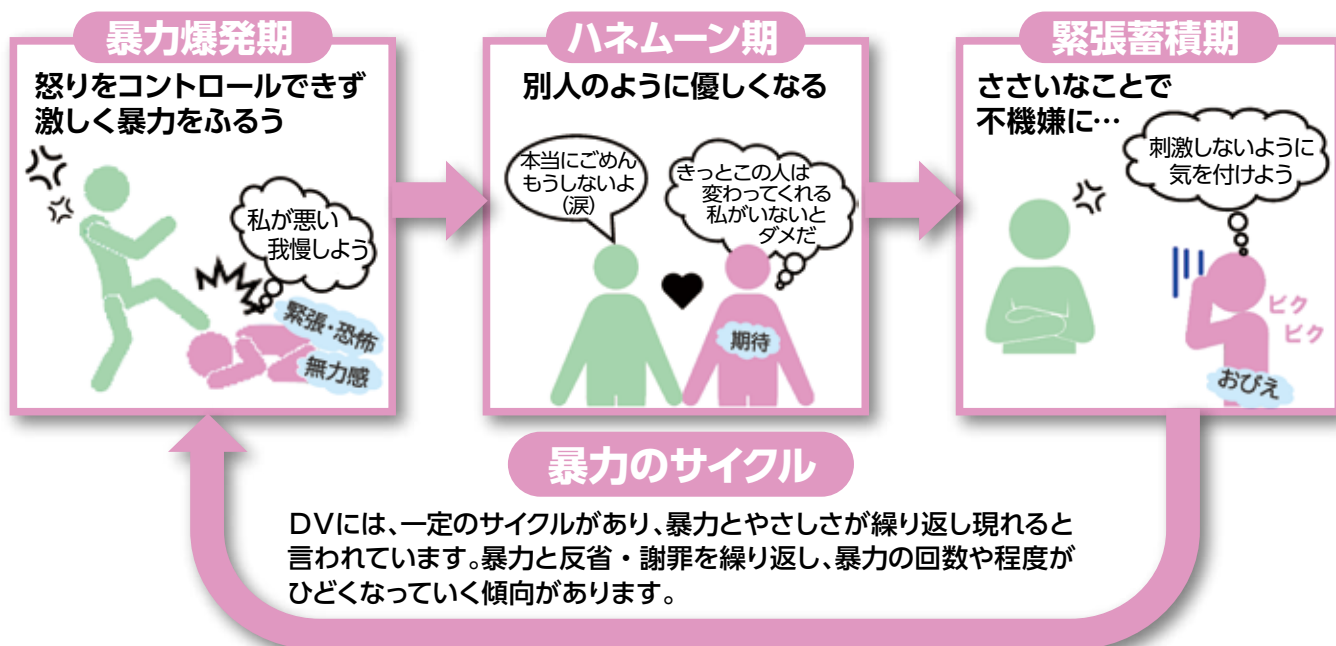
経済的暴力

生活費を渡さない
金銭的な自由を
与えない
など

社会的暴力

交友関係を制限する
外出させない
など

DVは繰り返されます



※このサイクルはすべての人にあてはまるわけではありません。

DVは子どもにも深刻な影響を与えます

暴力を子どもに見せることは子どもへの虐待にあたります。

これを「面前DV」と言います。



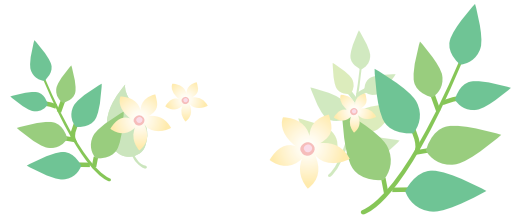
「面前DV」を受けた子どもは、

- いつ暴力が起こるか予測がつかず、常に恐怖や極度の緊張とストレスを強いられることとなります。
- 頭痛や腹痛といった痛みの症状を訴えたり、夜泣きやうつ症状など、さまざまな症状が現れることがあります。また、脳の発達に有害な影響を受けます。
- 感情表現や問題解決の手段として、暴力を用いるようになることがあります。

暴力をふるう人は特別な人ではありません

DVは加害者・被害者ともに「一部の特別な人たち」の間に起こることではなく、あらゆる家庭で起きています。加害者は、年齢や学歴、職業の有無や役職、収入などに決まったタイプはありません。

暴力は決して許されません



自分を責めないで

加害者は自分の行為を正当化するために、さまざまな理由を出してきます。被害者は、「怒らせてしまったのだから、暴力をふるわれても仕方がない」と自分に非があるように思ってしまうのですが、どのような理由でも、どのような人でも、暴力を受けていい人はいません。暴力は、ふるう側に責任があります。

見えにくいDV

殴られたり蹴られたりして、あざやケガ等がないと、第三者の目からはDVと気づきにくいものです。また、相談を受けたときに、「あなたに落ち度があるのでは?」「あなたを愛しているから、気にしているのでは」と加害者の立場や考え方で、被害者の話を聞いてしまう場合があります。

DVを相談されたときには、被害者に「あなたは悪くない」と伝えてください。そして、専門の相談窓口があることを教えてあげてください。

相談窓口のご案内は裏面へ



まずはご相談を

DVチェックリスト

DVが起こる過程にはいくつかの兆候があります。チェックして、相手との関係をふりかえてみましょう。

加害者では?

- 暴力をふるう理由を、相手のせいにする
- 相手が思い通りにしないと、激しく怒る
- 相手が実家や友人と付き合うことを禁止したり、外出を制限したりする
- GPS や位置情報共有アプリで相手の行動を監視する
- 相手が他の異性と話していると腹が立つ
- 相手にぎりぎりの生活費しか渡さず、自分の収入がいくらなのか教えない
- 相手の意見を聞かずに、自分で物事をすべて決める
- 避妊に協力しない

✓加害者にあてはまる項目があれば、自分の態度や行動を見直しましょう。

✓被害者にあてはまる項目があれば、DVを受けているかもしれません。

一人で思い悩まず、まずは相談しましょう。

被害者では?

- パートナーを怒らせるのは、自分が悪いからだと思う
- いつも相手の機嫌をそこねないように気を使っている
- 相手の怒りを静めるために、自分が謝ってその場をおさめることが多い
- 相手に殴る、蹴る、髪を引っ張る、「死んでやる」と脅されたことがある
- 相手の言葉や態度に恐怖を感じることもある
- 相手の許可なく、自由に買い物に出かけたり、友人に会ったりできない
- 相手からセックスを強要された場合、我慢して応じる



はもりあ四日市相談室のご案内

女性の相談員による

女性のための電話相談

火・木・金・土曜日 9:00～16:00
水曜日 9:00～19:30

専用電話 **059-354-8335**

- ★市内に在住、または通勤、通学する女性なら、どなたでも利用できます。
- ★お一人30分程度
- ★相談は無料です。★秘密は厳守します。

男性の臨床心理士による

男性のための電話相談

原則毎月第4土曜日 13:00～16:00

専用電話 **059-354-1070**

- ★市内に在住、または通勤、通学する男性なら、どなたでも利用できます。
- ★お一人30分程度
- ★相談は無料です。★秘密は厳守します。

他のDV相談窓口は

◆三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」

女性のための相談 ☎059-233-1133

火～日曜日9:00～12:00、火・金・土・日曜日13:00～15:30、木曜日17:00～19:00

男性のための相談 ☎059-233-1134

毎月第1木曜日17:00～19:00

◆三重県配偶者暴力相談支援センター(三重県女性相談所) ☎059-231-5600

月～金曜日 9:00～17:00(水曜日は20:00まで)

◆居住地を管轄する警察署 緊急時は110番!

◆DV相談ナビ ☎#8008 (24時間受付)

◆DV相談+(プラス) 電話・メール相談24時間受付、チャット相談12:00～22:00 ☎0120-279-889 <https://soudanplus.jp/>

女性のための自己尊重講座

「自分の“こころ”と“からだ”を大切にするために～マインドフルネスを学ぶ～」

- ◇日時 2月3日(土)、10日(土) 13:00～16:00
- ◇講師 公認心理師・臨床心理士 仲 律子さん
- ◇場所 本町プラザ2階 第1会議室
- ◇対象 両日参加できる市内在住・通勤・通学の女性
- ◇定員 20人程度 (先着順、12/23(土)9時受付開始)
- ◇参加 無料
- ◇託児 無料、先着5人程度 (6カ月から小学3年生程度)

今ここにいる自分に意識を向け、自身のこころとからだに向き合い、ストレスをうまくコントロールするマインドフルネスを学びませんか。こころとからだのバランスを整えて、ストレスに強い自分になりましょう。

四日市市男女共同参画センター はもりあ四日市



〒510-0093
四日市市本町9-8 本町プラザ3階
開館時間 9:00～21:00
(日・月曜日・祝日休み)

[TEL] 059-354-8331

[FAX] 059-354-8339

[Eメール] kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp



本町プラザと駐車場のご案内

