DVに悩んでいたら

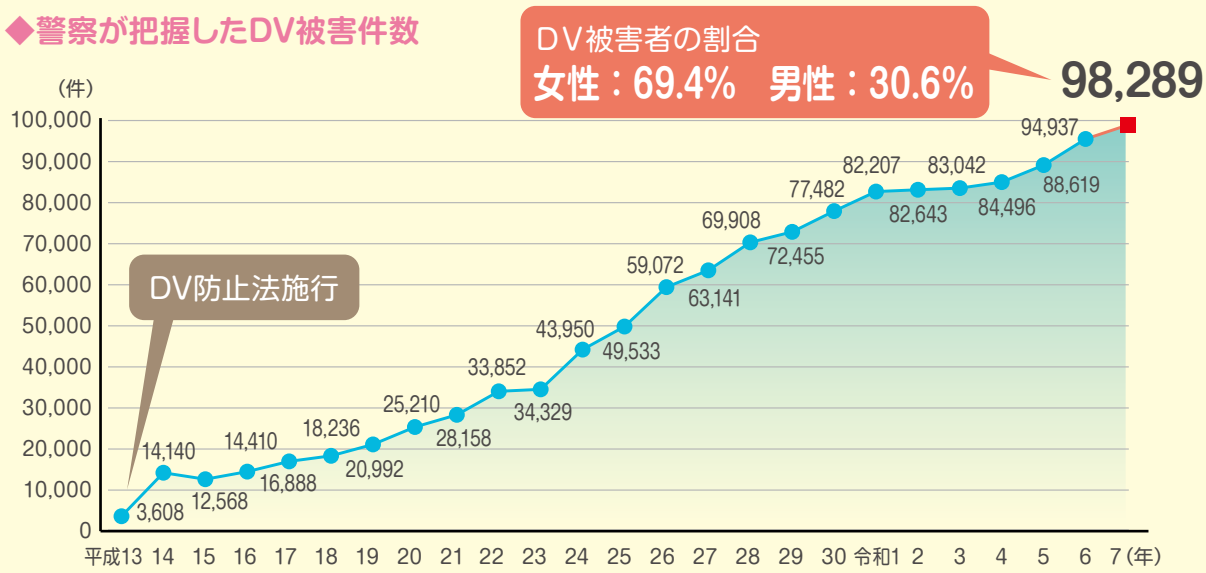
決してひとりで我慢しないでください

配偶者などからの暴力であるDV（ドメスティック・バイオレンス）。
いかなる理由があろうとも、暴力は決して許されるものではありません。
大切なのは、DVの事実をしっかり受け止めて、この状態から抜け出すことです。
周囲も、被害者や子どもたちの“見えないSOS”に目を向けることです。
暴力のない社会は、すべての人が安心して暮らせる社会です。

DVは増え続けています

DVという言葉が社会に浸透した反面、DV被害は2025年（令和7年）に過去最多の98,289件を記録するなど、DV防止法施行以降も被害が減る兆候は見られません。

◆警察が把握したDV被害件数



出典：警察庁「令和7年におけるストーカー事案、配偶者からの暴力事案等、児童虐待事案等への対応状況について」

品川区ジェンダー平等推進センター
品川区東大井 5-18-1 きゅりあん 3 階
☎03-5479-4104　FAX 03-5479-4111

DVとは

DVとは、配偶者または事実婚のパートナーなどの親密な関係の間で起こる「暴力」のことです。

かけがえのない、大切なあなたへ

誰かに相談し、DVから逃げてください

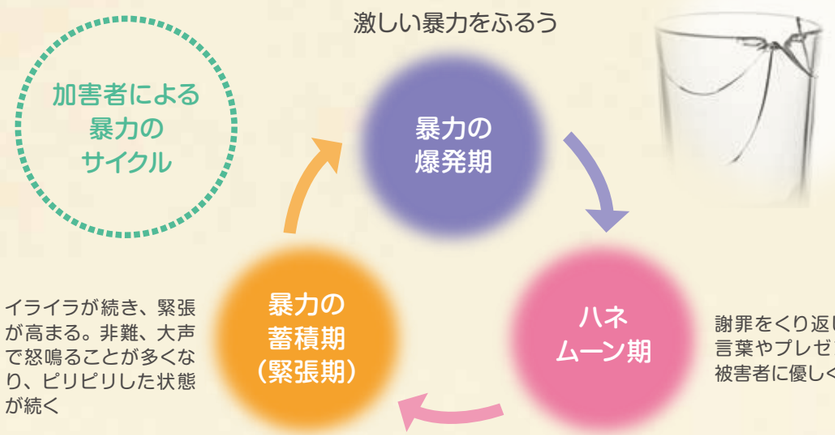
被害者のうち、女性36.3%、男性57.2%は誰にも相談できずにいます。また、被害女性の66.8%、被害男性の41%が「別れたい(別れよう)」と思っているにもかかわらず、別れた人は、女性20.1%、男性9.8%です。

しかし、被害者の女性6人に1人、男性13人に1人は、「命の危険を感じたことがある」と答えています。また、被害者がひとりで我慢した結果、自分だけに留まらずに子どもや親族などにも危害が及ぶケースがあります。勇気を持って誰かに相談し、DVから逃げる（加害者から逃げる）ことが、あなたとあなたの大切な人を守ります。

出典：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〈概要版〉（令和6年３月）」

被害者が加害者から「離れられない」背景

DVには下図のようなサイクルがあるといわれます。暴力を受けてもDV被害者は、ハネムーン期に今度こそ加害者が変わってくれるのではないかとの希望を持ち、その言葉を信じがちです。しかし現実は、サイクルがくり返されるたび、暴力は段々とエスカレートしていきます。



子どもの存在、世間体、経済的な問題、無力感・絶望感、逃げたらより危険な目にあう……などの状況も複雑に絡み合い、加害者との関係を断ち切ることを困難にしています。

さまざまな形のDV（暴力）

出典：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〈概要版〉（令和6年３月）」

身体的暴行	心理的攻撃	経済的圧迫	性的強要
殴る、蹴る、物を投げつける、突き飛ばす など	人格を否定する暴言、交友関係や行き先・電話・メールなどを監視する、長期間の無視、恐怖を与える脅迫　など	生活費を渡さない、貯金を勝手に使う、外で働くことを妨害する など	嫌がっているのに性的な行為を強要する、ポルノ映像などを無理に見せる、避妊に協力しない　など

DVに関する法律

■DV被害者を守るための法律

通称：DV防止法　2001年（平成13年）成立
〇正式名称：「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」
〇対象：夫婦、元夫婦、事実婚関係にある男女、同居する恋人、同居していた元恋人

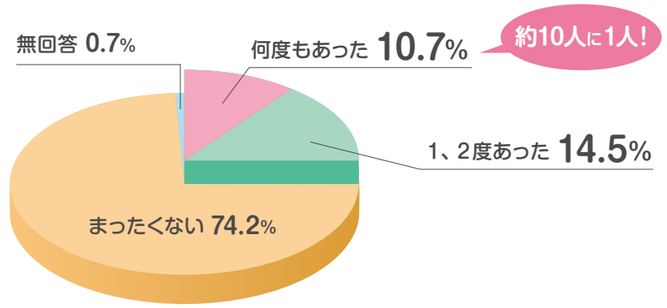
周囲のみなさんへ

DVは、あなたの身近で起こっています

「身近にDVの話なんて聞いたことがない」と思う人もいるでしょう。DVの実態が表面化しないのは、多くの被害者が誰にも相談しないためです。家庭という密室では、何かが起こっても証人になってくれる第三者はいません。DVは見えないところで起こる犯罪です。家族、親戚、友人、会社の同僚……あなたの身近なところにも必ず被害者がいます。

既婚者の約4人に1人がDV被害を経験

出典：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〈概要版〉（令和６年３月）」



あなたが相談を受けたときは

相談を受けたら、正論で諭したり、被害者の言うことを否定したりせずに、じっくり話を聞いてあげてください。そして、暴力を振るうこと自体が許されない犯罪だと伝え、専門機関に相談することをすすめてください。

※聞いた話は、第三者に話さないでください。加害者に伝わり、被害者が危険にさらされる可能性があります。

DVと子ども虐待

深刻な子どもへの虐待が社会問題となっていますが、その背景にDVが潜んでいる事実を見落としてはいけません。DVのある家庭に育つことで、子どもたちの心は深く傷つきます。子ども自身が虐待されていなくても、家庭内のDVを見聞きする「面前DV」は、「児童虐待（心理的虐待）」にあたると定義されています（児童虐待防止法）。

こうした被害を受けた子どもは、過度に緊張する、暴力的になる、不登校など、いろいろなSOSのサインを出しています。周囲の大人には、早い段階で子どものサインに気づき、対策をとることが求められています。

DVは被害者の心身や生活に深刻な影響を及ぼします

DVは打撲や骨折といった身体的なケガだけでなく、うつ病やPTSD※、自殺傾向、不安障害、アルコールや薬物乱用など、被害者の心身に深い傷を残し、生活に支障をきたすことも少なくありません。

※（複雑性）PTSD：自尊心を傷つけるような行為をくり返し受けることによって起こる心的外傷後ストレス障害。

相談できる場所があります。ためらわずに相談しましょう。

下記の専門機関では、専門家の視点から適切なアドバイスをもらえます。相談する中で自分の状態に気づき、DVから抜け出すきっかけをつかむことがあります。また加害者から逃げる、加害者を引き離すための支援を受けられる場合もあります。

●品川区ジェンダー平等推進センター（事前予約制）
☎03-5479-4104　予約は平日、午前9時～午後5時（土・日・祝日・年末年始を除く）
★DV相談…毎週木曜日（第2を除く）午後1時～4時
第2木曜日　午後5時30分～8時30分
※男性は電話相談のみ。
◎女性相談員による法律相談やカウンセリング相談などもあります。
その他、にじいろ相談（LGBTQ 専門相談）やこころのカウンセリング SNS 相談、男性のための相談などもあります。お問い合わせください。

●しながわ見守りホットライン（DV）（24時間）
☎0120-776-602

●東京ウィメンズプラザ
☎03-5467-1721　午前9時～午後9時（年末年始を除く毎日）
男性のための悩み相談　☎03-3400-5313（祝日・年末年始を除く）
毎週月・水・木曜日　午後4時～8時
毎週土曜日　午後1時～5時

●東京都女性相談支援センター
☎03-5261-3110　平日　午前9時～午後9時
土・日・祝日・年末年始　午前9時～午後5時

●警察相談専用電話
☎#9110　午前8時30分～午後5時15分（土・日・祝日・年末年始を除く）
★DV被害のほか、生活の安全に関する不安や悩みを相談できます。

●DV相談ナビ〔内閣府男女共同参画局〕
☎#8008
★最寄りの相談機関の窓口につながります。

●DV相談＋（プラス）〔内閣府男女共同参画局〕
☎0120-279-889（24時間）
★男性の相談にも対応（日曜日午後3時～午後9時は専用回線で受付）

●よりそいホットライン〔一般社団法人　社会的包摂サポートセンター〕
☎0120-279-338

●みんなの人権110番〔法務省〕
☎0570-003-110　午前8時30分～午後5時15分（土・日・祝日・年末年始を除く）

●夜間・緊急の場合
★警察（事件発生時）……　☎110
★東京都女性相談支援センター　……　☎03-5261-3911

このほか、DV相談に対応できる窓口には、保健所・保健センター／福祉事務所／弁護士会の法律相談センター／日本司法支援センター（法テラス）などがあります。

DV被害者からの相談内容が加害者、周りの人に知らされることはありません。相談の秘密は守られます。

令和8年8月作成

リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

禁無断転載©東京法規出版
HE153700