

# はもりあだより

Vol.9  
2022.11

パープルリボンには  
「女性に対する  
あらゆる暴力をなくしていこう」  
というメッセージが  
込められています

暴力をなくすために  
どうしたらよいか  
この機会に  
考えてみませんか

11月12日(土)～25日(金)  
「女性に対する暴力をなくす運動」期間です



## DVとは？

DVは、配偶者や恋人、元配偶者など親密な関係にある人、またはあった人から振られる暴力のことで、暴力によって相手を支配したり、コントロールしたりすることです。

DVは、「身体を傷つける暴力」と思われることが多いかもしれませんが、心や人としての尊厳を傷つけることも「暴力」です。

また、交際中のカップル間で起こる暴力を「デートDV」といい、交際の低年齢化に伴い中学生・高校生・大学生などの間で広がってきています。

これらの暴力は単独で起きることもありますが、多くの場合、複数の暴力が組み合わされて起こっており、被害者にとって耐えがたいものです。

## 様々な暴力の形態

### ◆身体的暴力◆

殴る・蹴る・首をしめる・髪を引っばる・物を投げつけるなど

### ◆社会的暴力◆

外出させない・実家、友人との交流を制限する・電話、メールの内容などを監視するなど

### ◆経済的暴力◆

生活費を渡さない・給料や貯金を勝手に使われる・借金をさせられるなど

### ◆精神的暴力◆

暴言・大声でどなる・無能だと見下す・威嚇する・物を壊すなど

### ◆性的暴力◆

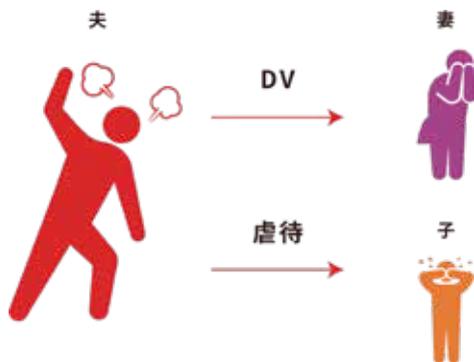
性行為を強要する・中絶を強要する・避妊に協力しないなど

## DVと児童虐待

DVが起きている家庭では、子どもに対する虐待が同時に発生する場合があります。

例えば、次のようなケースがあります。 ※妻から夫へ、DVが行われていることもあります。

◇配偶者に暴力をふるうとともに、子どもにも暴力をふるう



◇絶対的な支配の中では、DV被害者が虐待に加担させられる時もある

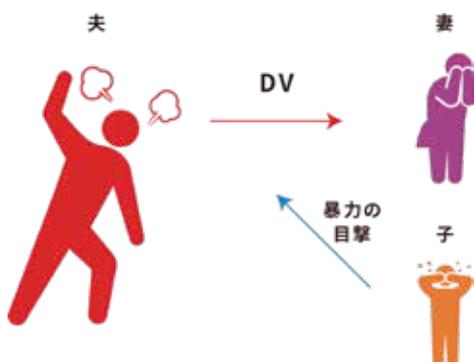


出典：政府広報オンライン

また、子どもが見ている前で配偶者や家族に対して暴力をふるうことは、子どもへの心理的虐待になります。これを「面前DV」といいます。

DVを目撃して育った子どもは、心身に傷を負いさまざまな影響を受けると言われています。

DVはパートナーだけでなく、子どもの心も壊してしまいます。DVと児童虐待は深いつながりがあります。



## 講演会

『児童虐待とDV』～取材を通して見えてきたもの～

11月17日(木)

14:00～15:30(開場13:30)

四日市商工会議所1階 ホール

参加無料

講師：杉山 春さん



# DVによる心身への影響

DVなど繰り返される暴力は、被害者の心や身体に悪影響を及ぼします。

身体への影響では、直接の暴力による受傷はもとより、頭痛、めまい、食欲不振、震えなどが起きることもあります。

心への影響では、うつ病とPTSD(心的外傷後ストレス障害)が多くあります。PTSDは、災害や事件・事故、命が脅かされると感じる出来事を体験して、強いストレスを受けた後で生じる精神疾患です。

## 侵入 症状

意図とは無関係にトラウマ(心の傷)となった出来事やその時の記憶が突然よみがえる(フラッシュバック)。そのことが心身に影響(気持ちの動揺、動悸、発汗)を与える

## 主な症状

## 覚醒度と 反応性の 著しい変化

警戒心が強まり、常に気を張りイライラする。また、音などの刺激にも敏感になり、少しの刺激にも驚くことがある。眠れなかったり、眠りが浅くなったりする

## 認知と気分の 陰性の変化

物事を否定的に捉えるようになったり、何事にも興味関心が持てなくなったりする。また、周りの人と距離を感じるようになり、幸せな感情が持てなくなる

## 回避 症状

トラウマとなった出来事にまつわる人、場所、状況、会話などを避けるようになる

## DV被害を受けている人は、

自分でもおかしくなってしまったのかと不安感に襲われていませんか。悪いのはあなたではありません。自分を責めたりしないでください。今のあなたは本当のあなたではありません。

ひとりで思い悩まず、まずは相談してください。

## DVやDVによる心身への影響で悩んでいる人が 周囲にいたら、

DV被害者は「誰も味方がいない」「誰も理解してくれないだろう」と孤立しがちです。まずはその人を批判せず、話を聞いてください。

「あなたは悪くない」「暴力を受けていい人など誰もいない」と声をかけてください。

そして、ひとりで悩まずに、相談できる場所があることを教えてあげてください。

あなたは  
悪くありません

全国共通ダイヤル

DV・児童虐待はすぐに相談をしてください

DVの相談は  
はれれば  
#8008

児童虐待の相談は  
いちやく  
189

# はもりあ四日市相談室からのご案内

ひとりで悩んでいませんか。

自分自身の生き方や夫婦・家族のこと、男女のこと、離婚のこと、DV、職場の人間関係など、さまざまな悩みをあなたの立場で考え、無料で相談をお受けします。お気軽にご相談ください。

## 婦人相談員による 女性のための電話相談

火曜日～土曜日 9:00～16:00  
水曜日 18:30～20:30



《専用電話》

059-354-8335

- ★市内に在住、または通勤・通学する女性なら、どなたでも利用できます。
- ★お一人30分程度
- ★相談は無料です。
- ★秘密は厳守します。

## 男性の臨床心理士による 男性のための電話相談

毎月第4土曜日  
13:00～16:00



《専用電話》

059-354-1070

- ★市内に在住、または通勤・通学する男性なら、どなたでも利用できます。
- ★お一人30分程度
- ★相談は無料です。
- ★秘密は厳守します。

## 自己尊重講座

### 「自分を大切にするために ～マインドフルネスを学ぶ～」

ストレスフルな環境下、自身のこころとからだに  
向き合い、マインドフルネスの考え方を学び、ス  
トレスをうまくコントロールできるようになりま  
しょう。

- ・日時 1月28日(土) 13:00～16:45  
2月4日(土) 13:00～16:15
- ・講師 公認心理師・臨床心理士 石田ユミさん
- ・場所 本町プラザ2階 第1会議室
- ・対象 両日参加できる市内在住・通勤・通学の女性
- ・定員 20人程度 (先着順、12/1(木)9時受付開始)

小さなレッスンを  
体験しながら、  
自分のこころとからだに  
向き合い、  
受け入れていきます



## NPO法人三重はぐくみサポートによる

### 「女性のSNS相談よっかいち(たよリス)」

コロナ禍という不安定な社会情勢の中で、孤独・孤立で不安を抱える女性  
に対して、市の委託事業として、SNS相談の窓口を開設しています。

女性の相談員が、LINEを活用し、女性が抱えているさまざまな心配事  
や問題について相談をお受けします。

相談受付は随時、返信は9時～12時、13時～16時です。(※12/31～1/3は休み)

女性のSNS相談  
よっかいち「たよリス」  
公式LINE



## 四日市市男女共同参画センター はもりあ四日市



〒510-0093

四日市市本町9-8 本町プラザ3階

開館時間 9:00～21:00 (日・月曜日・祝日休み)

【TEL】059-354-8331

【FAX】059-354-8339

【Eメール】kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp

ホームページは… はもりあ

検索



### 本町プラザと駐車場のご案内

