

暴力のない関係を築くためには ～人と人とのよりよい関係～

暴力を認めない

- 暴力を受けたのは、あなたが悪いからではありません。
- どんな事情があったとしても、暴力をふるうことは決して許されるものではありません。

自分のことを大切にする

- 自分の気持ち、自分の体を大切にする気持ちを持ちましょう。
- イヤなことは、はっきりと「NO」という意思表示をしましょう。

相手のことも大切にする

- 相手が自分と異なる意見や考えをもっていることは当然です。
- 自分の考えを相手に押しつけず、違いがあることを認め、まずは耳を傾けましょう。
- そして、自分はどう思うのか、はっきりと相手に言葉で伝えましょう。



お互いの人権を尊重することは、
将来の自分にとっても、相手にとっ
ても、よりよい関係を築くうえで
非常に大切なことです。

相 談 機 関

配偶者暴力相談支援センター

道立女性相談援助センター

TEL/011-666-9955 平日/9:00~17:00
夜間DV電話相談 水/17:30~20:00

北海道くらし安全推進課

TEL/011-221-6780 平日/9:00~17:00

総合振興局・振興局

TEL/(次のとおりです) 平日/9:00~17:00

| | |
|------------------|--------------------|
| 空 知/0126-25-5648 | 上 川/0166-46-5081 |
| 石 狩/011-232-4760 | 留 萌/0164-43-0011 |
| 後 志/0136-22-5838 | 宗 谷/0162-33-3399 |
| 胆 振/0143-22-5286 | オホーツク/0152-45-0500 |
| 日 高/0146-22-2921 | 十 勝/0155-26-9029 |
| 渡 島/0138-47-5789 | 釧 路/0154-41 1110 |
| 檜 山/0139-52-5785 | 根 室/0153-24-5756 |

民間シェルター

女のスペース・おん(札幌市)

TEL/011-219-7011 平日/10:00~17:00

ウィメンズネット函館(函館市)

TEL/0138-33-2110 平日/10 00~17 00

ウィメンズネット旭川(旭川市)

TEL/0166-24-1388 平日/11:00~16:00

ウィメンズネット・マサカーネ(室蘭市)

TEL/0143-23-4443 平日/10.00~16 00

駆け込みシェルターとかち(帯広市)

TEL/0155-30-1919 平日/14:00~17:00

ウィメンズ・きたみ(北見市)

TEL/0157-24-7293 平日/13:00~17 00
木・金/10:00~12 00(面接)

ウィメンズ結(苫小牧市)

TEL/0144-32-0100 平日/11:00~16:00

駆け込みシェルター釧路(釧路市)

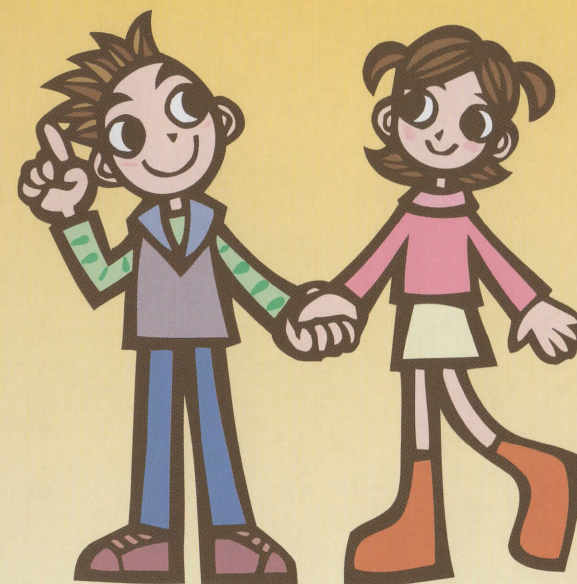
TEL/0154-32-7704 平日/13:00~16 00

緊急時は110番へ

発行 北海道環境生活部 くらし安全局 くらし安全推進課
〒060-8588 札幌市中央区北3条西6丁目

デートDV って何?

知ってください 考えてください
悩んでいませんか?



2011年1月

北海道・札幌法務局・北海道人権擁護委員連合会

デートDVとは？

配偶者やパートナーなど親密な関係にある人から、ふるわれる暴力のことを

DV(ドメスティック・バイオレンス)

といいます。

特に、高校生や大学生などの若者の間で交際相手から、ふるわれる暴力のことを

「デートDV」

と呼んでいます。

デートDVの暴力とは？

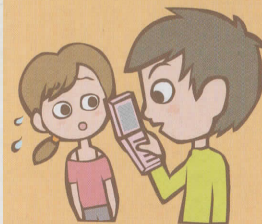
デートDVの暴力とは、次のような行為により、相手を自分の思いどおりに支配(コントロール)しようとする態度や行動のことをいいます。

身体的暴力

殴る・ける・たたく・つねる・
髪の毛を引っ張る
腕などを強くつかむ
物を投げつける など



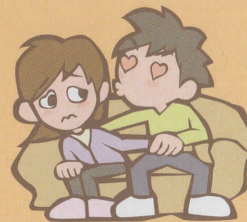
精神的暴力



バカにしたり、傷つく言葉を使う
怒鳴る・にらむ・脅す・物をこわす
不機嫌になって無視する
友だちづきあいを制限する
携帯電話をチェックする など

性的暴力

キスや性行為を強要する
避妊に協力しない
アダルトビデオなどを
無理やり見せる など



経済的暴力



借りたお金を返さない
デート費用などをいつも払わせる
無理やり物を買わせる
バイトを無理やり辞めさせる など

暴力を受け続けると…

- 恐怖感や不安感から、いつも相手のことが気になり、安心して生活ができなくなります。
- 心から笑えなくなり、自分らしさが失われていきます。

ひとりで悩まず相談しよう

もし、あなたが被害にあっていたら…

- ➡信頼できる身近な人に相談してください。

例えば・親や友だち、保健室の先生、
スクールカウンセラー、学生相談窓口など

友だちの様子がおかしいと感じたら…

- ➡何か困っていることはない?と声をかけてください。

友だちから相談されたら…

- ➡友だちを批判したりせずに、しっかり話を聞いてあげてください。

例えば、「あなたが悪いのではないよ」
「つかったね」「いつでも力になるよ」
などと、友だちの気持ちを受け止めてください。

次のような言葉は言わないでください
「別れればいいでしょ」「よくあることだよ」
「愛されているからだよ」
「相手を怒らせないようにすれば？」 など

相談できる場所があります

- このリーフレット裏面の「相談機関」に相談してみてください。
- 相談内容など、秘密は固く守られますので、気軽に電話してください。

あなたの人権は守られていますか？

人権とは、人間が人間らしく生きる権利で、だれもが生まれながらにもっているものです。

いじめや保護者からの虐待、
パートナーからの暴力など

あなたの身の回りの出来事で、人権侵害では?と思ったら、お近くの法務局・地方法務局の常設相談所へご相談ください。

○次の電話番号にかけると、自動的に最寄りの法務局につながります。

「みんなの人権110番」(0570-003-110)
平日 8 30 17 15

○女性の人権問題に関する相談については
「女性の人権ホットライン」(0570 070-810)
平日 8 30 17 15