知っていますか？

デートDV

素敵な関係を作る大事な約束

デートDVまるわかりBOOK

好きな人と交際しているはずなのに…
カレシ／カノジョがいて、HAPPYなはずなのに…
こんなふうに感じているひとはいませんか？

彩の国 埼玉県

あなたやあなたの周りでこんなこと起きてないかな？

デートDV 身体的暴力

「思わず手を上げることは仕方ない…？」

いいえ、暴力はどんな場合にも決して許されません。

二人の関係は対等でしょうか？
「暴力を認めない」「自分を大切にする」ことは、
お互いが楽しい素敵な関係のための最初の約束です！

あなたやあなたの周りでこんなこと起きてないかな？

デートDV 精神的暴力①

「付き合っているのだから 自分のことだけ見るべき…？」

行き過ぎた嫉妬や相手の立場を無視した行為は、
相手の自由を奪い、プライバシーの侵害にもあたります。
「相手の立場や気持ちを尊重する」
相手との良い関係を築くための約束です！

あなたやあなたの周りでこんなこと起きてないかな？

デートDV 精神的暴力②

「友達も気づいてあげよう」

束縛＝愛情ではありません。

精神的に相手の行動を制限することも暴力の一つです。

「本人の気持ちを大切に」

お互いがデートDVの

加害者にも被害者にもならないための約束です！

デートDVって？

夫婦やパートナーなどの親密な間柄で行なわれる暴力をドメスティック・バイオレンス（DV）といいます。DVは、大人だけでなく、大学生や高校生など、交際する者同士の間でも起きています。
この交際相手からの暴力を「デートDV」といい、性別に関わらず、誰もが被害者にも加害者にもなる可能性があります。

こんな行為をされたこと、こんな気持ちになったことはありませんか？

- □ なぐったり、けったり、髪の毛を引っ張ったりされる
- □ バカにされる
- □ 大声でどなられる
- □ 無視される
- □ ほかの人と仲良くしていると責められる
- □ ほかの人とのつきあいを制限される
- □ 返事をすぐに返さないと怒られる
- □ スマホをチェックされる
- □ 常に行動をチェックされる
- □ 性的行為を強要される
- □ デートのお金をいつも負担させられる
- □ カレ（カノジョ）と会うのが怖い
- □ 自分の気持ちが怖くて言えない
- □ いつもカレ（カノジョ）の顔色をうかがってしまう

□にチェック✓がついたら、相手との関係が対等ではない可能性があります。デートDVを受けているかもしれません。

デートＤＶは、身近にあります。交際相手がいた（いる）人のうち、「デートＤＶ」の被害にあったことがある女性は22.7%、男性は12.0%います。そのうち20歳代の女性では、およそ4人に1人（23.7%）が被害を受けています。

内閣府男女共同参画局「男女間における暴力に関する調査 報告書」（令和6年3月）

でも、
嫌われたくないから
我慢する!

精神的な暴力

- どなる
- 無視する
- 逆ギレする
- 友人関係の制限

でも、
離れたいなんて
怖くて言えない。

デジタル暴力

- スマホのチェック
- 数分おきの着信
- 連絡先 の削除
- GPS機能の悪用

でも、
怒らないときは
優しい!

身体的な暴力

- なぐる
- ける
- たたく
- 物を壊す

デートDV

この5つの暴力が
複雑に絡み合っている場合もあります！

でも、
返してというと
怒られる。

金銭的な暴力

- お金を貸しても返さない
- いつもおごらされる

でも、
嫌われたくないから、
断れない。

性的な暴力

- 無理やり性的行為をしようとする
- 嫌がっているのに裸等を撮影する

デートDVの特徴

好きな人だから…　相手を信じたいから…
優しい時もあるから…　1人になりたくないから…
自分が悪いと思うから…
別れたら何をされるか分からないから…

被害に遭っていると気づかない
認めたくない
離れられない、別れられない

もし、あなたがデートDVの被害者だと思ったら

♥自分を大切にしてください!

「自分が悪いから、怒るんだ。」と考えたり、自分を責めないでください!
あなたが嫌だと思うことを受け入れる必要はありません。自分の気持ちを伝えること、嫌なことに「NO」と言うこと、相手との関係が対等になるために何ができるかを考えましょう。

♥誰かに相談しましょう

ひとりで悩まず、友達、家族、学生相談室、相談機関(With You さいたま)へ相談しましょう。
誰かに相談することで、ひとり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。

友達が交際相手との関係に悩んでいたら

♥友達の様子がおかしいかな?と感じたら

「何か困ってない?」と声をかけてみましょう。
あなたの心配な気持ちをそのまま伝えてもよいかもしれません。

♥友達から相談されたら

ゆっくり話を聞いてあげましょう。
相談者の気持ちをそのまま受け止めましょう。
「暴力を振るう行為は間違っている」ことを伝えてください。
「あなたは悪くない」と繰り返し伝えてください!

NGワード

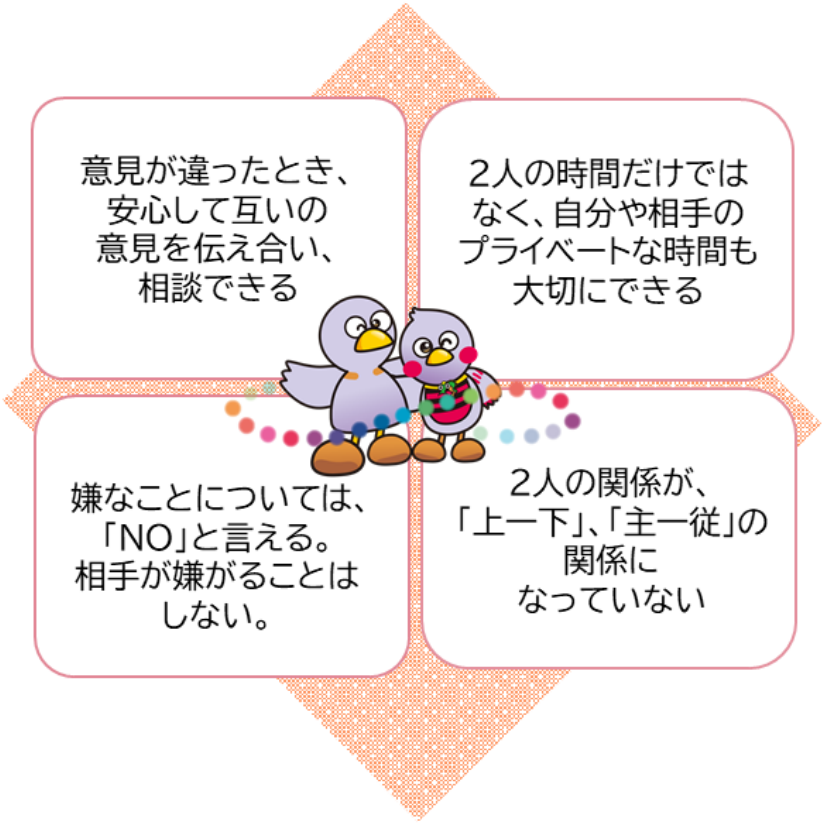
- **愛されているからだよ!**
- **じゃ別れちゃえば?**
- **自分が悪かったんじゃないの?**

友達はそれ以上話せなくなってしまいます

また、友達同士では解決できないことが多いので、信頼できる大人や相談機関に勇気を持って相談するよう勧めてください。そして相談先を教えてあげましょう。

安心できる関係性って？

互いの意見を尊重し、一緒にいるときも、離れているときも、
自分のことも、相手のことも大切にできる関係が、
安心できる関係性です。



出典：内閣府男女共同参画局、2024、「安心できる関係づくり」(2024.07.01取得)
https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/date_dv/relief.html

自分も相手も大切にするための「性的同意」

「性的同意」とは、性的行為に対して、お互いの気持ちをしっかり確認しあうことです。大切なことは、対等な関係の中で相手の意思をしっかり確認し、それを尊重することです。お互いの心と体を大切にするために、相手の気持ちを確認することが重要です。

No means No

- 「嫌と言っていない＝YES」ではありません。
- キスをしたからセックスをしてよいわけではありません。
- アルコールなどにより相手の意識がない状況では同意を確認したことにはなりません。
- 少しでも嫌だなと思うことや、避妊に関する不安を感じることがあったら相手に伝えましょう。

性的行為を伴う性暴力被害の約3割が
交際相手・元交際相手間で発生しています。
（内閣府男女共同参画局「若年層の性暴力被害の実態に関するオンラインアンケート及びヒアリング結果」（令和4年3月））

ひとりで悩まないで！

交際相手との関係が辛かったら、
自分の気持ちがわからなくなったら、
信頼できる人に相談しましょう！
下記のように相談窓口（相談無料・秘密厳守）もあります！
お友達を助けたい方もお電話ください！

相談先

匿名で、性別問わず、どなたでも無料で相談ができます。

デートDV

埼玉県女性・DV相談「たまチャ」
日・水・金/15:00～21：00（12/29～1/3を除く）

With You さいたま（埼玉県男女共同参画推進センター）
TEL 048-600-3800　（さまざまな悩み相談）
TEL 048-600-3700　（DVに関する相談）
月～水、金・土 /9:30～20:30
日、祝・休日 / 9:30～17:00（木曜日・12/29～1/3を除く）

画像流出被害などについての相談

警察相談専用電話（埼玉県警）
TEL ＃9110（ダイヤル回線及び一部IP電話は不可）又は048-822-9110
年中無休/24時間受付（夜間及び土・日・祝日・12/29～1/3は当直対応）

性犯罪被害についての相談

性犯罪被害相談ダイヤル「ハートさん」（埼玉県警）
（ハートさん）
TEL ＃8103（ダイヤル回線及び一部IP電話は不可）又は0120-83-8103
年中無休/24時間受付（夜間及び土・日・祝日・12/29～1/3は当直対応）

性暴力被害やAV出演契約の取消・差止請求のやり方などについての相談

性暴力等犯罪被害者専用相談電話アイリスホットライン
（はやくワン（ストップ））　（彩の国やさしい）
TEL ＃8891　又は　0120-31-8341　年中無休/24時間

予期しない妊娠に関する相談

にんしんSOS埼玉
TEL 050-3134-3100　年中無休/16:00～24:00（受付は23：00まで）

身体への危険がある場合は警察署へ
緊急な場合は、110番！