

○東京ウィメンズプラザ各種パンフレット等 \*ダウンロードできます。  
パンフレットについてのお問い合わせは、「東京ウィメンズプラザ 相談担当」まで。

「パートナーからの暴力に悩んでいませんか」(カード)

[consult\\_01.pdf \(tokyo.lg.jp\)](#)

東京ウィメンズプラザ  
DOMESTIC VIOLENCE  
パートナーからの暴力に悩んでいませんか  
「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」はあなたを応援します。  
東京都

一人で悩まないでご相談ください(相談無料、秘密厳守)

配偶者暴力相談支援センター

東京ウィメンズプラザ	03-5467-2455
9:00~21:00 (年末年始を除く毎日)	
東京ウィメンズプラザ(男性のための悩み相談)	03-3400-5313
月・水 17:00~20:00 (祝日、年末年始を除く)	
東京都女性相談センター	03-5261-3110
月~金 9:00~20:00 (土日、祝日、年末年始を除く)	
東京都女性相談センター多摩支所	042-522-4232
月~金 9:00~16:00 (土日、祝日、年末年始を除く)	
警視庁総合相談センター	#9110 又は 03-3501-0110
月~金 8:30~17:15 (土日、祝日、年末年始を除く)	

~また、お近くの警察署の生活安全課でも相談できます。~

夜間・緊急の場合

警察(事件発生時)	110番
東京都女性相談センター	03-5261-3911

TEL 03-5467-2455

「デート DV って、なんだろう？」(カード)

[02card.pdf \(tokyo.lg.jp\)](#)

\*結婚前の恋人間の暴力のごと。恋愛関係になった途端に、相手の態度が急に变化して、命令したり、監視したり、暴力をふるったり、そんな経験はありませんか？

\*男性でも女性でも被害にあうことがあります。

\*そして、暴力はだんだんにエスカレートし、ストーカー行為や暴行被害につながることもあります。

デートDVって、なんだろう？

東京都

携帯電話やメールを細かくチェックして行動を監視したり、家族・友達とのつきあいを制限する。大切にしているものをわざと壊す。など

▶性的な暴力  
性行為を強要する。中絶を強要する。避妊に協力しない。無理やりポルノビデオを見せる。など

配偶者からの暴力は、家庭内や本人どうしの問題と考えられてきましたが、今では**重大な人権侵害**としてとらえられ、その防止や被害者の保護を図るため、配偶者暴力防止法が制定されています。

都の調査では、配偶者暴力の相談にきた被害者の**5人にひとり**が結婚前から暴力を受けていたと答えています。

もし恋人から怖いと感じるような言動を取られてしまったら、「愛されている証拠なのだ」、「自分に落ち度があるからではないか」と暴力を我慢したり、**一人で抱え込まないで、高気を出して相談してください。**

暴力にはどんなものがあるの？

暴力なんて自分たちには関係ないと思っていませんか？  
でも、暴力は、殴る、蹴るだけではなく、

▶身体的な暴力  
髪を引っ張る。首をしめる。物を投げつける。など

▶精神的な暴力  
大声でどなる。殴るそぶりをして脅す。

一人で悩まないで、相談してみよう。

秘密は守ります。相談無料です。

●東京ウィメンズプラザ(女性用)	TEL.03-5467-2455
9:00~21:00 (年末年始を除く)	
●東京ウィメンズプラザ(男性用)	TEL.03-3400-5313
17:00~20:00(月・水), 14:00~17:00(土)	
※祝日・年末年始を除く	
●東京都女性相談センター(女性用)	TEL.03-5261-3110
9:00~20:00(土日・祝日・年末年始を除く)	
●東京都女性相談センター多摩支所(女性用)	TEL.042-522-4232
9:00~16:00(土日・祝日・年末年始を除く)	
●警視庁総合相談センター(男性・女性とも)	TEL.03-3501-0110
8:30~17:15(土日・祝日・年末年始を除く)	

※このほか、各区市町村でも相談を受けています。

けがをしたり、命の危険を感じる緊急の時は・・・

●警察(事件発生時)	110番
●東京都女性相談センター(夜間・緊急の場合)	TEL.03-5261-3911

「配偶者や交際相手からの暴力で悩んでいませんか」(冊子)

[nayandemasenka29.pdf \(tokyo.lg.jp\)](http://nayandemasenka29.pdf)



「パートナーからの暴力にお悩みの方」(相談先の情報)

[パートナーからの暴力にお悩みの方](#)

東京都 **東京ウィメンズプラザ** [サイトマップ](#) [都庁総合トップページ](#)

文字サイズ [小](#) [中](#) [大](#) [サイト内検索](#) [印刷](#)

東京ウィメンズプラザとは [施設を利用する](#) [相談する](#) [本・資料を探す](#) [講座・イベント](#) [民間活動支援](#)

[ホーム](#) > [相談する](#) > [パートナーからの暴力にお悩みの方](#)

**相談する**

- パートナーからの暴力にお悩みの方
  - 配偶者暴力(DV)とは何ですか?
  - 交際相手暴力(デートDV)とは何ですか?
  - どんな相談がきていますか? (配偶者暴力相談Q&A)
  - どんな相談がきていますか? (交際相手暴力相談Q&A)
  - どんな支援がありますか? (一時保護、安全な生活、生活の再建など)
  - 配偶者からの暴力に関する法律情報
- 夫婦・親子、生き方、職場の人間関係などにお悩みの方
- 聴覚などに障がいがあり電話による相談が困難な方で、パートナーからの暴力にお悩みの方

配偶者暴力(DV)・交際相手暴力(デートDV)被害者ネット支援室

### パートナーからの暴力にお悩みの方

どこに相談したいですか?

配偶者暴力(DV)・交際相手暴力(デートDV)で悩んでいる方の相談をお受けします。まずはお電話ください。  
※原則、東京都に在住、在勤、在学の方を対象としています。

**東京都配偶者暴力相談支援センター**

**東京ウィメンズプラザ**

配偶者暴力(DV)・交際相手暴力(デートDV)で悩んでいる方の相談をお受けします。必要に応じて、面談相談(予約制)も行います。まずはお電話ください。

- 匿名で相談できます。
- 相談は無料です。
- 秘密は厳守します。