

DV・デートDVの相談窓口及び関係機関

相談窓口	電話番号	開設時間
小樽市女性相談室	0134-22-6010	9:30~16:15 (月~金)
小樽警察署	0134-27-0110	24時間対応
警察相談専用電話	#9110 (IP電話は使えません)	8:45~17:30 (月~金)
北海道立女性相談支援センター	011-666-9955 ※一時保護は24時間対応	9:00~17:00 (月~金) 18:00~20:00 (月~金) 9:00~18:00 (土日祝)
女性相談支援センター 全国共通短縮ダイヤル	#8778	最寄りの女性相談支援センターにつながります
DV相談ナビダイヤル	#8008	最寄りのDV相談支援センターにつながります
民間シェルター 女のスペース・おん(札幌)	011-215-0512	10:00~17:00 (月~金)
日本司法支援センター 法テラス札幌	0570-078374 (IP電話の場合 050-3383-5555)	9:00~21:00 (月~金) 9:00~17:00 (土曜日)
女性の権利ホットライン	0570-070-810	8:30~17:15 (月~金)
札幌法務局小樽支局 人権相談所	0134-23-3012	8:30~17:15 (月~金)
小樽市家庭児童相談室 (こども未来部 こども家庭課)	0134-32-5208	9:00~17:00 (月~金)
札幌家庭裁判所 小樽支部	0134-22-9157	9:00~18:30 (月~金)
DV被害男性専用電話	011-661-3210	9:00~17:00 (月~金)

発行：小樽市生活環境部男女共同参画課（令和7年4月）

〒047-0008 小樽市築港11-1 ウイングベイ小樽1番街4階

小樽市勤労女性センター内

☎ 0134-22-5904

年齢・性別を問わずに相談できます。

DVや性暴力の悩み、
受け止めてくれる人が
きっといる。

デートDV、性暴力
ひとりで悩まないで。



小樽市生活環境部男女共同参画課

目次

DV（ドメスティック・バイオレンス）を知っていますか？	・・・	2
これがDVです	・・・	2
DVに対する疑問	・・・	3
DVの特徴	・・・	4
なぜ逃げるできないの？	・・・	4
DVの影響	・・・	5
DVに悩んでいたら？	・・・	6
人から相談された場合には？	・・・	6
配偶者暴力防止法（DV防止法）とは？	・・・	7
保護命令とは？	・・・	8
保護命令の申立て手続き	・・・	8
逃げたい（一時保護）	・・・	9
新しい生活を始めたい	・・・	9
「デートDV」とは？	・・・	10
恋人と安心できる関係を築くために	・・・	10
DV・デートDVの相談窓口及び関係機関	・・・	11



* 内閣府男女共同参画局

電話（24時間受付） 0120-279-889

メール相談（24時間受付）

SNS相談（毎日12時～22時）

スマートフォンからは右のQRコードよりご利用ください



「デートDV」とは？

DVは夫婦の間だけで起こるものと思われがちですが、大人だけでなく、中高生や大学生など若者の恋人同士でも起こっています。

お互い好きで交際しているはずなのに、気に入らないことがあると、すぐ不機嫌になって無視をされたり、たたかれたり、傷つくことを言われる…一方的に暴力を使って相手を思い通りにしようとするをいいます。

相手のことを「怖いな」と思ったり、「恋人同士のことだから」と我慢したりしていませんか？もしかしたら二人の関係に問題があるかもしれません。

★デートDVチェック

- 大声で怒鳴る・バカにする。 望まない性的な行為をする。
- 友達と会うのを嫌がる・やめさせる。 長時間の無視をする。
- 殴る、蹴る、たたく、髪の毛を引っ張るなどの身体的暴力。
- 携帯電話のメールや通話履歴をチェックされる。
- デートのお金を支払わず、貸したお金も返してくれない。
- 嫌がっているのに下着姿や裸を撮影する。

恋人と安心できる関係を築くために

★「束縛」と「愛情」は違います

交際している相手から束縛されているのは「愛されているからだ」と思っていますか？「束縛」は「愛情」ではありません。好きだから「束縛」をするのではなく、好きだから自分と同じように相手の気持ちを「尊重」することが「愛情」です。

★「自分」の気持ちや身体を大切に

そして、「相手」の気持ちや身体も大切に。お互いに相手のことを思う気持ちがあれば、相手が嫌がることはしません。また好きな人と一緒にいる時に、びくびくすることなく、ありのままの自分であることができるはずです。



一緒にいると、幸せな気持ちでいられるような関係を築きましょう。

逃げたい(一時保護)

★暴力を受けて緊急に避難したい

110番通報するか、最寄りの警察署や交番に駆け込んでください。
身を寄せる場所がない場合には、北海道立女性相談支援センターや民間シェルターなどで、一時保護をすることができます。
また同伴する家族（子ども等）も一緒に保護することができます。
一時保護は、無料です。（医療費等、本人負担のものもあります。）
一時保護を求める場合は、配偶者暴力相談支援センター、警察、市の相談窓口にご相談してください。

★別れたい

法的に別れたい場合は、離婚や内縁関係の解消を行います。
詳しくは、弁護士に相談してください。
別居すれば内縁関係は解消となりますが、紛争が想定される場合は、家庭裁判所に調停を申し立てることができます。

★裁判費用の負担ができない

資力の乏しい方が法的トラブルにあった時に無料法律相談や、必要な場合には法律の専門家を紹介し、裁判費用や弁護士・司法書士の費用の立替えを行います。

新しい生活をはじめたい

北海道立女性相談支援センターや民間シェルターの一時保護施設は長期間滞在ができません。加害者から離れて自立した生活をはじめめるために、住まいの確保、生活資金の確保、仕事の確保等に関して、様々な支援制度があります。

★家を出る時に持ち出すとよいもの

- | | |
|----------------------------------|--|
| ◇ 現金、携帯電話 | ◇ 常備薬、処方箋 |
| ◇ 健康保険証又はそのコピー | ◇ 家の鍵 |
| ◇ 運転免許証・パスポート
(ビザ)などの身分証明書 | ◇ 相談機関や知人等の
電話番号リスト、住所録
(居所が知られないよう) |
| ◇ マイナンバーカード | ◇ 衣類 |
| ◇ 母子手帳、年金手帳、
身体障害者手帳など | ◇ 子どもの教科書・玩具 |
| ◇ 本人(子ども)名義の預金通帳
と印鑑、キャッシュカード | ◇ 調停、裁判、保護命令申し立て
の際に証拠となるもの |
| ◇ 生命保険証書 | (診断書、日記、写真、記録など) |

DV (ドメスティック・バイオレンス) を知っていますか?

DV (ドメスティック・バイオレンス) とは、
配偶者やパートナーなど、親密な間柄で起こる暴力のことをいいます。
どんな事情があったとしても、
暴力は決して許される行為ではありません。
DV (暴力) のない社会を築くために、
まずは、DVのことを知ってください。

これがDVです

殴る、蹴るなどの身体に対する暴力だけがDVではありません。
パートナーを自分のおもいどおりに支配 (コントロール)
しようとする態度や行動、これがDVです。

精神的暴力

大声で怒鳴る、無視する、
傷つく言葉を言う、
物を破壊して
恐怖心を与える
親族や友人との付き合いを
制限するなど

身体的暴力

殴る、蹴る、
つねる、たたく、
刃物など凶器を
からだに突き付ける、
髪の毛を引っ張る、
首を絞めるなど

経済的暴力

生活費を渡さない、
外で働くことを禁じる、
家計を厳しく管理する、
仕事を辞めさせたりするなど

性的暴力

性行為を強要する、
避妊に協力しない、
アダルトビデオを
無理やりに見せるなど

DVに対する疑問

★DVって夫婦げんかと同じじゃないの？

「けんかは対等」、「DVは支配」という違いがあります。

けんかは、お互いが対等な立場で意見をぶつけ合う一時的なものです。

DVはどちらかから一方的に継続して振るわれる暴力で、その間には支配と従属の関係があります。

DV関係の場合、相手からの暴力（身体的・精神的・経済的・性的）が怖くて、自分の意見を言いたくても言うことができず、何をするにも相手の許可を必要として自由がなく、支配と従属の関係になります。

★ごく一部の人の間で起こることじゃないの？

DVは、「一部の特別な人々」の間で起きる出来事ではありません。誰にでも起きる可能性があります。

内閣府の調査（令和6年3月）では、

女性の**27.5%**、男性の**22.0%**が配偶者等から暴力を受けたことがあると回答しています。

この中で何度も暴力を受けたことがある人は、

女性が**13.2%**、男性が**7.2%**となっています。

女性の**10人に1人**が何度も暴力を振るわれているのです。

★暴力を振るうのは特別な人なの？

暴力を振るう人は、一定のタイプではなく、年齢、学歴、職種、年収に関係がないといわれています。職場や周囲の人からも社会的な信用もあり、人当たりがいい人もいます。

家庭という密室の中でのみ暴力を振るう人もいますが、普段から誰に対しても暴力的な人もいます。

また、アルコール依存症、薬物依存、精神障害等が関連している場合があります。

その背景には社会における男尊女卑の考え方の残存がると言われています。

保護命令とは？

「配偶者暴力防止法」において、被害者の生命又は身体の安全を確保するために設けられた制度です。

接近禁止命令

- ・被害者や同伴の子どもへの接近の禁止
- ・被害者への電話・電子メール等の禁止
- ・被害者の親族等への接近の禁止

退去命令

- ・加害者を生活の本拠とする住居から退去させる

禁止期間は1年
(再度の申立ても可能)

禁止期間は2か月
(再度の申立ても可能)

違反した場合は、2年以下の懲役、または200万円以下の罰金

保護命令の申立て手続き

★保護命令の申立て

被害者が申立書を作成し、証拠書類等を添えて、地方裁判所へ提出し、申立てをします。

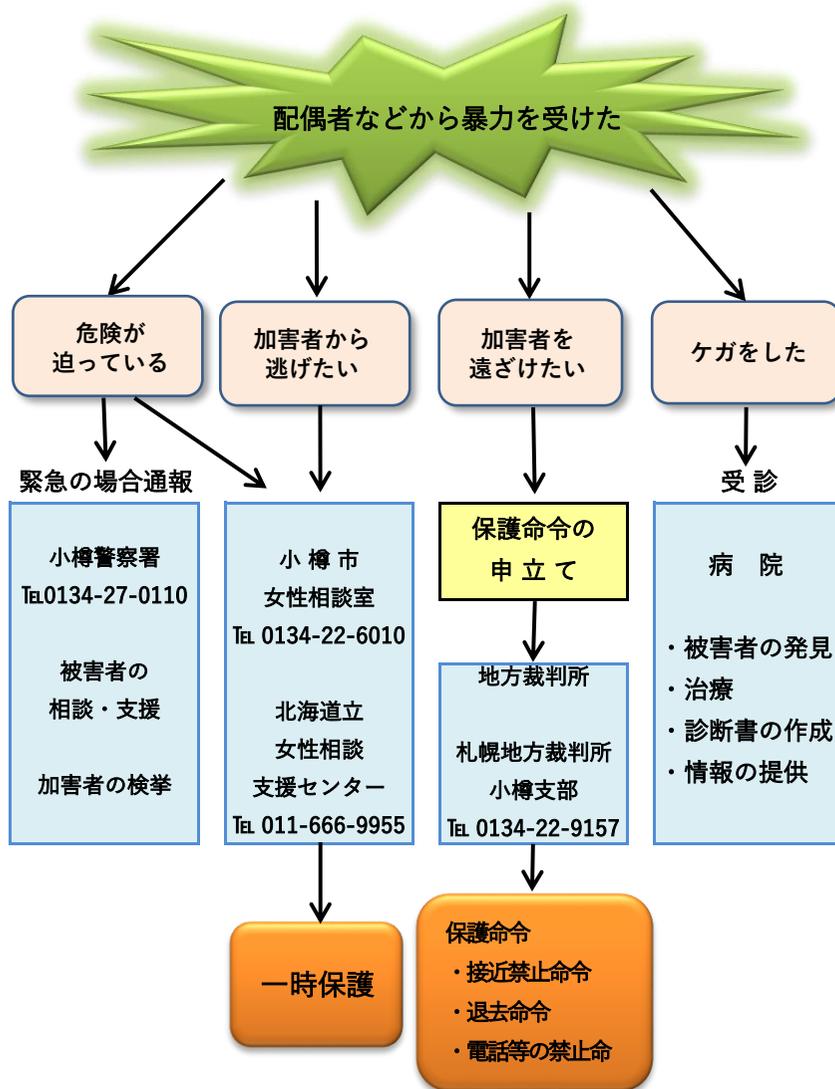
①警察又は北海道立女性相談支援センターで相談に応じています。

②これらの機関への相談等に代えて、最寄りの公証役場で宣誓供述書を作成してもらう方法もあります。

小樽公証役場 ☎ 0134-22-4530

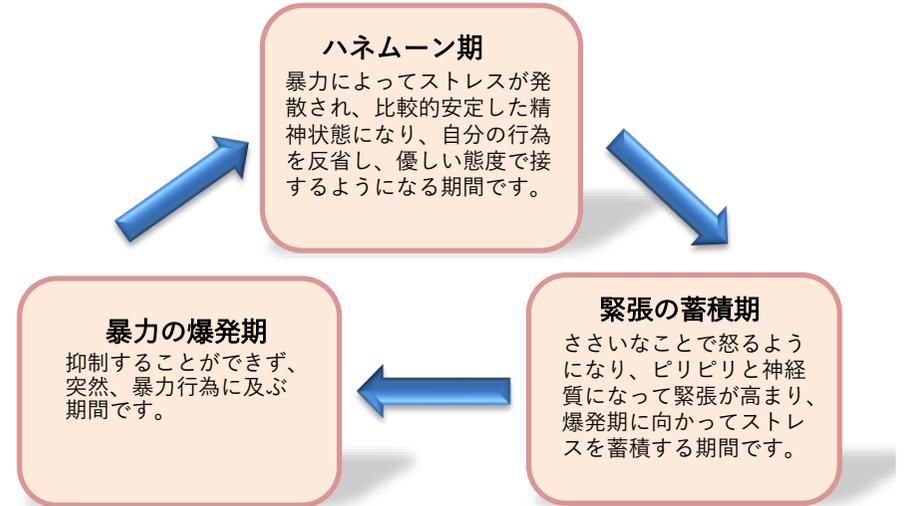
配偶者暴力防止法（DV防止法）とは？

配偶者からの暴力を防止し、被害者を保護するために平成13年に制定された法律です。この法律に基づいて、被害者支援のために様々な取組が行われています。



DVの特徴

★DVには一定のサイクルがあるといわれています



長期間暴力を受けて生活をしていると、DV被害者は正常な判断力や行動力、自尊心などが奪われて無気力状態になり、暴力の悪循環から逃れることができなくなっていきます。

なぜ逃げることができないの？

- ★「逃げたら殺されるかもしれない」という恐怖感から決心つかない。
- ★暴力を振るわれ続けることにより、「離れることができない」「助けてくれる人はいない」といった無気力状態に陥る。
- ★「暴力を振るうのは愛しているからだ」「いつか変わってくれるのではないか」など、被害者であることを自覚することが困難な心理状態。
- ★夫の収入で生活している場合は、今後の生活を考え逃げることができない。
- ★子どもがいる場合は、子どもの安全や就学の問題が気にかかり踏み切れないことがある。
- ★仕事を辞めなければならなかったり、これまで築いた地域社会での人間関係など失うものが多い。

上記の理由などで家を出る決心がつかないことがあります。

DVの影響

★被害者に与える影響

配偶者からの身体に対する暴力は、あざ、切り傷、骨折などで被害者の身体を傷付け、場合によっては、死に至ることもあります。

また、暴力を振るわれ続けることによって、将来への不安や絶望感から意欲や判断力が失われる場合もあります。

その他の暴力によっても、PTSD（心的外傷後ストレス障害）をはじめ、うつ病、アルコール依存症を引き起こし、心の健康を害してしまう人もいます。

暴力から逃れることができて、後々まで被害者を苦しめ、生き生きと暮らすことを阻むこともあります。



★DVと児童虐待～子どもに与える影響～

DVが起きている環境では、子どもに対する暴力が同時に行われている場合があります。

子ども自身が直接暴力を受けている場合は当然ですが、子どもの見ている前で夫婦間で暴力を振るうこと（面前DV）は子どもへの心理的虐待に当たります。

また、DV被害を受けている人は、加害者に対する恐怖心などから、子どもに対する暴力を制止することができなくなる場合があります。

DVや児童虐待によって、家族間の信頼関係が壊れていくこともあるのです。

お近くの
児童相談所につ
ながります

児童相談所
全国共通ダイヤル



いちはやく

1 8 9

DVに悩んでいたら？

★DVは犯罪となる行為を含む重大な人権侵害です
たとえ相手が、配偶者やパートナーなど
身近な関係にあったとしても、暴力は犯罪です。
どんな場合でも、どんな間柄でも、暴力は許されません。

★あなたは悪くありません

相手の暴力を、自分のせいだと思いついていませんか？
「私が悪いから…」などと自分を責めないでください。

★ひとりで悩まず相談しましょう

「恥ずかしい」「家族に迷惑がかかる」などと感じて
自分ひとりで解決しようと思いついて悩んでいませんか？

DV専門の相談機関（P11）では、
「加害者から逃げて住まいを確保したい」などの
相談も受けています。

秘密は守られますので、今すぐご相談ください。



人から相談された場合には？

★じっくり話を聞く

「あなたは悪くない」「よく相談してくれたね」
と声をかけて、話を最後までじっくり聞いてください。

「どうして殴られたの」「あなたも悪いのでは」など
被害者を責めるような言葉は言わないでください。

★相談機関に相談する

DVには、様々な相談機関（P11）があることを伝え、
そこへ相談するようアドバイスしてください。

