

大好きな人がいる
あなたへ



発行：ウィズじょうえつ

(上越市男女共同参画推進センター)

問い合わせ：025-527-3624

たとえば、大好きな人との 間でこんなことがあったら…

肌の露出が多い服を着ると「色目使ってる」って怖い顔するから、自分の趣味じゃないけど、清楚な感じの服を着ている

浮気していると疑っていて、すぐ電話にでなかったり、メールの返信が遅いと怒るから、いつも携帯を気にしてる突然怒り出すから、怖くて顔色を見て話しかけてる

デート代は男が払うものなのに、「ワリカンにしよう」って言ってきたから無視したら、それからは払ってくれるようになった プレゼントもおねだりしちゃった

エッチは心の準備ができてないから嫌だったけど「好きなら当然」って言われて、押し切られた

彼女が「2人で撮った裸の写真消して」って言ってきた俺の事。信用していないのか、それとも他に好きな男ができたのかと思って、ものすごく腹が立った

彼に女の影がちらついたから、お仕置きに彼の携帯壊した

他のヤツと楽しそうに話してるの見てムカついた「他の男と口きくな」って言ってやった

デート代はいつも自分が払う 1度「ワリカンにして欲しい」って言ったらものすごく不機嫌になったから…今は記念日に欲しいと言われたものが高いいから、無理してバイトしている

彼に「2人で撮った裸の写真、消してほしい」ってお願いしたら、キレて、「別れるならバラまくぞ」って言われた しばらく冷たくされて、それから彼が怖い…

彼女が浮気しようとした言い訳してきたけど、男らしくビシッとやってやったら、それから何でも言うこと聞くようになった

「エッチは嫌だ」って言われたけど、「女の嫌はOK」って先輩から聞いてたから、続けた

女友達と連絡とったら、キレて携帯壊された「別れるなら死んでやる」って言われた

気が付かないうちに、 相手を傷つけているかも…

どんな人でもデートDVをしたり、
されたりする可能性があります

デートDVの いろいろ

前貸したお金…

えーいいじゃん
あなたのものは
わたしのものでは

行動の制限

交友関係の制限
監視される メールチェック
服装や行動を決められる

お金の暴力

おごらされる
バイトや借金をさせられる
お金を返さない

心への暴力

バカ・デブ・ビッチなど
傷つく言葉を使う
どなる 無視する おどす
なぐるふりをする
孤立させる
大事なものを壊す

性的な暴力

性行為の強要
ムリやりわいせつな画像を見せる
避妊に責任を持たない

身体への暴力

なぐる ける つねる
引っかく 転がせる 壁に押し付ける
髪を引っ張る つきとばす
首をしめる 物を投げる

性感染症…

妊娠…

どうしよう

どのくらいの人を経験しているの？

出所：内閣府「男女間における暴力に関する調査」（令和5年度）

・ 交際相手から被害（※）を受けたことがある
…（20代）女性 23.7% 男性 13.4%

※身体的暴行、心理的攻撃、経済的圧迫、性的強要の経験

・ 交際相手から被害を受けたことで生活が変わった（※）
…女性 61.1% 男性 50.5%

※自信をなくす、夜眠れない、心身の不調、生きるのが嫌になった など

デートDVって？

「恋人間で起こる暴力」のこと

恋人間に上下関係があって相手を
色々な方法で支配する行為がデートDVです



自分の所有物のように考えることが
デートDVの始まりです



と、勝手に期待して、それが裏切られたとき
イライラしたり、腹が立ったり...

デートDVをうけていないかな？

当てはまるものがひとつでもあったら
デートDVを疑ってみてね



- ☐ 傷つく言葉と言われる
- ☐ 相手が怖いことがある
- ☐ 自分の意見はともらない
- ☐ 相手に謝ることが多い
- ☐ 嫌と言えずに我慢している
- ☐ なんだか元気がでない
- ☐ 一緒にいてもきゅうくつ・不安
- ☐ 相手の為に使う時間が増えて、自分の時間が減った

どうしてデートDVが起こるの？

☆男だから、女だから…という意識

イメージ

守る 強い 決断力 勝つ 経済力
相手を立てる か弱い 控えめ 従う

男らしさ、女らしさの偏見から、気持ちを押し付けたり、またその気持ちに反論できず

“支配し、支配される
関係”になってしまう

男のくせに
しっかりしてよ

女のくせに
生意気だ

☆暴力を認める意識

力を持って相手を支配することを悪いと思っていない
“愛情表現だ” “つきあっていればこのくらい当然”

どうして別れられないの？

“怖くて別れられない”ということのほか、
“相手には自分が必要” “自分が変えてあげる”
“別れたら一人になる”など、幻想を抱いたり、
依存したり、愛されることを期待したりしてしまう

デートDVの特徴

☆仲が深まった時に起きる

相手への嫉妬や愛情を表す手段として
暴力を使うことが多い

“愛していたら当然だ”と自分のルールを強要
浮気を疑い監視したり、行動を制限したり…

☆暴力を振るうことを正当化する

相手のせいにする

暴力を振るっていないように振るまう

暴力を小さく見せたり、正しいことをしているように言う

“馬鹿だから” “お前が悪い” “勝手に転んだ”

“ちょっと当たっただけ” “いちいち大げさ”

“君のためだ” “約束を守らないから”

☆繰り返される

“暴力を振るったあとやさしくなる”を繰り返す

“もうしない”と泣いて謝る

性行為をして暴力をなかったことにする

プレゼントをしてうめ合わせをする

いい関係ってどんなの？

お互いに
一緒にいて楽



いつの間にか
笑ってる



Happyな
気分になれる



相手と自分は違う存在だと
思うことが大事



考えや価値観も違うことを
認め合おう

メッセージの
伝え方を
工夫してみよう

相手を責めるような言い方をすると
相手も同じようにあなたを責めて
お互いの気持ちがこじれてしまうよ

デート中に
長電話しないで



なんだよ
うるさいな



約束の時間
過ぎてるじゃないか



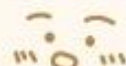
仕方ないでしょ



電話してる間
さみしかった



気を付けるよ



何かあったんじゃ
ないかと
心配したよ



連絡できなくて
ゴメン



あなたの素直な気持ちを
伝えてみよう

もしデートDVにあってしまったら

あなたは悪くありません
暴力は振るうほうに責任があります
嫌だったら逃げていいし、
あなたは立ち直る力を持っています



自分を責めたり我慢しないで
ひとりで抱え込まないで、信頼できる
周りの人や、相談窓口
に相談してください



もし友達がデートDVをされていたら

“なんだか様子がおかしい…”

そう思ったら声を掛けて話を聞いてね

こんな言葉を繰り返しかけてあげてね
“心配しているよ” “話を聴くよ” “力になるよ”
“話してくれてありがとう”
“秘密は守るよ” “あなたは悪くないよ”

※このとき自分の考えを押し付けたり、友達を否定したり、責めたり、
暴力を認めるようなことは言わないでね。また、自分が解決しようと思
わないで、友達が自分で決められるように支えてあげて。

こんなことは言わないで

“そんな人とは別れなよ”
“怒らせるようなことしたんじゃないの” “あなたも悪い”
“逃げればいいのに” “愛されているからだよ”

もし友達がデートDVをしていたら

- ・よく話を聞いてあげて
- ・どうして暴力を振るってしまったのか一緒に考えよう
- ・どんな理由やトラウマがあっても暴力はだめと伝えて

解決が難しいと感じたら…

相談窓口にご相談ください



女性相談窓口



●上越市女性相談 ☎025-527-3614

E-mail (相談申込): w-soudan@city.joetsu.lg.jp

月～土/9時～17時

(火曜は電話相談のみ19時まで延長)

(祝日、市民プラザ休館日、年末年始を除く)

相談は
無料です

秘密は固く
守ります

匿名での
ご相談も
お受けします

♥ 女性相談員が対応します。

♥ 来所相談は個室にご案内します。

♥ 男性のご相談もお受けします。

上越市市民プラザ2F ウィズじょうえつ

上越市男女共同参画推進センター内

上越市土橋2554

その他の相談窓口

●県女性相談支援センター

☎025-381-1111

月～金 (祝日、年末年始除く)

8時30分～17時15分

●性暴力被害者支援センターにいがた (トキほっとライン)

☎#8891 または 025-281-1020

受付: 24時間 365日

●DV相談+ (プラス)

☎0120-279-889 (24時間対応)

チャット相談受付 (12:00～22:00)



●にいがた Ribbon net

(新潟県 女性のための相談窓口)



緊急時は
警察へ!

●上越警察署 生活安全課

☎025-521-0110