

それ、DVかもしれません…



DVは、配偶者や恋人への暴力です

配偶者や恋人（パートナー）を

こわいと感じたことはありませんか？

いつも相手の顔色をうかがい、

神経をはりつめていませんか？



なぐる・けるなどの

身体的暴力だけが

DVではありません

人格を否定するような

暴言もDVです

優しい時があっても、またDVがくり返されます…



あなたとパートナーの
関係は『対等』ですか？

どんな理由があっても、暴力は許されません

あなたや、あなたの身近な人が、

DVに関係しているかも…

どうか、この冊子を手に取って

DVについて知ってください





もくじ



1. DV(ドメスティック・バイオレンス)とは	2
2. これらはDVです	3
3. DVのサイクル - 優しい時があってもDVです -	4
4. DVは被害者の心身に深刻な影響を与えます	5
5. 子どもの前でのDVは「児童虐待」です	6
6. DVがあるのに、なぜ離れないの?	7
7. DVについて、誤解していませんか?	8
8. これから、どうしたらいい?	9
9. DV防止法とは?	11
10. DV防止法 支援の流れ	12
11. デートDV あなたは大丈夫?	13
12. 相談しましょう ⇒相談先は15ページにあります	14
13. 相談機関	15



◆DVは身近でおきています

DV被害者の多くは女性です。

「女性の4人に1人は配偶者から暴力被害を受けたことがある」

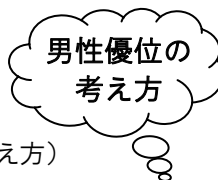
「女性の6人に1人は交際相手から暴力被害を受けたことがある」

(内閣府「男女間における暴力に関する調査報告書」令和3年3月より)



◆DVがおきる背景にあるもの

- ・男性優位の社会構造、経済力や社会的地位の男女格差
- ・女性を対等なパートナーとしてみない女性差別の意識
- ・昔ながらの固定的な性別役割分担意識
(「男は～すべき」「女は～すべき」と性別で役割を決めつける考え方)
- ・夫が妻に暴力をふるうことを容認する古い考え方



「女は男に従うべき」
「妻は夫に従うべき」

「男は多少暴力的でも
かまわない」



1. DV(ドメスティック・バイオレンス)とは

◆DVとは、配偶者や恋人など親密な関係にある(あった)相手への暴力です。
DVは、犯罪となる行為をも含む重大な人権侵害です。
男性の被害者もありますが、被害者の多くは女性です。



◆DVの本質は「力による支配」です。
暴力をふるって相手より優位に立ち、相手を思い通りに支配するのがDVです。
暴力は手段であり、目的は支配です。

◆暴力は、ふるわれる側に責任はありません。
どんな理由があつたとしても、暴力は、ふるう側に責任があります。
加害者は、相手と場所を選んで「暴力」という手段を意図的に選んでいます。
そこには相手を尊重するという考えはありません。



◆DVは親密な関係の中で発生するため外からは見えにくく、また、
家庭内のもめごと・夫婦げんかとして扱われやすいため、
・問題が表面化しにくく、長期化しやすい
・加害者の罪の意識が薄い
・被害者の生命や身体に重大な危害が及ぶ可能性が高い

●もしあなたが、付き合い始めた相手や結婚した相手から、
なぐられたり人格を否定するようなことを言われたら、
あなたはいったい何が起ったのか理解できますか？
その時、あなたはどうしますか？



●もしあなたが、街で他人から暴力をふるわれたら、



それが犯罪であり許されないことであるのがはっきりわかります。



●でも、配偶者や恋人など親密な関係にある相手から暴力をふるわれたら…



親密な関係だからこそ、「これは暴力であり、許されないことである」ということが
わかりにくくなってしまいますのです。



私が悪いの??

愛してるからDV??

相手が配偶者や恋人なら、暴力をふるっていいのでしょうか？
いいえ！どんな理由があつても、暴力は許されません。

2. これらはDVです -DVの本質は「力による支配」です-

◆DVは、なぐる・けるといった身体的な暴力だけをいうものではありません。相手の人格を否定するような暴言もDVです。他にも、下図のようにさまざまなDVがあります。

◆DVは、多くの場合、何種類かの暴力が複雑に絡みあい、くり返し行われるという特徴があります。加害者は「従わない方が悪い」と被害者を責め、支配するための手段・服従しないことに対する罰として暴力をふるいます。

深刻な被害を防ぐために、早めに相談機関(15ページ)に相談してください。

暴力の種類

身体的暴力

- ・なぐる、ける
- ・物を投げつける
- ・刃物を突きつける
- ・引きずり回す
- ・首をしめる など

性的暴力

- ・セックスを強要する
- ・避妊に協力しない
- ・嫌がっているのにポルノを見せる
- ・中絶を強要する など

精神的暴力

- ・大声でどなる
- ・ばかにする
- ・ののしる、脅す
- ・何を言っても無視する
- ・大切にしている物をこわす など

子どもや実家を巻き込んだ暴力

- ・子どもの目の前で暴力をふるう
- ・「子どもに危害を加える」と言って脅す
- ・「実家に危害を加える」と言って脅す など

経済的暴力

- ・必要な生活費を渡さない
- ・あなたの名義で借金をさせる
- ・あなたが働くことを許さない など

社会的暴力

- ・家族や友人との交友関係を制限する
- ・電話やメールなどを細かくチェックする
- ・外出などを制限し、周囲から孤立させる など

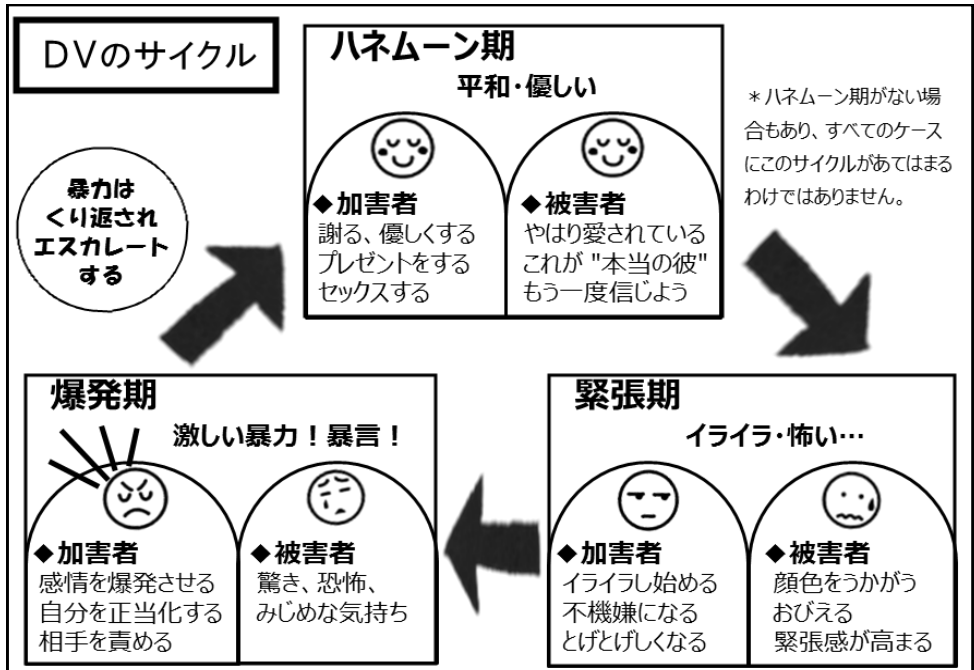


◆モラハラ(モラルハラスメント)とは・・

言葉や態度(無視・舌打ち・ため息・大きな音を立てるなど)で人の心を傷つける、精神的な暴力や嫌がらせのことです。身体的な暴力と違ってけがやあざなどは残りませんが、被害者の人としての尊厳がひどく傷つけられ、精神的に深刻なダメージを受けます。

3. DVのサイクル - 優しい時があってもDVです -

◆「優しい時もあるからDVではない」とは考えないでください。下図のように、DVには「イライラがたまっていく緊張期」→「暴力をふるう爆発期」→「謝ったり優しくしたりするハネムーン期」というサイクル(周期)があります。このサイクルが何度も繰り返され、DVはだんだんエスカレートしていきます。(ハネムーン期がなく、緊張期が長く続く場合もあります。)



◆加害者が暴力をふるった後で謝ったり優しくしたりするのは、被害者が離れていくのを防ぐためです。加害者は、謝ったり優しくしたりセックスしたりプレゼントをしたりすれば、被害者が自分を許してくれたと考え、暴力をなかったことにしようとします。

加害者は、被害者が受けた痛みや苦しみに非常に鈍感です。

一方、被害者は「もう暴力はなくなるかもしれない」「暴力をふるわない時はいい人」「この人には自分しかいない」と淡い期待を抱き、加害者を信じようとします。そして、逃げるタイミングを失います。被害者の願いもむなしく、加害者はイライラがたまってくるとまた暴力を繰り返します。



◆このDVのサイクルが何度もくり返されると、被害者は自分が悪いからDVを受けるのだと加害者に思い込まされ、罪悪感や自責の念をもつようになり、だんだん周囲にも相談しにくくなり、DVの被害に気づきにくくなります。そして、自分に自信が持てなくなった被害者は、「加害者のもとでしか生きていけない」「この関係の中で何とかやっていきたい」「加害者と離れることはできない」と思うようになり、加害者の支配が強化されていきます。

4. DVは被害者の心身に深刻な影響を与えます

◆DVは、下の図のように、被害者の心や身体に深刻な傷を残し、さらには、その人が本来持っていた“その人らしさ”まで奪ってしまいます。

DVが被害者に与える影響は、とても深刻…

・けが・骨折・やけど・後遺症…

・集中力の欠如・イライラ
・忘れっぽい・思考力の低下
・意欲の低下…

・不眠・頭痛・胃痛・動悸…
・うつ病…
・PTSD(心的外傷後ストレス障害)*



・自信がなくなる・不安・絶望
・生きる気力がなくなる
・孤独・無力感・自責の念
・自己評価の低下
・人間不信・男性への恐怖心…

・望まぬ妊娠・中絶・流産…

・職を失う・人間関係を失う…

***PTSDとは？**

PTSDは、暴力・交通事故・自然災害・犯罪被害などによって強い精神的ショックを受け、それが心の傷(トラウマ)になって、さまざまな症状を引き起こすストレス障害です。トラウマには、事故や災害などによる急性トラウマと、DVや児童虐待など繰り返し被害を受けることによる慢性的なトラウマがあります。以下は、PTSDの症状の一例です。

＜主な症状＞

- ・自分が意図しないのに、ある出来事がくり返し思い出されたり、夢に出てきたりして、その時感じた苦痛などの感情がよみがえる。
- ・体験を思い出すような状況や場面を、意識的または無意識的に避け続ける。
- ・あらゆる物事や刺激に過敏になったり、不眠やイライラが続いたりする。など



◆精神的ダメージの大きさ

被害者は、親密な関係にある相手からDVと愛情らしきものの両方を受けるため混乱し、DVの被害に気づきにくくなります。いつ、何がきっかけでDVが始まるかもしれないという緊張状態に置かれると、人は不安や恐怖心から、自分のありのままの感情を封じ込め、相手を怒らせないように自分の言動を制限するようになります。



しかし、どんなに努力しても、どう行動してもDVを受け続けると、「何をしてしても無駄だ」と無力感を感じ、もう状況を変えるための努力をしなくなり、DVのある環境に何とか適応しようとします。

DVが日常化すると、被害者はDVの影響で自分に自信を持てなくなっていく、自己肯定感を失っていきます。

被害者は、加害者と離れても精神的なダメージが続くことが多く、時間をかけて心の傷を癒していかなければならないのです。

5. 子どもの前でのDVは「児童虐待(心理的虐待)」です

◆配偶者やパートナーからのDVは家庭内で起きることが多いため、一緒に暮らす子どもも大きな影響を受けます。「児童虐待の防止等に関する法律」に、子どもの前でのDV(面前DV)は心理的虐待にあたると明記されており、2020年4月からは「しつけと称しての体罰」も法律で禁止されました。

児童虐待は子どもの心身に深い傷を残すだけでなく、子どもの脳の発達に影響を与えることも明らかになっています。



◆DVのある家庭は、緊張した空気に包まれ、子どもは不安や恐怖などのストレス状態におかれるため、心身にさまざまな症状が現れます。たとえば、



- ・不眠や頭痛・腹痛などの身体症状、発育不良や学業不振
- ・不安を感じて落ち着きがなくなる、人間関係をうまく築けなくなる
- ・「自分なんて価値がない」と思い、自己肯定感が低くなる など

◆子どもが初めて目にする人間関係は両親です。両親の関係性は、子どもの人間関係の築き方や価値観に大きく影響します。

子どもはDVを繰り返し目撃することで、自分が育った家庭の人間関係のパターンから、感情表現や問題解決の手段として暴力を使うことを学んでしまうことがあります。「まだ子どもだからわからないだろう」ではなく、「子どもだからこそ、敏感に感じている」のです。



◆被害者が「子どものために、自分さえがまんすればいい」とDVに耐え続けることは、多くの場合、子どもの将来に深刻な影響を及ぼします。DVや児童虐待は被害者だけの力で解決することは困難です。被害者のためにも子どものためにも、DVのない安全で安心できる環境に身を置くことがとても重要です。相談機関(15ページ)に相談してください。

DV家庭の子どもたちはこんなことを感じています



お父さん(お母さん)がいつ怒るか
わからないから、静かにしてなきゃ…

不安

お母さん(お父さん)は、
私のことを守ってくれない…

家で起きていることは、
誰にも言ってはいけないんだ…

優しい時もあるのに、
暴力をふるうのはなぜ…?

混乱

この悲しい・つらい気持ち、
誰もわかってくれない…

孤立・孤独



自責の念

間違った性的価値観

お父さんがお母さんに(お母さんがお父さんに)
ひどい事をするのは、ぼくが悪い子だからだ…

男の人が女の人に(女の人が男の人に)
暴力をふるうのはあたり前のことなんだ…

6. DVがあるのに、なぜ離れないの？

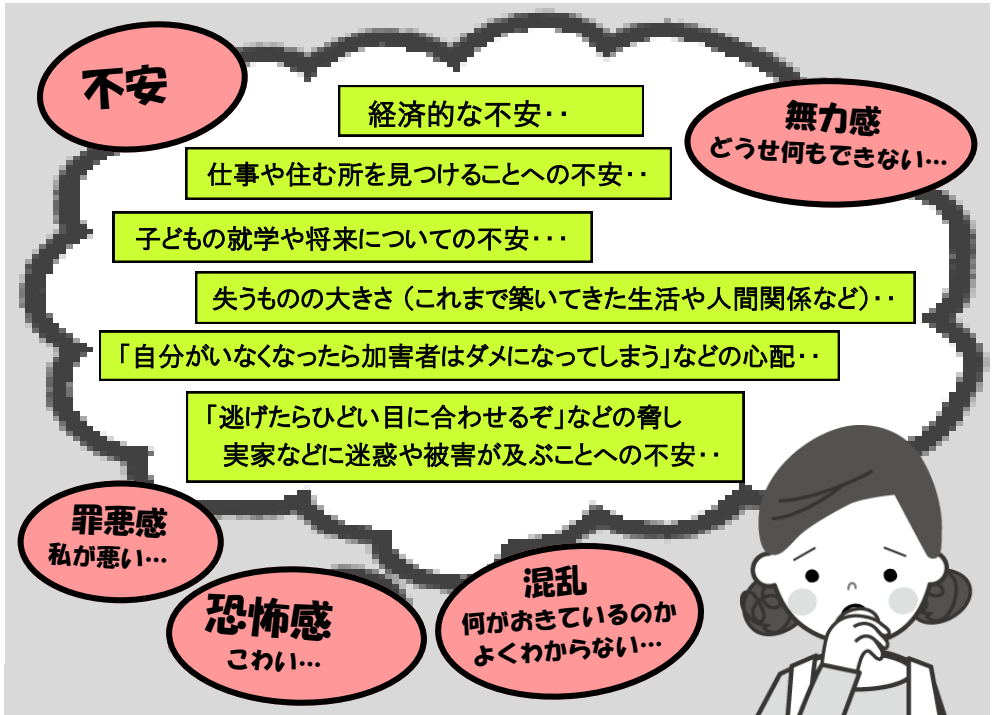
◆DVは、被害者にも子どもにも深刻な影響を及ぼします。

DVがあるにもかかわらず、被害者が加害者から離れないのはなぜでしょう？



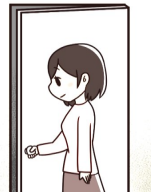
実は、

離れないのではなく、離れたくても離れられないのです。
離れられない理由には、次のようなものがあります。



◆被害者は、日頃から加害者に「逃げてもどこまでも追いかけてやる」「子どもは絶対に渡さない」などと脅され、報復を恐れて身動きが取れない状態にすることがあります。

◆また、被害者が「DVを受けるのは自分が悪いからだ」と思い込まされていたり、「自分さえがまんすればすむ」とDVに耐えていたり、「本当は優しい人」「私を愛してくれるのは加害者しかいない」と愛情とDVを混同していたりして、現実を認識できていない場合もあります。



◆被害者は、くり返されるDVによって自尊心を傷つけられています。そのため、自分の決断に自信を持てなくなっていることが多く、周りが思うほど簡単には加害者から離れる決断ができないのです。

7. DVについて、誤解していませんか？

◆DVは身近で起きています。しかし、DVについて次のような誤解があると、被害者も、周りの人も、DVに気付きにくなります。あなたはDVについて、誤解していませんか？

● DVをするのは特定のタイプの人？ ⇒ いいえ

加害者は、年齢、学歴、職業、収入、社会的地位などに関係なく存在し、特定のタイプはありません。

加害者には、誰に対しても威圧的な態度をとる人もいれば、職場や地域では優しくて人あたりがよく、「とてもDVをするような人には思えない」という人もいます。加害者は、相手を対等なパートナーとして尊重するという意識に乏しく、相手より優位に立ちたいという思いがあります。



● DVも夫婦げんかも同じじゃないの？ ⇒ いいえ

DVは力の強い者から弱い者に対して一方的に行われるもので、互いに対等な立場で意見や気持ちをぶつけあう夫婦げんかとは全く違います。



● DVをされる側にも問題があるの？ ⇒ いいえ

暴力はふるった人に責任があります。被害者に非はありません。

加害者は、DVをしてもいい相手として意図的に被害者を選んでいます。

加害者は「おまえが悪いからだ」などと理由をつけてDVを正当化したり、被害者に落ち度があったかのように責任転嫁したりしますが、被害者がどんなに努力したとしても、加害者はまたDVをする理由を自分勝手に作り出します。

● 離婚したら子どもがかわいそう？ ⇒ いいえ、そうとは限りません

子どもがDVを見聞きすることは児童虐待にあたり、子どもの心を深く傷つけます。また、子ども自身が虐待を受けている場合もあります。DVや虐待がある環境と、暴力のない安心で安全な環境、どちらが子どもにとって望ましい環境かは明らかです。

「どんな親でも子どものためには必要」という考えは、見直す必要があるのではないのでしょうか？



● 被害者が、加害者をかばうような言動をするのはなぜ？

⇒ 被害者は、加害者の機嫌をそこねないようにすれば自分の身を守るため、加害者を怒らせないよう無意識に親密な関係を保とうと努力したりします。また、加害者は「おまえが悪いからだ」「おまえを教育してやってるんだ」などと言って、被害者に落ち度があったり能力がないと思いきませたりします。このような支配関係の中で自己肯定感が持てなくなっている被害者は、加害者に従って加害者をかばうような言動をとることがあるのです。



8. これから、どうしたらいい？

今、できることがあります

今後のことについて、お金や子どものこと、住まいのことなど、心配事や不安があると「無理だ」と思うかもしれません。また、DVによって気持ちをコントロールされてしまっている時には、難しく感じることでしょう。それでも、次の一歩をふみ出すために、あなたの本当の気持ちを大切に、ひとつずつ気持ちや状況を整理してみましょう。

♥気持ちを整理しましょう

あなたは本当はどうしたいのか、実現可能かどうかは別にして、自分の本当の気持ちや、“こうだったらいいなあ”という希望を確認してみましょう。

私、自分のことを
大切にしているかな？

私、何が好きだったかな？
何が得意だったかな？



本当に愛していたら、
DVなんてするかな？

あのひととこのままいて、
良いことは？ 悪い事は？

私、これからどんな人生を送りたいのかな？



♥相談してみましょう

あなたが自分らしい人生を送るために、できることがあります。

「つらいけど、これはDVじゃない」「どうしたらいいかわからない」と思うことも含めて、相談機関(15ページ)に相談してみましょう。

配偶者暴力相談支援センターや精華町役場の人権啓発課には DV相談員がいます。相談内容がもれることはありませんので、安心してご相談ください。

今できることを一緒に考えましょう。



♥心身を休めましょう

気づいていますか？ 常に暴力や緊張状態にさらされているため、あなたの心身は傷つき疲れていることに。これからも一緒に生きていく大切な心とからだです。十分にいたわってあげましょう。

自分が好きなことや、リラックスできることをしてみましょう。けがや病気がある場合は、きちんと手当てや治療をしてあげましょう。

♥自由に使えるお金を少しでも準備しましょう

被害者は、経済的な不安から行動にストップをかけてしまうことが多いようです。加害者から離れて家を借りたりする時などにも、ある程度のお金があると安心です。

無理のない範囲で、あなたが自由に使えるお金を準備していきましょう。



♥DVや虐待についての本を読み、正しい知識や情報を得る。

♥医療機関に行って診察を受け、診断書をとる。

♥一時的にでも身を寄せることのできる場所（実家、知人宅、ビジネスホテル、ウィークリーマンションなど）を考えてみる。

♥無料の弁護士相談などに行き、法律的なことをきいてみる。

⇒財産分与や親権や養育費のことなど、加害者の言葉をうのみにせず、正しい情報を得ましょう。正しい情報を得ることがあなたの力になります。

♥とっさの時にすぐ家を出られるように荷物をまとめておく。



少しずつ準備しましょう

DVを受けてもいい人なんていません。加害者から離れていいのです。「どんなタイミングで家を出るか?」「家を出る時の持ち物は?」「加害者に追跡されたらどうしよう?」「家を出た後どうしよう?」など、さまざまな疑問や問題が思い浮かぶことでしょう。あなたの安全のために、これらについて事前に相談機関（15ページ）に相談してアドバイスを受けましょう。



避難時の持ち物リスト

*** 避難先がわかるようなメモ・電話番号・住所録などを家に残さないで!!**

◆現金

◆預金通帳・キャッシュカード・クレジットカード

◆印鑑（実印・銀行印・印鑑証明カードなど）

◆健康保険証（コピー可）

◆身分証など（運転免許証・マイナンバーカード（または通知書）
・パスポート・母子手帳・乳幼児医療証・年金手帳など）

◆電話番号リスト・住所録（知人や相談機関など）

◆財産に関する書類のコピー
（土地の権利書・通帳など）

◆常備薬・処方薬・お薬手帳

◆本人や子どもの着替え

◆本人や子どもの大切なもの（写真・学校の道具など）

◆調停や裁判の際にDVの証拠となるもの
（診断書・被害届・写真・日記など）

◆携帯電話（避難場所を特定されないようにGPS機能は解除しておく）

◆家の鍵 など



9. DV防止法とは？

◆配偶者やパートナーからの暴力を防止し、被害者を保護する法律が「配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護等に関する法律(DV防止法)」です。

◆被害者は、配偶者暴力相談支援センターや警察に相談や支援・保護を求めたり、地方裁判所に保護命令を申し立てたりすることができます。(P12ページ)

◎この法律で対象となる暴力は？

この法律で対象となる暴力は、配偶者(事実婚を含む)・元配偶者(事実婚の解消を含む)・生活の本拠を共にする交際相手からの暴力であり、身体的暴力だけではなく、精神的暴力、性的暴力など心身に有害な影響を及ぼす言動も含まれます。

＊ただし、「保護命令」の対象は身体に対する暴力・生命などに対する脅迫に限られます。

◎被害者の保護に関する制度

<一時保護>

安全確保のため、被害者や同伴の家族を一時的に専用の施設に保護します。

＊相談先：配偶者暴力相談支援センター(京都府家庭支援センター)

<保護命令>

配偶者等から身体に対する暴力・生命等に対する脅迫を受け、さらなる暴力によって生命または身体に重大な危害を受ける恐れが大きい時、地方裁判所は、被害者からの申し立てにより、加害者に対して「保護命令」を発令します。

～保護命令の種類～

- ・被害者への接近禁止命令(期間は6か月)
(加害者が被害者の身辺につきまといたり、被害者の住居・勤務先などの付近を徘徊することを禁止する命令)
- ・被害者の子、親族などへの接近禁止命令(期間は6か月)
- ・電話等禁止命令(メール、ファクス含む)(期間は6か月)
- ・退去命令(期間は2か月)
(加害者に、被害者と共に住む住居からの退去とその住居の付近を徘徊することを禁止する命令)

◎配偶者暴力相談支援センターとは？

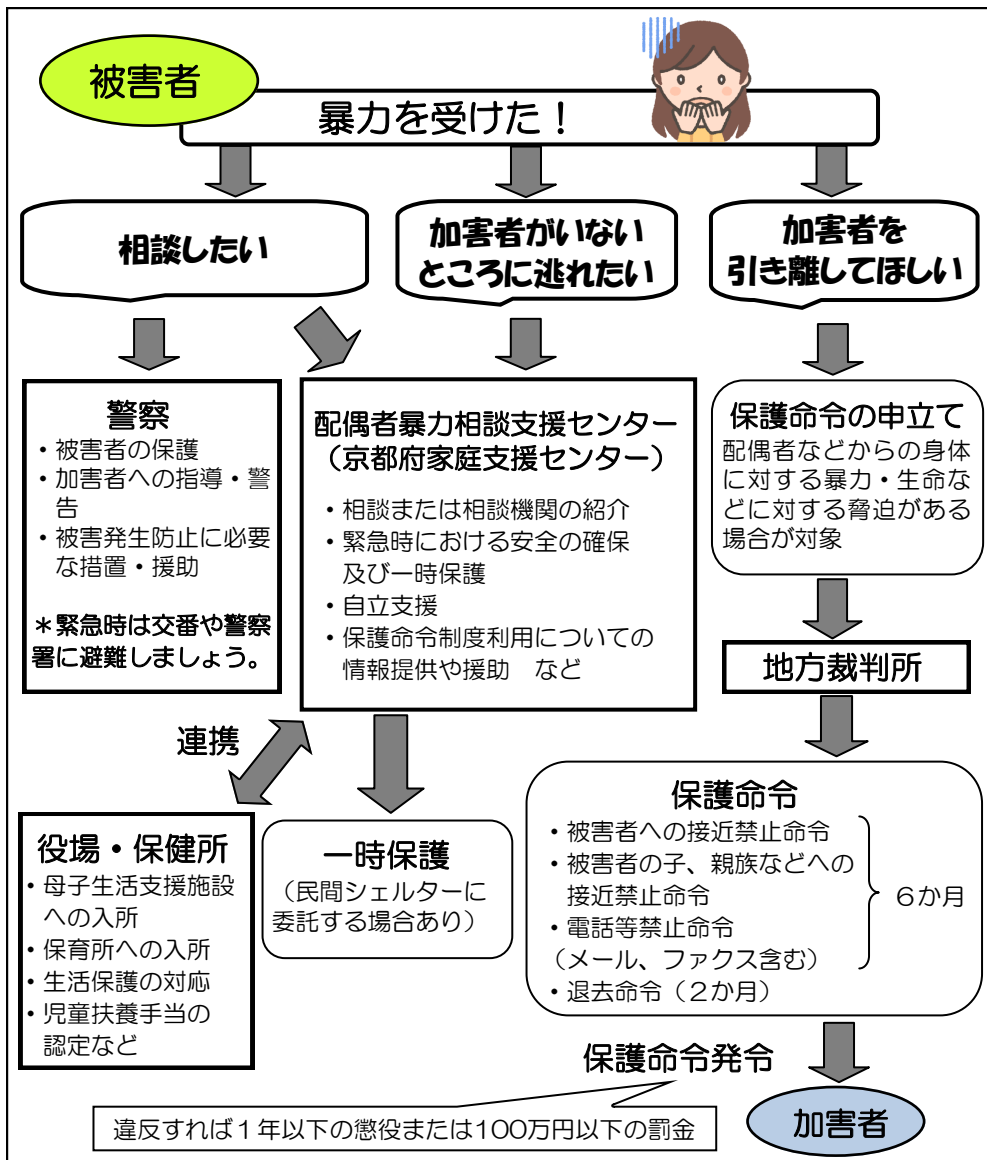
配偶者暴力相談支援センターは、配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護のために、DV法に基づいて設置された施設です。相談支援センターでは、次の業務を行っています。(＊京都府の配偶者暴力相談支援センターは京都府家庭支援センター)

- ・相談または相談機関の紹介
- ・被害者及び同伴者の一時保護
- ・カウンセリング
- ・保護命令制度の利用についての情報提供など
- ・被害者を保護する施設(民間シェルター等)の情報提供など
- ・被害者の緊急時における安全の確保
- ・自立生活促進のための就業促進、住宅確保、援護など各種制度についての情報提供、助言、関係機関との連絡調整など



10. DV防止法 支援の流れ

- ◆ 下図のように、さまざまな機関で被害者を支援しています。
- ◆ 京都府の配偶者暴力相談支援センターは、京都府家庭支援総合センター（京都市内）・京都府南部家庭支援センター（宇治市内）・京都府北部家庭支援センター（福知山市内）です。精華町役場人権啓発課にもDV相談窓口があります。
- ◆ 緊急時は、迷わず110番へ！



11. デートDV あなたは大丈夫？

◆デートDVとは、交際相手(元交際相手)への暴力です。

交際経験のある女性の約17%、男性の約8%がDV被害にあっていて、実はとても身近な問題です。彼氏・彼女のことを好きなんだけど、「相手が怖い」「束縛がきつくて苦しい」「二人の関係、どこかおかしい…」などと思ったことはありませんか？



彼は、毎日私の行動を細かくチェックするの…
私がやめてほしいって言うと、「恋人なら当たり前だ」って言って怒る。
この前「下着姿の写真がほしい」と言われ、嫌だったけど、
「俺のこと、愛してないのか！」ってすごまれて断れなかった。
すごく優しい時もあるけど、怖い…。なぐられたこともあるんだ…。

彼女、いつも勝手に俺の携帯を見て、ラインをチェックする。
ちょっと他の女性としゃべってたら不機嫌になって、何を言っても無視。
思い通りにならないとひどい言葉でどなったり、けってきたりする。
でも、その後はものすごく優しくなるんだ…。



～デートDVの事例～

- | | |
|------------------------------|--------------------|
| ・嫉妬心が強く、いつも一緒にいることを要求する | ・なぐる、ける |
| ・異性の友人と交流することを許さない | ・どなる、傷つくことを言う |
| ・ひんぱんに電話やメールをし、すぐ対応しないと怒る | ・嫌がっているのにセックスを強要する |
| ・あなたがどこで何をしているか、行動のすべてを知りたがる | ・お金や物を貢がせる、お金を返さない |
| ・感情の起伏が激しく、極端に怖い時と優しい時がある | ・性的画像を要求する、撮影する |
| ・別れ話になると「自殺する」と言って脅す | ・避妊に協力しない |

◆交際相手という親密な関係だからこそ「自分で何とかしなければ…」と、ひとりで抱え込むのはとても危険です。交際しているだけなら別れたら簡単にすむのではと思われがちですが、デートDVの構造は配偶者間のDVと全く同じです。

別れた後もストーカー被害に悩む人もあり、「別れるなら死ぬ」などの相手の脅しにひとりで対処することはほぼ不可能です。早めに、信頼できる人や相談機関に相談しましょう！



◆交際相手(元交際相手)につきまとわれたり、脅されたりしている場合には、「ストーカー規制法」という法律があります。
深刻な事態になる前に、京都府警の「京都ストーカー相談支援センター」(15ページ)に相談し、どうか身を守る行動をとってください。

12. 相談しましょう ⇒ 相談先は15ページにあります

DVかな？と思ったら… 勇気を出して相談してください

「自分さえがまんすればすむ」「自分が悪いから、ひどいことをされても仕方がない」
「子どものためにがまんするしかない」…などと思いませんか？

でも、それは違います。DVは重大な人権侵害です。

DVは、被害者ひとりで簡単に解決できる問題ではありません。

身近な人に相談しても、DVについて理解がない場合もあります。

DVに理解がある専門機関（配偶者暴力相談支援センターなど）に相談しましょう。



もし、あなたが誰かにDVの悩みを相談されたら…

① 話をじっくり聴く

話をじっくり聴きましょう。被害者が置かれている状況や、被害者の恐怖や不安などをじっくり聴いてください。

② 「あなたは悪くない」と伝える

被害者は、DVをうけたのは自分のせいだと思って自分を責めていることがあります。

「暴力は、どんな理由があってもふるう方が悪い」ということを忘れず「あなたは悪くない」と伝えてください。「あなたにも悪いところがあったのでは？」「子どものためにがまんした方がいい」といったDVを容認するようなことは言わないでください。

③ 安全の確保と専門機関の紹介

DVは命の危険にもかかわる問題です。被害者が今いる場所で安全に生活できるかどうかを確かめましょう。もし、被害者の身が危険だと感じたら、警察などの相談窓口があることを伝え、相談を勧めてください。

④ 秘密を守る

被害者から相談を受けたことが加害者に漏れると大変危険です。相談の内容は被害者の承諾なく第三者に口外しないでください。



DVに悩む男性に…性別を問わずDV相談ができます

・性別にかかわらず、配偶者暴力相談支援センターでDV相談ができます。

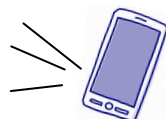
・京都市男女共同参画センター「男性のためのDV電話相談」では、DVで悩んでいる男性を対象とした電話相談があります。男性カウンセラーがお話をうかがいます。（15ページ）

・京都府では、暴力を繰り返さないという更生意欲のある男性のDV加害者を対象に、「DV加害者更生プログラム」を実施しています。京都府のホームページを見ていただくか、☎ 075-414-4291 までお問い合わせください。



13. 相談機関

緊急の場合は
迷わず 110番！



ひとりで悩まず、まずは相談してみましょう！

	相談機関名	電話番号	開設日時	方法
男女 共通	●配偶者暴力相談支援センター			
	京都府家庭支援総合センター	DV専用電話 075-531-9910	毎日 9:00～20:00（電話相談） 月～金 9:00～16:00（面接相談）	電話 面接
		* 必要に応じて一時保護を行っています。 * DVに関する緊急の通報・相談は24時間受け付けています。		
	京都府南部家庭支援センター	DV専用電話 0774-43-9911	月～金 9:00～17:00 （祝日、年末年始を除く）	電話 面接
	●京都府警察総合相談室 （京都府警察本部）	075-414-0110 #9110	月～金 9:00～17:45（祝日を除く）	電話 面接
	●京都ストーリー相談支援センター （京都府警察本部）	075-415-1124	毎日 24時間受付	
	●木津警察署 生活安全課	0774-72-0110		
	●精華町役場 人権啓発課	0774-95-1919	月～金 8:30～17:15 （祝日、年末年始を除く）	電話 面接
	●精華町こころの相談室	0774-98-3909 （予約専用電話） 月～金 10:00～16:00 ・祝日、年末年始を除く	相談日：月4回 * 相談日は町広報誌「華創」やホーム ページでご確認いただくか、直接お問 い合わせください。	面接
	●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（サラ）	075-222-7711	毎日 24時間受付	電話 面接
女 性	●DV相談ナビ （内閣府男女共同参画局）	#8008	発信場所から最寄りの相談機関に 電話が自動転送されます。	電話
	●京都府男女共同参画センター			
	女性相談・労働相談	075-692-3437	月・火 10:00～19:00 木・金・土 10:00～18:00	電話 面接
	女性のための法律相談	・面接相談は予約制 ・12:00～13:00、水曜、 祝日、年末年始を除く	第2・第4木曜 13:30～16:30	面接
	女性のためのカウンセリング		毎週木曜 18:00～20:50	面接
男 性	●京都市男女共同参画センター 男性のためのDV電話相談	075-277-1326	第2・第4火曜（祝日・年末年始を除く） 19:00～21:00（受付は20:30まで）	電話

* 京都府では男性対象の「DV加害者更生プログラム」を実施しています。お問い合わせ先 075-414-4291

役場でも相談員がお話をお聴きします。お電話ください。

精華町役場 住民部 人権啓発課 ☎ 0774-95-1919

2021年（令和3年）11月 第10版発行

