

ほけんだより 2月

令和7年2月

知っておこう デートDV

「デートDV」とは恋人の間で起こる様々な暴力のこと。
千葉市の調査では、高校生の4.7%（クラスの1~2人）
がデートDVの被害を経験しています。
誰でも、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。

こころへの暴力

- おどす、大声でどなる
- SNSで人格を否定することを言う
- 無視される
- 他の人とのやりとりを制限する
- スマホを勝手に見る
- いつも居場所を知らせるように言う



からだへの暴力

- なぐる、たたく、ける
- 髪をひっぱる
- 腕をつかむ
- 物を投げる

性的な暴力

- 相手がいやがるのに体をさわる、キスする
- 裸の写真を見せる

経済的な暴力

- いつもお金を払わせる
- お金を借りて返さない



右のページにある、デートDVチェッカーは、フランス・パリで「暴力チェックメーター」として開発されたものを、日本版として制作したアイテムです。パリ市監修のもとで作られていて、「良好な関係」「これは暴力」「危険な状況」の3段階に分かれていて、基準が明確化されています。

基準をもとに、自分がデートDVの被害を受けていないかを確認するだけでなく、加害者になっていないかも確認ができます。

「デート」とつくと、カップル間だけのチェック項目のようにも捉えられるかもしれませんが、友達関係や家族関係、生徒と先生の関係にも当てはめて使えます。恋人がいないよ、という人も、友達や家族との関係で、あてはまることがないか考えてみてください。

友達や家族からであっても、あなたの行動を束縛されたり、気に入らないことがあってキレられたりしていいわけがありません。

対等な関係とは

- 相手と自分との間に信頼や安心がある
- 相手の気持ちを大切にする
- ふたりですることはお互いの同意を確認し合う
- 相手に対して不安やおびえがない
- 一方的に相手の言いなりになっていない



デートDVを受けていると思ったら...

- ・相手にはっきり「NO」と伝える
- ・抱え込まず、信頼できる人や専門の相談機関に相談する
- ・相手から距離を置く、逃げる

相談窓口一覧

- ・デートDV110番
- ・DV相談+
- ・中高生SNS相談@ちば



デートDV チェッカー

楽しんで! (良好な関係)	0	あなたがしたいことを大切にする
	1	あなたの友達や家族も大切にする
	2	あなたのことを信用している
	3	あなたが自由に行っていることを喜んでいる
	4	2人ですることについては、必ずあなたにも了解をとる
警戒領域、ストップ! (これは暴力)	5	キゲンが悪くなると無視する
	6	あなたが言うことをきかないと脅したり、非難したりする
	7	あなたのことをバカにする
	8	ほかの人の前でバカにした態度をする
	9	あなたのことを何でもコントロールしようとする
	10	あなたの行動を束縛する
	11	あなたの交友関係や服装に文句をつける
	12	メールやアプリを見ようとしたり見せると言う
	13	裸や下着の写真を送るよう求める
	14	あなたを友達や家族と距離を置かせる
助けを求めて身を守って (危険な状況)	15	自分の非を認めない、あなたの方が悪いと言う(反対意見を言うとかバカにする)
	16	気に入らないことがあるとキレる
	17	身体を押ししたり、引っ張ったり、ゆすったり、叩いたりする
	18	あなたのせいで自分が自殺するなどと言う
	19	同意なくあなたの体を触る
	20	あなたの裸や下着の写真を他人に見せると脅す
	21	ポルノ動画を見るよう強要する
	22	セックスを強要する
	23	