

あなたの支援者がここにいます。

【配偶者暴力相談支援センター】

○とちぎ男女共同参画センター相談ルーム ☎028-665-8720

月曜日～金曜日 9:00～20:00

土曜日・日曜日 9:00～16:00

○宇都宮市配偶者暴力相談支援センター ☎028-635-7751

火曜日～土曜日 9:00～17:00

※第4土曜日は12:00まで

○日光市配偶者暴力相談支援センター ☎0288-30-4140

月曜日～金曜日 8:30～17:15

○小山市配偶者暴力相談支援センター ☎0285-22-9602

月曜日～金曜日 9:00～17:00

○栃木市配偶者暴力相談支援センター ☎0282-21-2218

月曜日～金曜日 9:00～16:00

※上記以外でもお住まいの市町や県東、県南、県北健康福祉センターでも相談できます。

【その他の相談窓口】

○認定特定非営利活動法人ウイメンズハウスとちぎ ☎028-621-9993

月曜日～金曜日 9:00～17:00

○とちぎ性暴力被害者サポートセンターとちエール ☎028-678-8200

月曜日～金曜日 9:00～17:30、土曜日 9:00～12:30

○性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター（内閣府）

#8891（はやくワンストップ）

○DV相談ナビ（内閣府）

#8008（はれれば）

○性犯罪被害相談電話（警察）

#8103（ハートさん）

その他DVに対する相談機関等については

栃木県 DV対策

検索



発行 R5.3

DV ドメスティック・バイオレンス って、どんなこと？

DVとは？
配偶者や恋人などの
親密な関係にある
（あった）相手から
振るわれる暴力のこと。



相手が暴力を振るうのは自分のせいだ。

暴力さえ目をつぶればうまくいくはず。

子どもの幸せのためには暴力も我慢。

こんな思い込み
ありませんか？

栃木県

あなたは大丈夫？

もしかしたらこれってDVなの？

◆DVを受けていませんか？

- ☐ 相手の暴力でけがをしたことがある。
- ☐ 相手にバカにされるので何をやっても自信がもてない。
- ☐ 相手を怒らせないようにいつも気をつけている。

◆DVをしていませんか？

- ☐ 自分の思うようにならないことがあると不機嫌になったり、イライラを相手や物にぶつけたりする。
- ☐ 相手が自分の言うとおりにするのは当然だと思っている。
- ☐ 自分のことが好きなら、身体を許すことは当然だと思う。

ひとつでもチェックがついていたら、DVではないかと考えてみたり、自分の態度・行動を見直してみましょう。

国の調査（※）によると、女性の**約4人に1人**、男性の**約5人に1人**が、DVを受けたことがあると回答しています。DVは思っているより身近なところにある問題です。

（※）内閣府「男女間における暴力に関する調査結果」（令和2年度）

こんなことが起きていませんか？

殴る・蹴るだけが、暴力ではありません。
また、女性だけでなく男性も被害者となります。

◆DVは重大な人権侵害です。

身体的な暴力

- 殴る、蹴る、つねる
- 髪を引っ張る
- 物を投げつける

経済的な暴力

- 生活費を渡さない
- いつもお金を払わせる
- 借りたお金を返さない
- 仕事をさせない

精神的な暴力

- 言葉や態度で侮辱する
- どなったり脅したりする
- 何を言っても無視する
- 別れるなら死ぬ（殺す）
と言う

性的な暴力

- 性行為を強要する
- 避妊に協力しない
- 無理やりアダルト動画
を見せる
- 中絶を強要する

社会的暴力

- 実家や友人との付き合い
を制限する
- 携帯電話や郵便物を勝手に
見る
- 外出を制限する
- 行動を監視する

子どもを巻き込んだ暴力

- 子どもの前で「バカだ」
「親の資格がない」など
と非難する
- 「子どもに危害を加える」
と言って脅す

児童虐待に関する
相談はこちら

DV被害者を支援する さまざまな機関があります。

「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」(DV防止法)があります。

一人で悩まず、相談してください。

警察

- 暴力の相談に対応します。
- 加害者への指導警告や検挙を行います。

《緊急時は迷わず**110番**を》

配偶者暴力相談支援センター

- 暴力の相談に応じます。
- 保護命令の申請等、必要な情報の提供を行います。
- 被害者の一時保護について情報提供を行います。

緊急に相談したい。
加害者を捕まえてほしい。

相談したい。とりあえず
加害者から避難したい。

相談したいと
思ったら…。

暴力を受けて
ケガをした。

加害者が近寄って
こないようにしたい。

病院

- 暴力を受けた証明となる診断書を作成します。
- 被害者の意思を確認したうえで、配偶者暴力相談支援センターや警察に通報します。

地方裁判所

- 保護命令を発令します。

※お近くの相談機関へ
御相談ください。

暴力を受けているひとがいたら？

◆まわりにこんな人はいませんか？

- ☐ 暴力をふるわれて、あざができてることがある。
- ☐ 機嫌を損なうと、ひどい嫌がらせをされる。
- ☐ 別れたいと言うと死ねと言って脅される。
- ☐ 暴力の原因はおまえにあると言って責められる。
- ☐ 家を出ても追いかけてきて連れ戻される。

被害を相談された際に、「お互いに悪いところがあるんじゃないの?」、「束縛されているのは、愛されている証拠だよ。」などと言いがちです。

しかし、相談者はこれらの何気ない言葉に傷つき、さらに孤独感・無力感を深め、解決の機会を逃してしまう可能性があります。

相談を受けたときは、責めたり批評したりせず、時間をかけてじっくり話を聴き、「あなたは悪くない」と伝えましょう。

そして、自分でなんとかしようとせず、被害者の意思を尊重しながら、適切な相談機関を紹介してください。

(相談機関は裏面参照)

なお、状況を悪化させないために、加害者に直接連絡したり、接したりすることは避けましょう。

被害者・加害者・傍観者にならないために、
DVについて考えてみましょう。

