大切な自分を守るために





京丹後市

男女共同参画社会とは

男女が互いにその人権を尊重しながら、性別に関わりなくその個性と能力を十分に発揮することができる社会のことです。平成11年6月に「男女共同参画社会基本法」が公布・施行されて以来、さまざまな法律が制定され施策が講じられてきました。

この冊子を通して

近年、10代～20代のカップルの間でもDVが起こっています。これをデートDVといいます。

交際相手から暴力を受けた経験のある女性は約4.4人に1人、男性は8人に1人います。（令和6年3月 内閣府男女共同参画局「男女間における暴力に関する調査」）

DVが他人事ではなく、身近な問題であることに気づき、自分やまわりの人を大切にしていただくよう作成しました。

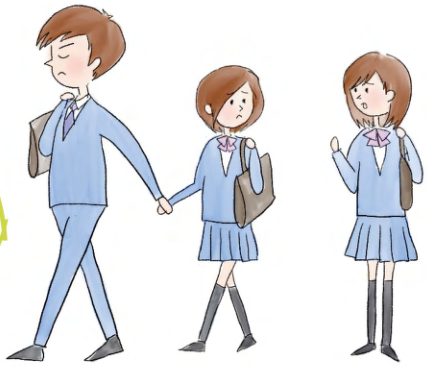
デートDVってなに？

恋人同士の間で起こる暴力で、
相手をコントロールしたり、
「自分のモノ」として扱ったりします。

例えば

- 登下校、約束してなかったから
  友達と一緒に帰ったら……

つきあってるんだから
一緒に登下校するのは当たり前。
他の人と帰るなんて考えられない！





- 友達と連絡してるだけなのに……

これ誰？友達？
他の子（異性）とメールも
LINEもしないで！

- 一日に何回もくる連絡。
  バタバタしていて、返事が遅れたら……

「どうしてすぐ返信しないの!?」
「どこにいるの?」
「まさか浮気してる?」
「返信くらいできるでしょ!?」



DVって
どうして起こるのかな？

パートナーとの対等な関係が
築けていないと起こります。
日常生活やメディアを通して得た
「間違った考えやイメージ」を
当たり前だと思っていませんか？



※ジェンダーバイアス
「女の子とは」「男の子とは」
という括りにとらわれた偏った意識

男女が対等な関係を築きにくい社会構造について

日本では、家事や子育てなどのケア労働の負担が女性に偏りがちな傾向にあります。そのため、出産後に仕事と両立するために、正社員を辞めてパートやアルバイトを選ぶ女性がたくさんいます。
結果として、女性の賃金は男性に比べて大幅に低くなっています。正社員で働く男性とパートの女性を比べると格差はさらに大きく、女性が経済的に弱い立場になりやすいという大きな問題があります。

どんなケースがあるの？

身体的暴力

- 殴る・たたく・蹴る
- 腕をつかむ・ひねる
- 髪を引っ張る
- 物を投げつける
- 刃物などを突きつける　など



精神的暴力

- 大声で怒鳴る・バカにする
- 交友関係を制限する
- 行動を監視・制限する
- メール等をチェックする　など



経済的暴力

- デート費用を支払わない
- 借りたお金を返さない
- 外で働かせない・仕事を辞めさせる
- 生活費を渡さない
- 貯金を勝手に使う　など



性的暴力

- 性行為を強要する
- 避妊に協力しない
- 見たくないポルノビデオ等を見せる
- 嫌がっているのに裸等を撮影する
- 中絶を強要する　など



デートDV行動チェックリスト

デート相手は

- [ ] あなたのことを「きたない」「バカ」など
人をおとしめるいやな言い方で呼びますか
- [ ] あなたが他の用事で会えなかったりすると、
自分を最優先にしないと言ってふてくされたり、怒ったりしますか。
- [ ] あなたが誰と話すか、家族や友達の誰と一緒にいるかなど、
何でも知りたがって聞いてきますか。
- [ ] 怒ったときに物にあたるなど、
あなたが怖いと感じるような態度、行動をとりますか。
- [ ] あなたへの怖い態度や行動をしたあと謝ることが多いですか。
- [ ] すごく優しいときと、すごくいじわるで嫌な態度のときとが極端ですか。
- [ ] ふたりがけんかしたとき、あなたが怒らせるようなことを言ったからだ
とか言ってあなたを責めますか。
- [ ] あなたが何かについて話そうとすると話をそらしたりして、
あなたの話をちゃんと聞いてくれないことが多いですか。
- [ ] 「僕（私）のことが好きならいいだろう」と
あなたが気が進まないことをさせますか。
- [ ] あなたの希望や考えを尊重しないで勝手に決めることが多いですか。

ひとつでも該当する項目があったら、デートDVではないかと考えてみましょう

自分は

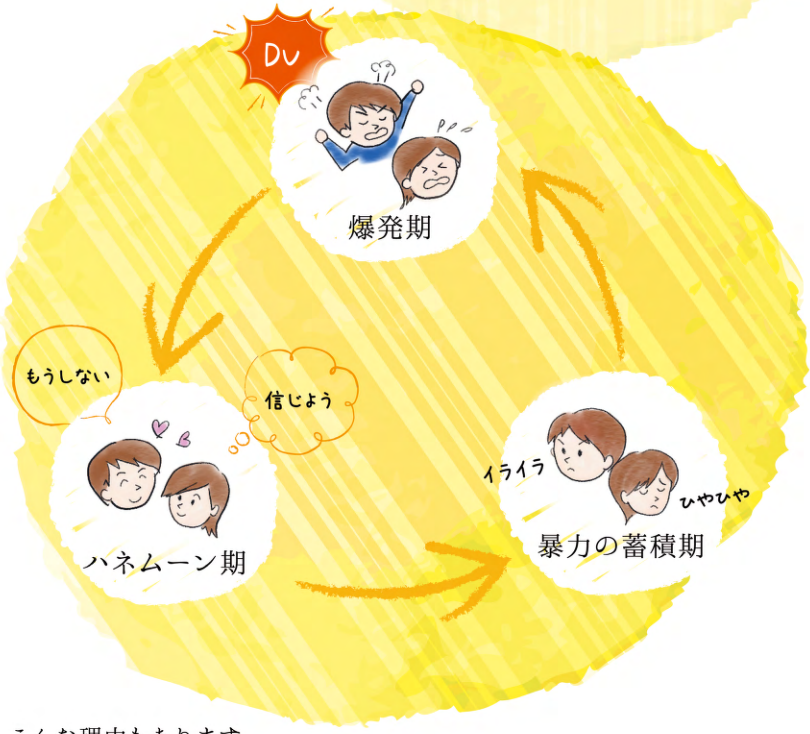
- [ ] デート相手が自分の意見に従わないといらいらしたり怒ったりしますか。
- [ ] 相手が自分だけでなく、
他の人とも仲良くしているのに嫉妬して責めたりしますか。
- [ ] 相手がどんな人とどんな話をしているのか、
とても気になって聞いたりしますか。
- [ ] 相手に何をするか、誰と話すか、どこへ行くか、
何を着るかなどについて指示し、それは相手のためだと思っていますか。
- [ ] あなた自身の問題や自分がいらいらしていることを、
相手のせいだと責めたことがありますか。
- [ ] 相手がしたことをとがめるとき、相手をたたいたりしますか。
- [ ] いつも相手をリードしなければと思っていますか。
- [ ] ふたりのことでも、相手の考えや希望を尊重しないで、
自分ひとりで決めることが多いですか。
- [ ] 相手は自分より劣っていると思いますか。
- [ ] 付き合っている相手を「自分のもの」だと思っていますか。

ひとつでも該当する項目があったら、自分の態度・行動を見直しましょう

出典：aware「デートDVチェックリスト」(https://aware.jp.com/date-dv-check/) より一部抜粋

どうして
逃げないのかな？

暴力をふるったあと、謝られたり、
急に優しくされたりすると
「たまたま機嫌が悪かっただけ」
「自分にも悪いところがあったから」
「今回で最後かもしれない」など、
暴力が過小評価されてしまいます。
この状態は繰り返され、
周期を重ねるごとに激しくなり、
二人の関係が固定化されていきます。



このほか、こんな理由もあります

恐怖感	「逃げたら殺されるかもしれない」という恐怖
無力感	「助けてくれる人は誰もいない」といった無気力状態に陥る
複雑な心理	「いつか変わってくれるかも」「自分がこの人を支えなくちゃ」との思いから、被害者の自覚が薄れたり、自分に責任があると思ったりする
失うもの	逃げることは、これまで築いてきた地域での人間関係を失ったり、仕事を失ったりする
子どもの問題	子どもの安全や就学の問題、また世間体やひとり親家庭への偏見が気になる
経済的問題	相手の収入がなくなることへの不安

DVの影響

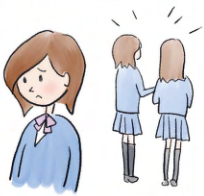
身体のけが、傷



心の病、人間不信、精神への後遺症



友人の減少、孤立



犯罪の加害者・被害者となる可能性



不登校、退学、成績不振



例えば、こんな犯罪…

- 殴る、蹴る（暴行罪）
- 怪我を負わせる、PTSD※などの精神的障害を負わせる（傷害罪）
- 危害を加えてやるなどと脅す（脅迫罪）
- 部屋に閉じ込め帰さない（監禁罪）
- 無理やりの性交渉またはその未遂（強制性交等罪または強制わいせつ罪）

この他、「ストーカー規制法（ストーカー行為等の規制等に関する法律）」「リベンジポルノ※防止法（私事性的画像記録の提供等による被害の防止に関する法律）」という法律で罰せられることもあります。

※PTSD
心的外傷後ストレス障害。強い精神的衝撃を受けたことが原因で苦しい苦痛や、生活機能の障害をもたらす。

※リベンジポルノ
恋人関係の時に撮影した、性交や性交類似行為等の画像等のデータを、復讐を目的としてインターネットで公開することです。

DV家庭と子どもへの影響について

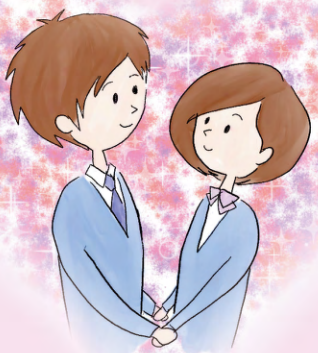
DVはそれを見る子どもにも影響を与えます。孤独感、無力感、怒りを感じたり、自分に責任があると思いこんだりしてとても傷つきます。
また、DVの状況が続くと「パートナーを攻撃しても良い」「暴力、暴言は有効なコミュニケーション」などの価値観を受け入れようとしてしまいます。
親のDVに巻き込まれる子どもは一番の被害者です。

理想の関係を目指して

お互いの意見を尊重し、
一緒にいるときも、離れているときも、
自分のことも、相手のことも
大切にしましょう。

意見が違ったら
相談しよう

自分や相手の
プライベートを
大切にしよう



嫌なことは
「No」と伝えよう

相手が嫌がることは
しない

パートナーとの関係は「対等」
「上－下」でも
「主－従」でもない

相談

もしも相談を受けたときは、どうか被害者を責めたり、
被害者の話を否定したりしないでください。
DVは潜在化しやすく、自分たちだけで解決するのは難しい問題です。
つらい時、困った時には専門の機関に相談してください。

- 京都市男女共同参画センター
  - 女性のための電話相談 …… 075-212-7830
    月・木・金・土曜日　午前10時～午後5時
    火曜日　午前10時～午後8時
  - 男性のための電話相談 …… 075-277-1326
    第2・4火曜日　午後7時～午後8時30分（祝日除く）
- 京都府家庭支援相談センター …… 075-531-9910
  毎日　午前9時～午後8時
- DV相談＋（プラス） …… 0120-279-889
  電話・プラス相談箱　24時間
  チャット相談　午後0時～午後10時

チャット相談　プラス相談箱

- 京都府警察総合相談室 …… ＃9110 又は 075-414-0110
  月～金曜日（休日および年末年始の閉庁日除く）　午前9時～午後5時45分
- 京都性暴力被害者ワンストップ相談支援センター（京都SARA）　075-222-7711
  24時間365日
- 性犯罪相談ダイヤル「ハートさん」…… 0120-8103-39 又は ＃8103（ハートさん）
  24時間365日
- 性暴力に関するSNS相談「Cure time」……
  毎日　午後5時～午後9時

Cure time

- 京丹後市女性相談（面談） …… 0772-69-0210
  月1回（8・12月除く）（予約制）
- 京丹後市女性電話相談 …… 0772-69-0217
  月～金曜日（休日および年末年始の閉庁日除く）
  午前8時30分～午後5時15分

発行：京丹後市　令和８年３月
企画・協力：自然堂株式会社