



ひとりで 悩まないで

～配偶者からの暴力に
悩んでいませんか～

帯広市市民活動課

DVとは？

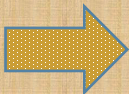
DV(ドメスティック・バイオレンス)とは、「配偶者等※からくり返し受ける暴力」のことで、あらゆる暴力を用いて相手を支配(コントロール)しようとする行為をいいます。

DVは、犯罪となる行為をも含む重大な人権侵害です。

※配偶者等

- ・元配偶者(離婚前に暴力を受けている場合)
- ・内縁関係(事実婚)
- ・生計を共にする交際相手を含む

次のチェックシートで該当する項目が一つでもある人は、DV被害を受けている可能性があります。



DVチェックリスト



- 殴られたり、叩かれたり、蹴られたりする。
- くり返し批判されたり、バカにされたりする。
- 機嫌が悪くなると大声で怒鳴られたり、物にあたられる。
- いつも顔をうかがい、びくびくしている。
- 「怒らせたお前が悪い」と責められる。
- 性行為を強要され、いやなのに応じている。
- 親や友人などと連絡をとるなど言われている。
- 別れたいと伝えても「死んでやる」と泣かれたり、「殺してやる」とおどされたりする。

暴力のさまざまな形

一口にDVと言っても様々な形態があり、以下のような形態の暴力は単独で起きることもあります。多くは何種類かの暴力が重なって起こっています。

身体的暴力

- ・殴る ・蹴る ・腕をひねる ・首を絞める
- ・平手で打つ ・髪の毛を引っ張る
- ・引きずりまわす ・突き飛ばす
- ・物を投げつける ・刃物で脅す など

性的暴力

- ・性行為を強要する
- ・嫌がっているのにポルノ雑誌やビデオを見せる
- ・避妊に協力しない など

精神的暴力

- ・大声で怒鳴る
- ・「誰のおかげで生活できるんだ」とののしる
- ・人前で侮辱する
- ・何を言っても無視する など



経済的暴力

- ・生活費を渡さない
- ・お金の使い方を細かくチェックする
- ・外で働くことを妨害する など

社会的暴力

- ・電話やメール、行動を監視する
- ・付き合い、社会活動を制限する など

子どもを利用した暴力

- ・子どもの前で暴力をふるったり、非難・中傷する
- ・子どもを危険な目にあわせると言って脅す など

被害者への影響

暴力を受けた被害者は、あざ、切り傷、骨折など身体を傷つけられ、最悪な場合には、生命に危険が及ぶこともあります。

身体的影響

- 外傷(頭部・頸部・胸部・乳房・腹部等)
- くり返す性感染症 ●骨折 ●歯損傷
- あざ、打撲 ●タバコ等によるやけど
- 死 など

日ごろから些細なことで怒鳴られたり、バカにされたり、いつ相手の機嫌が悪くなるか、いつまた暴力を受けるかわからないという不安や恐怖を感じて生活していると、様々な心身の症状が表れることがあります。

心理的影響

- 不安 ●緊張 ●イライラ ●無気力
- 情緒の不安定さ ●集中力の低下
- 恐怖感 ●自責感
- PTSD(心的外傷後ストレス障害)など

子どもへの影響

暴力が子どもに与える影響は深刻です。子ども自身が直接暴力を受けていることもあれば、直接暴力の被害を受けなくても、暴力を見て育つことは心理的虐待を受けているのと同じです。

いつ、暴力が起きるわからない毎日は、子どもにとって心の大きな傷になります。



児童虐待防止法では？

児童が同居する家族におけるDVやその他、児童に著しい心理的外傷を与える言動を行うことは、**児童虐待**に当たるとされています。

子どもの成長にとって、安全で安心な家庭環境は非常に大切です。

Q&A

DVの正しい理解のために

Q 相手は優しいときもあるし、毎日暴力を振るうわけではありません。これもDVですか？

A DVは、ケガをするような激しい暴力が毎日起きているというわけではありません。「緊張期」「爆発期」「ハネムーン期」と3つの時期をくり返し、暴力の頻度が高くなり、暴力の程度もひどくなると言われています。

Q 夫婦げんかとはDVは何が違うの？

A 夫婦げんかは、犯罪になるほどひどい暴力ではなく、対等な立場で争っているイメージがありますが、DVは、一方的に暴力を加えられている、いわば虐待といえる深刻な暴力行為をさしています。

Q 夫婦の間非があればの暴力は

A 暴力に寛容な考え方は、たとえ相手に非があっても、暴力を振るってなりません。決手段を選ぶからです。

では、相手には、少くも仕方がない？

容な考え方は、たとえ相手としても、暴力的理由には暴力以外の解くこともできる

DVにはサイクルがあります



Q あなたや子どもに危険が迫ったときは？

A 緊急の場合は、110番通報してください。またケガをした場合は、病院で治療を受け診断書をもらってください。

近くの相談窓口で面談や電話相談することもできます。あなたの不安を一緒に考えます。一人で抱えず、安心して相談してください。

DV 被害者を守る法律

DV 防止法

平成 13 年に制定された「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（通称：DV 防止法）」は、配偶者等からの暴力を防止し、被害者を保護するための法律です。

保護命令

配偶者等からの身体に対する暴力を防ぐため、被害者の申立てにより、裁判所が加害者に対し、被害者へのつきまとい等をしてはならないことを制限する命令です。

- (1) 被害者への接近禁止命令
- (2) 被害者への電話等禁止命令
- (3) 子への接近禁止命令
- (4) 親族等への接近禁止命令
- (5) 退去命令

命令に違反すれば、2 年以下の懲役または 200 万円以下の罰金に処されます。

日頃から準備しておくこと

- ・ どこに逃げられるか、相手にわからないような場所を日頃から考えておく
- ・ 相談機関の電話番号を身につけておく
- ・ 自分名義で少しでもお金をためておく
- ・ 暴力被害の証拠をとっておく
(写真や医者診断書、暴力を受けた日時・どんな暴力を受けたか等が書かれた日記、メモなど)
- ・ 警察署の生活安全課に相談しておく

いざというときに用意しておくもの

- ・ 現金
- ・ マイナンバーカード
- ・ キャッシュカード
- ・ 本人名義の預金通帳と印鑑
- ・ 健康保険証またはコピー
- ・ 常備薬、処方箋
- ・ 母子手帳、年金手帳
- ・ 運転免許証等の身分証明書
- ・ 子どもの教科書、着替え



新しい生活を始めるために

住民としての登録（戸籍住民課）

住民票の届出

住民基本台帳の閲覧・交付制限措置

生活の支援（生活支援第1課・第2課、こども課）

生活保護制度

児童手当、児童扶養手当

医療費の助成（乳幼児等・ひとり親）

住宅の確保（住宅営繕課）

市営住宅入居の相談

就業の支援（こども課・商業労働課）

母子家庭等自立支援給付金事業

・高等職業訓練促進給付金

・自立支援教育訓練給付金

各種労働相談等

健康保険への加入（国保課）

国民健康保険への加入

国民年金への加入（戸籍住民課）

第1号被保険者となる手続き

保険料免除制度の利用

小・中学校への手続き（学校教育課）

小・中学校への転校、就学援助の申請

子どもを預ける（こども課）

保育所・児童保育センター（学童保育）への
入所手続き

子育て相談（子育て支援課）

健康に関する相談（健康推進課）

法律相談（市民相談室）

法的手続きの相談

高齢な方の相談（介護高齢福祉課）

障害がある方の相談（障害福祉課）

相談窓口



帯広市役所

・市民活動課 市庁舎 3階

平日 8:45 ~ 17:30

0155 - 65 - 4230

・女性相談の日 市庁舎 1階 市民相談室

毎週木曜日 8:45 ~ 17:30

0155 - 65 - 4200

帯広警察署

生活安全課

平日 8:45 ~ 17:30

0155 - 25 - 0110

緊急時 24時間 **110**

駆け込みシェルターとかち

平日 9:00 ~ 17:00

0155 - 23 - 9911

相談してみようかな…と思ったその気持ち、その一歩を支援します。

配偶者暴力相談支援センター

・十勝総合振興局

平日 9:00 ~ 17:00

0155 - 26 - 9029

・北海道立女性相談援助センター

平日 9:00 ~ 17:00 電話・来庁相談

17:30 ~ 20:00 電話相談

土・日・祝 9:00 ~ 17:00 電話相談

011 - 666 - 9955

※ 12/29 ~ 1/3 は実施しません。

釧路地方法務局

帯広支局

平日 8:30 ~ 17:15

0570 - 003 - 110

女性の人権ホットライン

平日 8:30 ~ 17:15

0570 - 070 - 810

ひとりで悩まないで
相談しよう！



帯広市女性相談サポートライン

平日

午前8：45～午後5：30

よし！ふみ出そう！

0155-65-4230

MEMO

令和5年10月発行

