

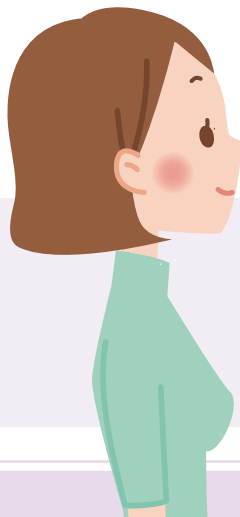
好き、だけど…

なんだかちょっと  
うまくいかない…

# 『デートDV』 …これって愛？

もっと良い関係に  
なるためには？

一緒に  
考えましょう！



相手の言うことに合わせてしまう…

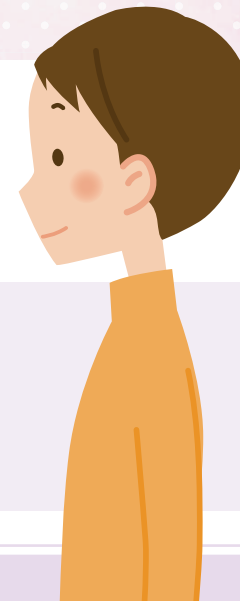
「こうしてほしい」と言えない、言うのが怖い…

付き合っているんだから従うのは仕方ない…

好きな相手なのに

「こわい」、「つらい」と感じたら、

それは『デートDV』かもしれません。



## 『デートDV』ってなに？



配偶者など親しい人からの暴力を「DV(ドメスティック・バイオレンス)」と言いますが、「DV」は、決して大人だけの問題ではありません。おもに高校生や大学生などの若者の間でも「交際相手(恋人)からの暴力」が起きています。これを「デートDV」と言い、DVと同様に、男性でも女性でも被害にあうことがあります。

## こんな悩み、ありませんか？

### CASE 1

最近彼女から、一日に何度も「今どこにいるの？何してるの？」とSNSで訊かれる。

一緒にいるときには、携帯をチェックされたり、他の女の子の連絡先を消されたりすることもある。

好きなら仕方ないのかな。



### CASE 2

優しいときもあるけれど気に入らないことがあるとすぐ怒り出す。「バカ」と言われたり、無視されたり、殴られたり…

怒らせてしまう私が悪いのかな。



### CASE 3

彼のことは大好きだけど、無理やり身体を触られるのは怖くて苦手。

「イヤ」と言ってみたら、「付き合っているなら当たり前」と言われてしまった。

嫌われないためにはガマンしなくちゃいけないのかな…。



## こんなとき、どうすれば良い？

もし、あなたが交際相手との関係の中で「いやだ」、「こわい」と感じるがあったなら

**ガマンしないでイヤなことは「イヤ」と相手に伝えましょう。**

**ひとりで悩まずに相談することも大切です。**

Check

※専門の相談機関もあります(最後のページ)。



## こんなことが『デートDV』です！

「DV」と同様に「デートDV」にもいろいろなかたちがあり、多くの場合、これらの暴力が組み合わされ、繰り返し行われるという特徴があります。

### 身体的暴力

- 殴る・たたく・蹴る
- 物を投げつける
- 壁に押し付ける
- 髪を引っ張る
- 刃物などを突きつける 等

### 精神的暴力

- 相手を傷つける言葉、馬鹿にしたような言葉を言う
- 別れるなら自殺すると脅す
- 無視する
- 電話やメール、SNSなどで行動を監視する
- 交友関係を細かくチェックし、つきあいを制限する
- 服装や行き先を細かく指示する 等



### 性的暴力

- 嫌がっているのに体を触る
- 避妊に協力しない
- 性的なビデオや雑誌を無理やり見せる
- 中絶を強要する 等

### 経済的暴力

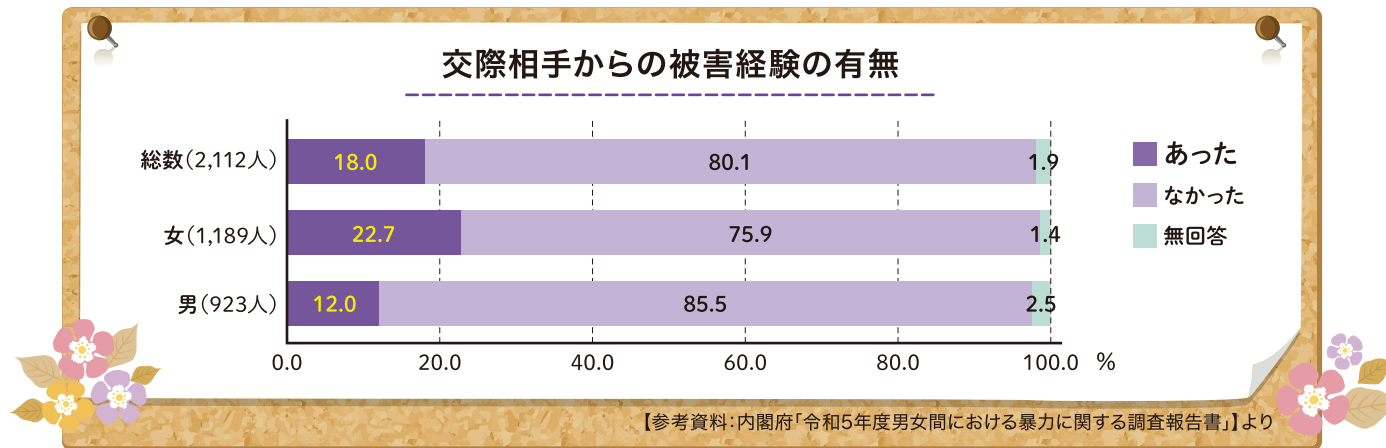
- 無理やりお金を払わせる
- 借りたお金を返さない
- 仕事やバイトを強制的にやめさせる
- 貯金を勝手に使う 等

こんなことも  
「暴力」なんだ！



## 実は身近な問題です

『デートDV』なんて自分には関係ない!とっていませんか? 国の調査によると、**女性の約4人に1人、男性の約8人に1人**が交際相手から被害を受けたことがあると回答しています。



また、同じ調査では、被害を受けた**女性の約6割、男性の約5割**が、被害によって生活に変化があったと回答しています。

心身に不調をきたした

自分に自信がなくなった

夜、眠れなくなった

外出するのが怖くなった

仕事・学校をやめた、変えた

異性と会うのが怖くなった

引っ越しをした

携帯電話の電話番号やメールアドレス、SNSのアカウントを削除した、変えた

**NO!!**  
デートDV

デートDVは相手を深く傷つけてしまう暴力で、犯罪となる行為を含む重大な人権侵害であり、絶対に許されるものではありません。

## ✓CHECK! あなたは、大丈夫?

好きなんだけど……こんなことあったりしませんか??  
当てはまる項目にチェックしてみましょう。



### デートDVをされていないかな??

デートDVのサインを見つけるため、  
交際相手の態度についてチェックしてみよう。

- あなたに「きたない」「バカ」などいやな言い方をする。
- 相手を最優先にしないと、ふてくされたり、怒ったりする。
- たびたび携帯に連絡して、行動をチェックする。
- 怒ったとき、物にあたるなど怖いと感じるような態度・行動をとる。
- 携帯をチェックして、メッセージや連絡先を消せと命令したり、消したりしてしまう。
- 「僕(私)のことが好きならいいだろう」とあなたの気が進まないことをさせる。
- 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。

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。

### デートDVをしていないかな??

自分が暴力的な態度をとっていないか  
チェックしてみよう!

- 相手が自分の意見に従わないと怒ったり、イライラを相手にぶつかけたり。
- 相手が他の人と仲良くしていると嫉妬して責める。
- 相手に友人関係や行動、着る服などを指示するのは相手のためだと思う。
- 腹を立てて相手の目の前で物をたたいたり、壊したり、投げたりする。
- 自分自身の問題やイライラしていることを、相手のせいだと責めたことがある。
- 二人のことでも、相手の意見を尊重しないで、自分ひとりで決めることが多い。
- 相手を「自分のもの」だと思っている。

ひとつでも該当する項目があったら、  
自分の態度・行動を見直してみましょう。

※DV防止活動を行っているNPO団体「アウェア」のチェックリストを参考にしています。

## 『デートDV』のQ&A

### Q 『デートDV』はどうして起こるの？

DVと同様に相手を自分の思うとおりにコントロール(支配)しようとして、暴力を使うことが考えられます。一度暴力をガマンして受け入れてしまうと、「暴力が効果的」と思われ、繰り返される可能性もあります。

### Q 『デートDV』とけんかは違うの？

けんかは、意見や利害のぶつかり合いです。そこには対等な関係が存在しています。一方、デートDVは、暴力によって相手を自分の思うとおりにコントロールしようとするものなので、けんかとはまったく異なります。

### Q 優しいときもあるけれど……？

一時的に優しくなったとしても、なにかのきっかけで再び暴力が繰り返され、だんだんエスカレートしていくこともあります(「暴力のサイクル」)。そうして逃げる機会や気力を奪われてしまいます。

### Q 好きだから束縛している？

好きな人ができたら、『自分だけを見てほしい』と思うのは、当たり前のことかもしれません。でも、束縛することは、相手の人格を無視して「モノ扱い」することと同じです。二人がもっともっと良い関係になるため、今の関係を見つめ直してみましょう！

### Q デートDVを受けたらどうすればいい？

暴力はふるわれる側に原因はありません。まずは相手にはっきり「イヤ」と伝えましょう。直接言にくいとき、イヤと伝えても変わらないときは、ひとりでガマンせずに相談しましょう！

## 対等な『良い関係』を築くには？

好きな相手だからこそ「イヤ」と言いにくかったり、言われたくないかもしれません。でも対等な『良い関係』は、お互いの気持ちを正直に話せるところから始まります。

### その1 何があっても暴力はふるわない！ 気持ちは言葉で伝えよう！！

相手が自分の思いどおりにならないからといって、一方的に自分の考えを相手に押し付けてはいけません。  
暴力は絶対に許されないものです。

### その2 自分自身を大切にする！！ 同じように相手も大切にする！！

暴力は身体も心も傷つけます。  
自分自身が傷つく前に、勇気を出して「NO」と言ってみましょう。もし相手から「NO」と言われたら、落ち着いて真剣に受け止めましょう。

## もし、あなたの友達が…



もしかして…これって…？  
最近感じるカレ・カノジョとのもやもや…  
『デートDV』を知ってもらうための動画を作りました。

Check!



### 『デートDV』をしていたら？

**Point!**  暴力を見過ごさず、「いけないよ」とはっきり伝えましょう。

暴力や束縛は愛情ではありません。どんな理由があっても暴力を認めないことが大切です。

こんな言葉を伝えてあげてね

- どんな理由があっても暴力はダメ！

### 『デートDV』をされていたら？

**Point!**  話に耳を傾けて、相談機関を教えてください。

デートDVで友達や周囲の人が悩んでいたら、まずは話をよく聞いてみましょう。信頼できる大人や、次のページの相談機関のことも教えてください。

こんなふうに声をかけてあげてね

- あなたは悪くないよ
- いつでも力になるよ



## 県内の相談機関

誰かに相談することで、自分では気づかなかった解決方法が見つかるかもしれません。  
二人の関係で気になることがあったら相談してください。秘密はかならず守ります。

DV、デートDVの専門的な相談機関	受付曜日*	相談受付時間	電話番号
女性相談支援センター(甲府市北新1-2-12) ※DVについては男性でも相談できます	月～金 (祝日を除く)	電話 9:00～20:00 面接 9:00～17:00	#8778 または 055-254-8635 (相談専用)
DV、デートDVを含む女性の総合相談	受付曜日*	相談受付時間	電話番号
男女共同参画推進センター びゅあ総合 (甲府市朝気1-2-2)	毎日 (第2・4月曜日を除く)	電話 9:00～17:00 面接 9:00～16:00	055-237-7830 (相談専用)

性暴力被害の相談	受付曜日	相談受付時間	電話番号
やまなし性暴力被害者サポートセンター かいさぽ ももこ	月～金 (祝日を除く)	電話 9:00～17:00	#8891 または 055-222-5562 (相談専用)
※上記以外の曜日・時間は、国のコールセンターに繋がります			

\*メールでも相談できます。 <https://www.sien-yamanashi.com/kaisapo-momoko/>\*

男性の電話総合相談	受付曜日	相談受付時間	電話番号
男女共同参画推進センター	毎月第1日曜日	電話 13:00～17:00	055-225-3067 (相談専用)

★緊急の場合は110番を!

※上記の相談窓口は原則として年末年始はお休みです。

警察署	電話番号	警察署	電話番号
甲府警察署	055-232-0110	南部警察署	0556-64-0110
南甲府警察署	055-243-0110	笛吹警察署	055-262-0110
南アルプス警察署	055-282-0110	日下部警察署	0553-22-0110
甲斐警察署	0551-20-0110	富士吉田警察署	0555-22-0110
北杜警察署	0551-32-0110	大月警察署	0554-22-0110
鯉沢警察署	0556-22-0110	上野原警察署	0554-63-0110

### Curetime(キュアタイム)

性暴力に関する  
SNS相談  
●誰でも・匿名OK  
●外国語対応



### DV相談+(プラス)

●電話  
●メール  
●チャット  
24時間 相談対応



■発行:令和6年7月

山梨県多様性社会・人材活躍推進局  
男女共同参画・外国人活躍推進課

〒400-8501 甲府市丸の内1-6-1  
電話 055-223-1358

