

あなたの本当の気持ちを大切に…

誰かに話すことで、自分の本当の気持ちに気づくことがあります。「つらいけれど、どうしたらいいかわからない…」と感じていたら、相談機関に話してみませんか。



台東区では、DVや面談DVなどに対する様々な相談窓口を設けています。

* 相談は無料です

* 秘密は厳守します

たいとうパープルほっとダイヤル

相談専用電話 0120-288-322

月曜日～土曜日 9:00～17:00

※日曜日、第1・第3・第5月曜日(祝日の場合は翌平日)、
年末年始を除く

★予約は不要です★

FREE フリーダイヤルになりました!

「こんなこと誰にも言えない」とひとりで
悩まず、お電話ください。
どんなことでも構いません。
DV専門相談員がお話を伺います。

はばたき21相談室 (男女平等推進プラザ)

予約専用電話 03-5246-5819
予約受付時間 9:00～17:00

※日曜日、第1・第3・第5月曜日
(祝日の場合は翌平日)、
年末年始を除く

● ところと生きかたなんでも相談 ●

火曜日・土曜日 10:00～16:00
水曜日・木曜日 17:00～21:00

* 面接相談・電話相談どちらも可
* 面接相談は女性のみ、電話相談はどなたでも
* 火・土曜日は託児あり(1歳以上の未就学児)
* 1週間前までに要予約
* 相談時間: 1回50分
* フェミニストカウンセラー(女性)が相談に応じます。

● 女性弁護士による法律相談 ●

第2水曜日 13:00～16:00
第3木曜日 10:00～13:00
第4火曜日 16:00～19:00

* 面接相談・電話相談どちらも可(女性のみ)
* 毎月1日から予約受付開始
* 相談時間: 1回50分

台東区子ども家庭支援センター (日本堤子ども家庭支援センター内)

電話 03-5824-2571

メール soudan-kokasen1.ezb@city.taito.tokyo.jp

子育てや子供のこと、
家族の不安や悩みを
一緒に考えます。

ひとりで悩みを抱えているあなたへ…

DV(ドメスティック・バイオレンス)は、配偶者や恋人など、親密な関係にある(あった)人から受ける暴力のこと。誰の身にも起こりうる身近な問題です。

思い当たること、
ありませんか?



DVの暴力は、身体的なものに限られません

● 身体的暴力

- 殴る、蹴る
- 首をしめる
- 物を投げつける
- 引きずり回す
- 刃物を突き付ける など

● 精神的暴力

- 大声でどなる
- 無視する
- ばかにする
- 大切にしている物をこわす
- 急に怒り出す など

● 経済的暴力

- 生活費を渡さない、使わせない
- 働くことを許さない、強要する
- あなたの名義で借金をする
- あなたの貯金を勝手に使う など

● 社会的暴力

- 実家や友人との交友関係を制限し、孤立させる
- 電話やメール等を細かくチェックする
- 行動を監視する など

● 性的暴力

- 性的行為を強要する
- 避妊に協力しない
- 妊娠または中絶を強要する
- 嫌がっているのにアダルトビデオ等を見せる など

● 子供を巻き込んだ暴力

- 子供の目の前で暴力をふるう、誹謗・中傷する
- 子供を危険な目にあわせる
- 「子供に危害を加える」と言って脅す など

DVは、心とからだに様々な影響を与えます

- けが、骨折、やけど
- 頭痛、不眠、胃痛、手足の震え
- うつ病、PTSD(心的外傷後ストレス障害)
- イライラ、集中力の欠如、忘れっぽい、思考力・意欲の低下
- 不安、孤独、絶望、無力感、自信喪失、自己評価の低下、自責の念
- 人間不信、社会からの孤立
- 就業困難、子供を養育できない
- 望まぬ妊娠・中絶・流産 など

こんな思いで悩んだり、苦しんだりしていませんか?

- 相手の機嫌を損ねないか恐怖心や不安感がある
- 本当はやさしい人なんだから…
- 私が悪かった…、私さえ我慢すれば…
- どうせ自分には何もできない…
- 離れたいけれど、子供のことや経済的な不安が大きいし、
これまで築いてきた生活や人間関係を失いたくない
- 実家などに迷惑をかけたらどうしよう… など



若年層にも広がるデートDV

恋人同士、特に若いカップルの間で起きる心とからだへの暴力は「デートDV」と呼ばれます。
国の調査では、20歳代の女性の3人に1人が被害にあっています。(2018年内閣府発表)



※男女平等推進プラザでは、デートDV防止啓発誌「デートDVについて知っておこう」を配布しています(台東区のホームページでもご覧になれます)。

子供に深刻な影響を与える面前DV

18歳未満の子供の前で、配偶者や家族に対して身体的暴力や精神的暴力を振るう状況を「面前DV」といい、児童虐待防止法では子供への心理的虐待にあたります。
DVにより、子供は不安や恐怖などのストレス状態に置かれることになり、成長や発達に様々な影響を及ぼすことがあります。



- 身体症状(頭痛、腹痛、発熱など)
- 落ち着かない、ぼーっとする
- 自己肯定感が低くなる
- 良好な人間関係が築けなくなる など

その他の相談窓口

◆ 内閣府 DV相談+(プラス)

* 電話相談 0120-279-889 ※24時間対応
* SNS・メール相談 <https://soudanplus.jp/> からアクセス
* メール相談は24時間対応、SNSのチャット相談受付は12:00～22:00
* 10言語での外国語相談あり

◆ 東京ウィメンズプラザ

* DV専用電話相談 03-5467-1721 ※毎日 9:00～21:00 (年末年始を除く)
* LINE相談 ささえるライン@東京 ※毎日 14:00～20:00 (年末年始、7月3日曜日を除く)
アカウント名「ささえるライン@東京」

◆ 東京都女性相談センター

* 電話相談 03-5261-3110
※月曜日～金曜日 9:00～21:00 土曜日・日曜日・祝日・年末年始 9:00～17:00

