

?

恋人からの  
連絡には即レス

?



いつも一緒に  
いなくちゃ

???

?



?

これって

# 当たり前？

～今恋人がいる人も、いない人も  
考えてみてね！～

?



一緒にいるためなら  
バイトもやめる？




記念日なら  
何でもプレゼントは  
当たり前？

?

愛し合っていれば  
どこでもキスOK？

# 好きな人と安心して、楽しく穏やかに過ごすために

～こんな関係がつくれますか？～



2人の意見が違ったときでも  
安心して互いの意見を  
伝えあい相談できる



嫌なことには  
「NO」といえる

2人の時間だけでなく  
自分や相手のプライベート  
の時間も大切にできる

相手が嫌がることはしない  
相手の「NO」も受け入れる

2人の関係は対等かな？  
上下・主従関係になっていない？

あなたのこころやからだを大切にできるのはあなた自身です。  
暴力を振るわれていい人などひとりもいません。

**暴力は絶対に認めない**

自分のことを大切にする  
相手のことも大切にする



時には相手から離れることも選択肢の一つです。  
別れることに相手のOKはいりません。

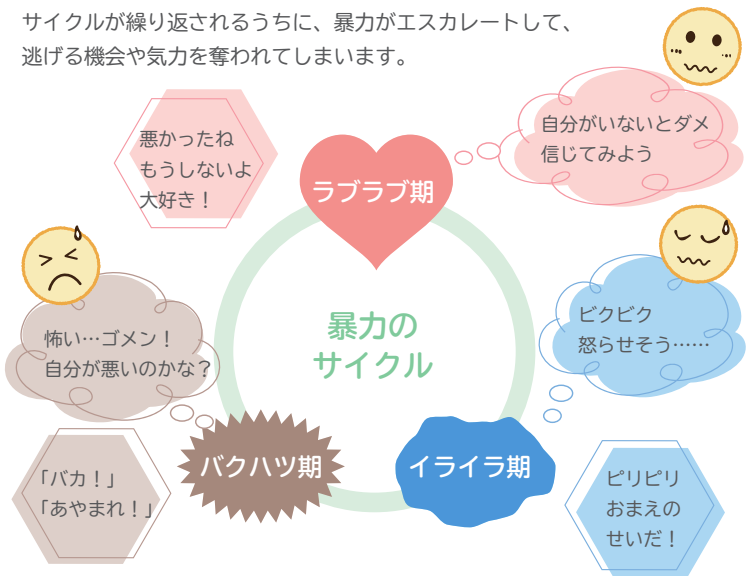
「好きな人が言うことだから…」

「束縛されるのは愛されているから…」

「今だけ我慢すれば・・・」

そんな気持ちが先立って、自分では暴力と気づけないこともあります。

暴力にはサイクルがあり、巻き込まれると簡単には抜け出せません。サイクルが繰り返されるうちに、暴力がエスカレートして、逃げる機会や気力を奪われてしまいます。



デートDVは、相手を自分の思いどおりにしようと暴力で支配することにより起こるもので対等な関係とするケンカとは違います。

対等な関係でのぶつかり合い ←→ けんか  
一方的に相手を支配する関係 ←→ デートDV

こんなことはありませんか？

## 「殴る・蹴る」だけが暴力じゃない！



腕を強くつかんだり、髪の毛を引っ張ったりする

「バカ」「ブス」「やせろ」などと言われる



一日に何度も「今何してる？」って確認される

メールの返信が遅いだけで、キレて怒る



デートのとき、いつもおごらされる

嫌なのに、キスされる



身体的暴力	殴る・蹴る・髪の毛をひっぱる、物を投げる・壊す など
精神的暴力	傷つく言葉を言う、無視する、不機嫌になる、仲間はずれにする、大声でどなる など
経済的暴力	借りたお金を返さない、物を買わせる、いつもお金を払わせる など
性的暴力	イヤな触り方をする、無理やり性的行為をする、避妊に協力しない など
社会的暴力	友だちとの付き合いを制限する、行動や服装をチェックする、束縛する など
デジタル暴力	携帯やスマホをチェックする、数分おきの着信、アドレスの削除 など

# デートDVかも……と思ったら

自分を責めないで

あなたはひとりじゃない

友だちがいつもと様子が違ったら



何か困っていない？と声をかけよう



友だちに相談されたら



そばでじっくり話を聴いてあげよう  
暴力をふるう方が絶対に悪い！あなたは悪くないよ、と伝えよう  
いつでも力になるよ、と言ってあげよう

けっして批判はしないで！  
「別れちゃえば」「愛されてるからだよ」は **ダメ!**  
友だちはそれ以上話せなくなってしまいます

友だち同士では解決できないこともあります。  
相談先(裏面)があることを教えてあげて、  
信頼できる大人に相談するようにすすめましょう。  
友だちのかわりにあなたが身近な大人に相談して  
あげてもいいかもしれません。

詳しくみてみよう



これって当たり前？

内閣府 男女共同参画局  
デートDVって？



# デートDVだけじゃない…こんな危険もいっぱい

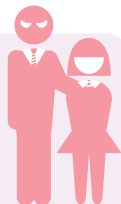
## 自画撮り被害 …“撮らない・撮らせない・送らない”

交際相手に下着姿や裸の写真・動画を撮られて、別れた後に仕返しや嫌がらせを目的にインターネットに流されることを「リベンジポルノ」といいます。インターネットに流された写真や動画をすべて消去することは困難です。自分の下着姿や裸の写真などは絶対に人に送ったり SNS に載せたりしてはいけません。SNS で知り合った人に送って被害に合うケースも増えています。



## JKビジネス・AV出演強要

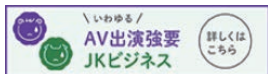
「JK ビジネス」とは女子高生などによる、散歩やマッサージなどの接客サービスを売り物とする営業です。モデルやアイドルのスカウト、アルバイトへの応募をきっかけに性的な行為を強要されます。甘いことばには決してだまされないようにしましょう。



被害にあわないためには

**「自分を大切にする」** ことを忘れないで！

詳しくみてみよう



内閣府 男女共同参画局  
AV出演強要/JKビジネス



# 好きな人とつき合っているのに 「怖い」「いやだな」「つらい」と思うことはない？

つき合っている人に対する「心やからだへの暴力」のことを「デートDV」といいます。



それとも……



恋人のことを思うとき  
幸せな気分になりますか？

相手の機嫌が気になって「怖い」  
という気持ちになったり…

好きな人と一緒にいるはずなのに  
「怖い」「つらい」と思ったり…

いつも相手の顔色をうかがって、  
ビクビクしてしまったり…

「嫌われたくない」「自分が悪い」と  
思ってしまうたり…

もしそうなら、2人の関係はどこかおかしいのかもしれませんが。

**あなたには自分の「幸せ」を選ぶ権利があります。  
嫌なことは「NO」と言ってもいいのです。**



**被害にあうのは女子だけではありません。**

男子も女子も、誰もがデートDVの  
被害者にも加害者にもなる可能性があります。

# 「つらい」「こわい」「どうしたらいいんだろう」

そんな時はひとりで悩まないで誰かに相談しましょう

相談  
無料

身近な人に相談したくないときは

下記の相談窓口へ！

名前を言わなくてもいいところもあります

秘密  
厳守

## ★DV相談プラス

電話相談 24時間いつでも 0120-279-889  
メール相談 24時間いつでも  
チャット 12:00~22:00

ツナグ ハヤク



安心して  
相談してね！

## ★子どもの人権110番

0120-007-110 月~金 8:30~17:15  
メール相談もできます (子どもの人権110番で )

## ★ヤング・テレホン・コーナー (警察庁少年相談室)

03-3580-4970 24時間いつでも

★よりそいホットライン 0120-279-338 24時間いつでも

ツナグ ササエル

## ★性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ相談センター

はやく、ワンストップ

#8891

東久留米市男女平等推進センター

☎042-472-0061

Email: fifty2@city.higashikurume.lg.jp

東久留米市本町3-3-1 市役所2階

平日9:00~17:00 (年末年始を除く)

令和3年3月発行