

財団法人 女性のためのアジア平和国民基金
(アジア女性基金)

アジア女性基金は、元「慰安婦」の方々への国民の償いを行うこと、女性の名誉と尊厳に関わる今日的な問題の解決に取り組むことを目的として、1995年7月に発足いたしました。以来、政府と国民の協力によって、具体的な事業を実施してまいりました。

そのひとつは、元「慰安婦」の方々への国民的な償い事業です。それは1)元「慰安婦」の方々の苦悩を受け止め心からの償いを示す事業、2)国としての率直なお詫びと反省の表明、3)政府の資金による医療・福祉支援事業です。この償い事業は、2002年、順次終了の時期を迎えます。

同時にドメスティック・バイオレンス(夫や恋人からの暴力)や人身売買など、女性や子どもに対する暴力や人権侵害によって苦しむ方々が、まだまだたくさんいます。アジア女性基金では、今日的な女性の人権の問題にかかわることによって、過去だけでなくすべての女性に対する暴力のない社会を目指して、その問題の解決のために、以下のような活動に取り組んでいます。

女性が現在直面している問題についての国際会議の開催
女性の人権問題に様々な角度から取り組んでいる女性の団体への支援活動
女性に対する暴力、あるいは、女性に対する人権侵害についての原因と防止に関する調査・研究
暴力や人権侵害の被害女性に対するメンタルケアの開発
女性に対する暴力のない社会を目指す啓発活動

基金の事業や活動についてのお問い合わせは、下記までご連絡ください。なお、インターネットでも基金の事業はご覧になれます。

〒107-0052

東京都港区赤坂2-17-42 赤坂アネックスビル4階

TEL:03-3583-9322/9346 FAX:03-3583-9321/9347

ホームページ:<http://www.awf.or.jp>

e-mail:dignity@awf.or.jp

夫やパートナーからの 暴力対応マニュアル &

暴力から身を守り行動するために



財団法人 女性のためのアジア平和国民基金
(略称 / アジア女性基金)

目次へ

夫やパートナーの暴力 ドメスティック バイオレンスは、犯罪です

夫やパートナーが、妻や恋人に対してふるう暴力 ドメスティックバイオレンスーDV は、家庭内で起こる暴力のため、なかなか表面化することはありません。しかし、社会的、経済的、肉体的に優位に立つ男性が、弱い立場にある女性をさまざまな暴力で支配しようとする行為は、「夫婦げんか」などの個人的事情、個別的問題の範囲を越え、女性の人権を侵害する明らかな犯罪です。

これまで日本では、夫の妻への暴力は「家庭内の問題」と軽視され、いくら妻が夫の暴力を警察に訴えても、「夫婦間の問題に法は介入しない」という原則から問題にされないことが多くありました。また、恋人同士の場合でもプライベートな問題として処理されがちでした。しかし、このような社会的状況の中で繰り返し暴力を受けることで、精神的、肉体的に傷を負う女性が年々増えているのも事実です。

2001年10月、「配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律（DV防止法）が施行されました。この法律によって、加害者に対する罰則が明確になり、被害者に対する保護や対応する相談機関への教育・研修が明文化されました。しかし、法律があっても、解決への一歩を踏み出すのは被害者自身です。

このマニュアルは1998年の作成以来、各地の自治体 NGO並びに個人からの送付依頼が多かった「対応マニュアル」及び（1999年）の重複部分を削り、一冊にまとめたものです。

夫やパートナーの暴力を犯罪と認識し、その危険から身を守り、どのように問題解決をはかればよいのか、暴力についての基本的知識と早期の具体的な対応策をまとめました。あなた自身やあなたの身近な人が、もしドメスティックバイオレンスの被害を受けているなら、暴力的関係から脱出するためにぜひこのマニュアルを役立ててください。

目次

ドメスティックバイオレンスの現況	4
ドメスティックバイオレンスとは？	5
ドメスティックバイオレンスの実態	6
暴力は繰り返します	7
ドメスティックバイオレンスの特徴	8
ドメスティックバイオレンス早期発見チェックシート	10
DV防止法が施行されました。相談しましょう	11
家を出る場合 セーフティプラン	12
家にとどまる場合	15
新しい生活をはじめするには	17
新しい生活の方法	19
公的支援	20
法的手続き	21
全国相談窓口案内&シェルターリスト	25

多くの女性が夫から暴力を受けています。

命の危険を感じるくらいの暴行を受けたことがある	4.6%
医師の治療が必要となる程度の暴行を受けたことがある	4.0%
医師の治療が必要とされない程度の暴行を受けたことがある	14.1%
あなたがいやがっているのに性的な行為を強要されたことがある	17.7%

平成12年2月総理府（現内閣府）
「男女間における暴力に関する調査」結果

配偶者間における刑法犯検挙件数のうち女性が被害者となった事件の割合（平成12年）

暴行	97.6% (127件中124件)
傷害	94.4% (888件中838件)
殺人	68.0% (197件中134件)

警察庁統計

夫やパートナーによる女性への暴力は、いまだに是正されない男性中心の社会構造に深く関わっており、暴力をふるう男性側の意識変革や、就職や賃金に関する女性の社会的地位の改善、女性の自立を阻害する差別の排除など、今後も根本的な問題解決に取り組んでいくことが必要です。そのためにも、「妻は夫の従属物である」、「妻は家庭を守るべき」などの男性や社会一般の考え方を改め、「夫やパートナーの暴力は犯罪である」という認識を社会全体に広めていくことが大切です。

夫やパートナーからの暴力は「犯罪」です

たとえ相手が夫や恋人など身近な間柄であっても、暴力は暴力。隣人があなたを殴ってけがを負わせた時にはその隣人は罪に問われ、夫があなたに同じことをした時には夫は罪に問われないというのでしょうか、そのような道理はどこにもありません。許されるべきではありません。

暴言や性的暴力も「暴力」です

殴る、蹴るといった肉体的暴力だけでなく、DVは様々な形をとってあらわれます。精神的な暴力や性的暴力によって心の病に冒される女性も少なくありません。これらもまた、許されるべきでない暴力行為です。

精神的暴力

「誰のおかげで食べられるんだ」「妻は子どもを産むだけの道具だ」など、侮蔑的、差別的発言で相手を傷つける。交友関係や電話を細かく監視したり、外出を制限したりするなど、相手の行動を制約し、独占しようとする。生活費を渡さなかったり、支出について細かく監視するなど、家計の主導権をとり、相手に一切の裁量を与えない。何を言っても無視する、なにかにつけ女性が劣位にあるような扱いをする等、対等なコミュニケーションをとらない、など。

性的暴力

脅しや暴力で性的関係を強要する、避妊に協力しない、見たくないポルノビデオや雑誌を見せる等、意思に反する性的行為を強要する。

子どもを利用した暴力

子どもに暴力を見せる、子どもに危害を加えることをほめかしたり、女性から子どもを取り上げたりする。

ドメスティックバイオレンスの実態

本当に、あなただけに非があるのでしょうか？

「彼の嫌がることを自分が言ったから」「言われたとおりできなかったから」と、彼の暴力を自分の落ち度のせいと思いこんでいる被害者は大勢います。多くのDV加害者が、あなたにそのように思いこませようとしていることも事実です。

ドメスティック バイオレンスの サイクル

開放期 (ハネムーン期間)

加害者
女性を大切にし、いとおしむ。プレゼントなどをあげる。絶対もうしないと約束する。女性の罪悪感や同情心に働きかける。他人を介して女性に働きかける。別れないで一緒にいようという。女性に息が詰まるような強い愛情を注ぐ。

被害者
パートナーが変わるのではないかという希望を持ち、パートナーの約束を信じたいと思う。

暴力が起こる

加害者
怒りのコントロールができなくなる。女性が重度の外傷を負うような暴力をふるう場合もある。暴力のコントロールや予測ができない場合、ひどい事件になる可能性はある。

被害者
重度の外傷を負わされる場合もある。緊張と恐怖を感じ、無力感を持つ。パートナーに従順になり、責められることを受け入れる。怪我を隠そうとしたり、周囲の人にも助けを求める場合もある。

暴力は繰り返します

あなたは、彼の暴力に何らかの理由をつけて、自分を納得させようとしていませんか？

DVの被害者は、「彼はあの時、酔っていたから」「たまたま虫の居所が悪かったから」などと考え、彼の暴力は一過性のもの、例外的なものと思いこもうとする傾向があります。彼もまた、自分の暴力についてそのように弁明しがちです。翌朝には別人のようにやさしい彼であれば、あなたがその言い訳を信じたくなるのも、なおさら無理のないことです。しかし、暴力は再発するという性質を持っており、それは多くの事例が証明しています。

加害者の「仮の姿」と「真の姿」を見定めましょう

多くの加害者に見られることですが、彼はとても乱暴であったり、一転して反省の態度を見せたり、別人のようにやさしくなったり、ということを繰り返します。多くの場合、このサイクルを重ねるにつれ暴力の度合いは激しくなります。どの姿が彼の本質を表しているのか、あなた自身がよく見定めてください。彼の態度に疑問を感じる瞬間があったら、その疑問を安易に打ち消さないで、よく彼を観察してください。

いつそれを断ち切りますか？ 暴力は繰り返します。

緊張形成期 (張り詰めた期間)

加害者
とげとげしい言葉や軽い爆発を起こす。言葉が荒くなり、女性に軽い殴打、平手打ちなどの暴力をふるう

被害者
パートナーの爆発を予感し、それを防ぐために環境を操作しようとする。暴力は自分のせいだと考え、理由づけようとする。以前と同じようなことがあっても、今回の暴力が大きな暴力に発展するとは信じたくない。

ドメスティックバイオレンスの特徴

暴力が繰返し起こるにもかかわらず、女性はその状況にとどまることが多くあります。

女性はなぜ暴力的関係にとどまるのでしょうか。

1) 経済的依存

彼がいなければ、家族は生活していけないという状況

2) 親、妻としての責任感、罪悪感

家庭生活をうまく進められないのは、自分の責任との思い

子どもに対して、家庭を壊してはならないという思い

3) 自立への不安

この先、一人で生活していけるかわからないという不安

4) 根拠のない楽観主義

暴力は一時的なもので、正常ではない状況で起きているという思い込み（暴力の病にかかっているのを認めたくない思い）

状況がよくなる証拠はどこにもないのに、よくなるという思い込み（彼が変わってくると信じる思い、あるいは思い込み）

暴力は人格の問題で直らない場合もあるが、自分が直せるとの思い込み

5) 救世主コンプレックス

自分がいなければ、彼は救えないという思い込み
彼が変わるのを、自分が助けなければという思い

6) 周囲への体面、屈辱感

周囲の人に暴力を知られることを恥、屈辱とする思い

7) 絶望感、あきらめ、否定

男はみな暴力をふるうものだと思い込み
自分が受けている暴力は、大したことはなく、他の人はもっとひどい暴力を受けているという思い

周囲の人が虐待を受けていることを信じてくれない

8) 報復への恐怖

家を出ようとしたら、もっとひどい暴力を受けるのではという恐怖

9) 支援の欠如、孤立感

家族や諸機関からの支援が得られず、孤立しているという思い

10) 愛情、執着

愛された記憶や、暴力をふるわない時の彼の優しさへの執着

11) マイナスの心理的ニーズ、思い込み

暴力をふるわれることで、自分自身の存在価値を確認し、満たす心理

表面的にはパートナーが暴力をふるうのだが、無意識的には「自分が暴力をふるわせているという支配感」が満たされる心理（愛情と暴力が一對のパターンになって、愛情と暴力を切り離せない。愛情の側面だけを見て暴力を抑圧してしまう）

自分自身の内的な攻撃性、暴力を全部パートナーにかぶせることができ、自分は無垢な犠牲者でいられる心理

ドメスティックバイオレンス 早期発見チェックシート

あなたと
パートナーの関係は
大丈夫？

ドメスティックバイオレンスが起る過程には、いくつかの徴候があります。夫やパートナーとの間でこんなことが起こったら、危険信号です。あなたもこのチェックシートで、一度チェックしてみてください。暴力の徴候は早期に発見し、早期に対応することが大切です。

夫やパートナーは

独占欲が強く、嫉妬心が強い
あなたを友人や家族から孤立させようとする
あなたが浮気をし、他の男とセックスをしていると責める
あなたの生活を管理しようとする
あなたが何かをする度に、自分の許可を取らせる
あなたの行動（どこに行ったか、何をしたか）を、いちいち報告させる
あなたを批判し、自信を失わさせる
あなたとすぐ口論し、そこから暴力に発展することがある
暴力を飲酒のせいにする
女性を「もの」や所有物のように考えている
自分の好みに合わせて、あなたが態度や考え方を
変えることを望んでいる
家の中の物を壊したり、ペットをいじめたりする
子どもの頃虐待されたり、虐待を目撃した経験の
持ち主である

あなたは...

いつも受け身で、絶望感に襲われることがある
彼の機嫌を損ねることを恐れ、意見が食い違うことが怖い
彼が怒るのは自分に非があるからだと思っている
あなた自身が子どもの頃、虐待を受けたり、誰かが虐待されるのを見た経験がある

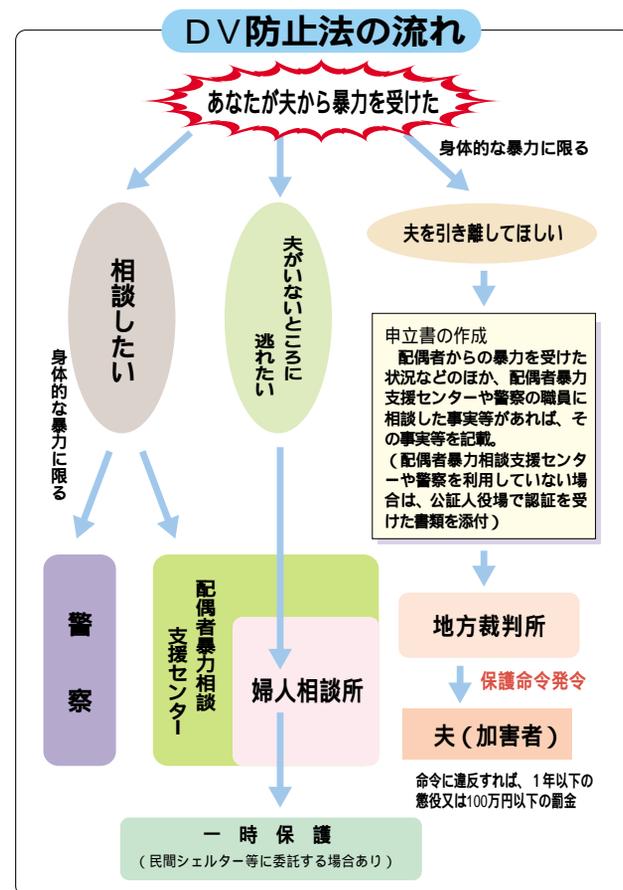
DV防止法が施行されました 相談しましょう。

一人で抱え
込まず
相談しましょう

相談相手は、あなたの支えとなってくれます。暴力の事実を第三者に知ってもらうのは、とても大切なこと。話を聞いてもらうだけで、頭の中が整理されて心が軽くなることもあります。

あなたの周りに、専門の相談員がいます

これらの相談員はあなたの秘密を厳守し、専門的知識をもって最善のアドバイスをしようと努力してくれます。ふと思いついて電話をかけてもいいし、近くを通りかかった時に訪ねてみるのもいいでしょう。また、電話番号を小さな紙に書き写して、常日頃より身につけておくともいいでしょう。



家をでる場合

自立への不安、親や妻としての責任感、世間の目、過去の愛情の記憶、報復への恐怖...DV被害者はさまざまな思いにしばられて、ずるずるとその場にとどまりがちです。

しかし、我慢の限界がきたとき、あなたや子どもの身に危険が迫ったとき、家を出ることが最善の選択であることもあります。

家を出たあとのあなたには、あなたの自立をサポートしてくれる、さまざまな施設や制度があります。あなたの安全を守り、あなたや子どもの新生活が一日もはやく軌道にのることができるよう、相談にのってくれます。➡P.11

家を出てどこへ行くか

あなたが緊急に身を寄せることのできる場所として、実家、友人、親戚、隣人の家の他に、婦人相談所や民間シェルターなど一時保護施設があります。但しこのような施設はあくまで緊急保護、一時的な滞在を目的としており、長期間滞在することはできません。➡P.19

また、地域にもよりますが、一時保護施設は満室の場合があります。そのような場合にどこへ行くべきか、施設の職員も一緒に考えてくれますが、あなた自身で日頃よりいくつかの選択肢を考えておいた方がよいでしょう。施設によっては子ども連れで滞在する場合の子どもの年齢制限があり、たとえば子どもが小学生以上の時、親とは別に子どものみ児童相談所に一時保護されることがあります。

彼に見つけれない場所に

あなたの親元や親しい友人の家などは、彼が最初に探しに行く先です。彼があなたを追って危害を加えるようなおそれのある場合には、そのような場所に留まっているのはかえって危険です。一時保護施設などもあまり近くにある場合は同様の心配がありますが、施設の職員が配慮して他の地域を考慮してくれることもありますので、よく相談にのってもらいましょう。

セーフティプラン

あなたの居場所を知られる、手がかりを残さないように

あなたの居場所について、痕跡を残さないことが大切です。相談者の電話番号や関係する資料や手紙の類は日頃よりそのつど処分して、家に残さないようにしましょう。電話の通話料金明細書からも相談相手をつきとめられることがあります。そのためにも、事前の連絡は自宅の電話ではなく公衆電話を使うことをすすめます。

できるかぎり、子どもと一緒に

あなたが逃げたことを知った彼は、怒りのあまり暴力の矛先を子どもに向けるおそれがあります。また、あなたを取り戻すために彼が子どもを「人質」にとるおそれもあります。できれば子どもと一緒に家を出たほうがよいでしょう。やむを得ず子どもをおいて出た場合にも、なるべく早く連れに戻ることをすすめます。

あなたが子どもと一緒にいるという点は、離婚時に「親権」を主張する場合にも重要な要素となってきます。

こういった場合の子どもの転校や養育費の心配については様々な支援措置があり、福祉関係者が助言してくれます。

セーフティプラン

どこに逃れるか、日頃より考えておく。彼にすぐわかるような場所を避けること。できれば下見をしておく。この時、住所や電話番号を家に残さないように注意する。相談機関の電話番号を控えてつねに身につけておく。危険が迫った時、緊急に誰かに知らせる場合の暗号を考えて、事前に相手に伝えておく。車やバイクなどにガソリンを入れておく。整備もしておく。つねにいくらかの現金を身につけておく。家から持ち出すもの一式(➡「チェックリスト」P.14)を一箇所にまとめて、彼にわからない場所に置いておき、すぐに持ち出せるようにしておく。あるいは、信頼できる知人の家などにあらかじめ移しておく。子どもが状況を理解できる年齢であれば、あらかじめ計画を話しておく。できれば家計とは別の貯金をしておく。妊娠しないように注意する。何かあってもなくても、相談員との定期的な連絡を継続し、状況を伝えておく。

家から持ち出すもののリスト

家を出ることは現状との「訣別」です。

あなたは、いずれ彼のもとにもどることを選ぶかもしれないし、永久に離れるのかもしれない。

いずれにせよ、家を出るということは、いったん現状に訣別することです。今とまったく別の新しい生活を始めるということです。あとで後悔しないためにも、まずあなたが、しっかりと心構えを持つことが必要です。

家から持ち出すもののリスト

緊急連絡先の住所や電話番号

身分証明書（出生証明、社会保険証書、運転免許証、パスポートなど）

健康保険証またはそのコピー →p.17

現金

通帳、カード

印鑑（実印、印鑑証明カード、銀行印など）

財産に関する法的書類の写し（抵当権決定証書、賃貸借契約書、土地の権利書）→p.23

日頃つかっている常備薬

裁判に提出する証拠品

（けがをした時の写真、医師診断書、録音や相談者に相談した際の電話記録メモなど）→p.21

その他、あなたにとって大切なもの、思い出のもの、子どもが大切にしているもの

その他、彼があなたの居所を探す手がかりとなるようなもの（例：アドレス帳）

家にとどまる場合

あなたが家にとどまる決心をしたからには、さまざまな事情があつてのことでしょう。子どものため。経済的な理由。彼の改心を期待して。彼を愛しているから。

彼のもとにただなんとなくとどまるのではなく、なぜ自分はとどまるのか、もう一度自問してください。その上で、このあとの生活をどう組み立てていけばよいか、考えてみましょう。あなたと彼との新しい関わり、あなたと社会との新しい関わり、今までと違った生活に一步踏み出すために、何ができるかを。

できるだけ相談を継続して

たとえあなたの決意が固くとも、彼との「暴力のない」生活を創り出すためには少なからぬ時間を要します。特に初めの頃は、あなたと彼との関係が非常に危うい不安定な状態であることを忘れないでください。何があってもなくても、相談員や友人との定期的な連絡を絶やさないようにした方がよいでしょう。第三者に話を聞いてもらうことはあなた自身の癒しにもなりますし、また、意外なアイデアや助言にもつながる場合があります。

話し合いは第三者と一緒に

彼の気持ちが落ち着いていると見られる場合には、きちんと話し合いの機会を持つのもよいことです。但し、当事者だけでは感情的になって互いに言いつのるうち、彼の新たな暴力を引き出すことにもなりかねません。できるだけ、客観的に話し合いを聞いてくれる人に同席してもらいましょう。あなたの相談員や信頼できる知人でもよいのではないのでしょうか。

家にとどまる場合

「もう大丈夫」と、安易に判断しないで

彼が完全に立ち直ったか、二度と暴力は起きないのか、これを見極めるのは非常に難しいことです。再発はDVの最大の特徴なので、

たとえあなたと彼との関係が一時的に改善されても、安易に楽観的にはならず、慎重に状況を見守ってください。そして、万が一、あなたや子どもの身に危険が迫った場合に備えて、「安全のための計画 = セーフティプラン」▶P.13に留意しておくことは大切です。彼の言動をよく観察し、本当にもう大丈夫とあなたが確信を持てるようになった時点で、さらに専門家に診断をあおぐのもひとつの手でしょう。

彼自身に努力する気持ちがあるのなら、周囲も協力を

先に述べたように、彼の「仮の姿」と「真の姿」を見定めることはとても大切です（「DVのサイクル図」▶P.6）。そのうえで、彼の中に反省や自分を変えたいとの兆が見えたと感じた場合は、そのことを積極的に評価しましょう。彼自身に努力する気持ちがあれば、DV被害者に対する専門の相談機関や、自己啓発セミナーなどもサポートしてくれます。夫婦で、または子どもと一緒にファミリーカウンセリングに参加するのも、新しい道を拓くための有効な手段のひとつです。

わずかでも貯金を

自己資金は、あなたの行動をより身軽にしてくれます。家を出た場合にはアパートの敷金などにすぐに必要となってきますし、家を出ない場合にも医療費や交通費など、不意の出費に備えることができます。買い物の釣り銭を貯めるだけでもよいのです。



新しい生活を始めるには

自立に向かって家を出た場合、新しい生活をととのえるために考えねばならぬこと、やらねばならぬことが沢山あります。あなたの自立を支援してくれる周囲の手を借りながら、一日も早く、あなたや子どもの安らかな生活を取り戻しましょう。

彼に居場所をつきとめられないよう

あなたが家を出たことを知った彼は、怒り、気が動転したままあなたを追って、あなたや家族に報復しようとする場合があります。また、子どもの登校時に待ち伏せて、強引に連れ去ることもあります。被害者の居場所について手がかりとなりやすいもののうち、特に3点を下に挙げます。福祉関係者ともよく相談して取り扱いには十分注意してください。

取り扱いに注意！

住民票

不用意に住民票を移さない。住民票を移さなくても新しい居住地で生活することは可能である。何らかの事情でどうしても住所登録を変更したい場合には、女性の実際の居住地とはまったく無関係の土地に登録するとよい。

子どもの転校先

「仮入学」の手続きをとれば、住民票を移さなくても新しい土地で子どもが就学できる。元の学校、転校先の両方の関係者によく事情を説明し、十分な打合せをしておき、父親からの問合せには応じないよう配慮してもらう。福祉関係者から学校側に説明してもらうのもよい。

健康保険証

健康保険証を使用する場合には病院や医師に事情をよく説明し、夫やパートナーからの問合せに応じないよう配慮してもらう。福祉関係者から病院側に説明してもらうのもよい。

新たに健康保険に加入できる場合と、できない場合があります。ア、夫の健康保険が国民健康保険で、あなたが国民保険を取得したい場合...

妻と子どもは世帯分離の手続きをとることで新しく国民保険に加入できる。但し、その際に不用意に現住所地に住民票を移さないよう注意する。

新しい生活を始めるには

イ、夫の健康保険が社会保険で、あなたが社会保険を取得したい場合...

女性の側が新しい勤務先で新たな年金手帳もしくは基礎年金番号通知書を受け取り、それらを提出して社会保険に加入することによって、自分の健康保険証を取得できる。同居する子どもを扶養家族として入れることもできる。

ウ、夫の健康保険が社会保険で、あなたが国民保険を取得したい場合...

夫の側が妻らの資格喪失手続きをとらない限り、妻は新たに国民保険に加入することができない。この手続きは被保険者である夫にしかできないので、実現が難しい。

不安や罪悪感に悩まされることも

家を出た直後の被害者の心理状態は様々です。幸福感、開放感を味わう人もいれば、虚脱感や喪失感に悩まされる被害者も少なくありません。彼を見捨てたという罪悪感にかられたり、結局問題を解決できなかったという自己嫌悪に陥ったりすることもあり、一時的に自殺願望が強まることさえあります。そのような場合にも決してひとりで悩みを抱えこまずに、家族や友人、相談員に気持ちを打ち明けましょう。専門的なアドバイスをしてくれるカウンセリング施設もあります。

子どもの精神状態に配慮して

夫の暴力は妻だけでなく子どもにもおよぶことが多く、また、実際に暴力をふるわれていなくても、そのような両親のもとに育った子どもの多くが、深刻な精神的外傷（トラウマ）を受けています。トラウマを持った子どもは情緒不安定になったり登校拒否になることがあります。また、直後には特に目立った症状はなくても、当時のストレスの影響が様々な障害となって遅れて表れる、「心的外傷後ストレス障害=PTSD (Post Traumatic Stress Disorder)」があるとされています。成人してのちも対人関係などに支障をきたし、中には父親と同じ暴力の加害者になるケース

さえあります。子どもはなかなか自分の気持ちを表現できないだけに、周囲は言動によく注意をはらうようにし、子どもに新たな楽しみを見つけてやるなどして、新しい生活に早くなじめるよう工夫してみてください。転校先の先生や専門のカウンセラーに相談するのもよいでしょう。

新しい生活の方法

公的支援を受けることは「国民の権利」。

ひとりで生きる女性や母子家庭の生活のために、さまざまな支援制度があり、これらを利用することは、法律に定められた「国民の権利」です。大いに活用して、一日も早くあなたや子どもの新生活の基盤をかためましょう。

住まいの確保

一時保護施設やシェルターは長期間滞在できる場所ではありません。少し時間をへて気持ちの整理がついたら、新しい住居を探し始めましょう。どんな選択肢があるか挙げてみます。あなたの希望にあった住居がすぐに見つかるのは限りませんが、費用と安全性を第一に考えて決めるのがよいでしょう。

配偶者がなく未成年の子どもを扶養している場合には、転宅資金を貸し付けてくれる制度があります。「母子福祉資金の転宅資金貸付制度」

ア、母子寮に入る

大体において一家族6畳一間。台所、トイレ、浴室などは共同。利用料は年収に応じて無料、もしくは月額500～10,000円。但し、共同生活なので、精神的負担を感じる人もいる。➡福祉事務所に相談

イ、アパートを借りる

敷金礼金が必要な場合が多く、保証人が必要。但し、一般的には女性の一人暮らしや母子家庭は敬遠される傾向にある。

ウ、住み込み就職する

社宅を提供してくれる職場を見つける。但し、一般的に女性の就職は狭き門であり、特に不況時には著しく困難になる。➡公共職業安定所に相談

1. 生活支援金の支給

ア、生活保護 → 福祉事務所

収入の手だてがなく、病気などですぐに仕事に就けない場合には、生活保護を申請することができます。生活保護は生活に困窮する国民の生活を保障し、自立を支援するためのもの。生活保護を受けることは国民の権利であって、誰にも遠慮はいりません。

イ、児童扶養手当 → 福祉事務所

18歳未満の子どものいる母子家庭が対象となります。たとえ離婚が成立していなくても、父親が子どもへの監護義務を完全に放棄しているとみられる場合には、支給が認められることがあります。

ウ、その他、母子家庭に対する施策 → 地域の役所・役場

上記の他に、自治体によって条件などは異なりますが様々な支援制度があります。

児童育成手当 ひとり親家庭ホームヘルプサービス 医療費助成
住み替え家賃助成 JR通勤定期の割引 ……他

2. 無利子または低利子の貸付制度

配偶者がなく未成年の子どもを扶養している女性に対し、生活に必要な資金を貸し出してくれる、下記のような貸付制度があります。 → 福祉事務所

事業開始資金 就職支度資金 技能修得資金 転宅資金
就学資金、他

3. 就職に関する支援制度

母子家庭の母等に対する支援制度として、下記のようなものがあります。 → 公共職業安定所

特定求職者雇用開発助成金 職場適応訓練 職業訓練

さまざまな公共機関の対応は、今のところ各担当者の取り組み姿勢や個人の性格によって大きく左右されるのが現状です。日常的にこのような担当者と接しているDVの専門家さえ、理不尽な体験をさせられることが少なくはなく、まして、諸々の事務手続きや書類作成に慣れていない被害者が、窓口でとまどう事態となることは大いに予想できます。あなたは忍耐を強いられることになるかもしれませんが、担当者に事情をよく話して協力してもらいながら、あなたが必要とするものを手に入れてください。

裁判や離婚は簡単なものではありません。

しかし彼の暴力を決して許さないという意味と、あなたと子どもの安全と幸福を守るという決意をもって、訣別と再出発のための手続きをとることができます。あなたを助ける、さまざまな支援制度が設けられています。

法的手続きに関する無料相談など

警察、配偶者暴力相談支援センター、婦人相談所、地方裁判所などで相談を受けつけています。家庭裁判所…法律相談に関する24時間ファックスまたは音声のサービスを行っている。

裁判費用の支援

法律扶助制度…交渉や調停、裁判が必要となった場合には、無利子・無担保で弁護士費用を立て替える「法律扶助制度」があります。

裁判の準備…証拠を集める

証拠は、裁判の審議の過程で、被害の状況を説明するのに最も有効な手段です。日頃よりできる範囲で証拠となる写真、診断書、メモなどを集めるようにしましょう。また、実際に裁判に使用する場合には、弁護士とよく相談・確認のうえ提出しましょう。

写真

ア、彼が暴力を振るったあとの、部屋の散乱の仕方、破損した物等の写真を撮っておく。

イ、暴力によって衣類を破られたりけがを負った時に、その状態の写真を撮っておく。

診断書

ア、けがの程度に関わらずできればその都度受診し、その際、けがの原因となった暴力について医師に説明し、カルテに記載してもらっておく。カルテは最低5年間は保存される。

イ、精神科医やカウンセラーに受診した際の診断書も同様。

記録（日記や録音テープなど）

ア、物的証拠の残りにくい暴言や性的暴力については、日記などでその都度記録を残しておくとうい。

イ、音声の記録は有効な証拠。可能であれば暴言や暴力の様子を録音する。

ウ、被害者が相談員や知人に電話をかけた時の、会話の内容の録音でもよい。110番出勤記録

被害者が110番通報をした場合、その記録が警察側に残るので、これも有力な被害の証拠となりうる。記録の保有期間は-年。

法的手続き

仮処分の申請

ア、「接近禁止」命令

夫やパートナーが被害者の後をつけまわし、連れ戻そうとしたり、嫌がらせをして被害者の生活に支障をきたす場合、被害者は裁判所に申し立てて、彼が接近することを法的に禁じる「接近禁止命令」の措置を取ることができます。

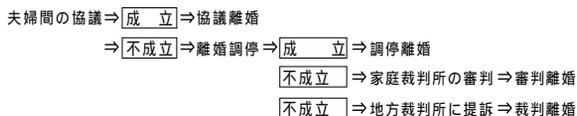
他にも、

イ、「保護命令」、ウ、「退去命令」、などがあり、被害の状況に応じて申請することができます。

「接近禁止」の仮処分は、DV防止法によって効果をもつことが期待されています。その決定通知書があれば、被害者が警察や学校、職場への保護を要請する場合に役立ち、裁判等の手続きがより速やかになる、等の利点があります。

離婚の手続き、4つの方法

離婚の手続きには4つの方法があり、夫婦間の事情により選択します。下の図のように、最初の手続きによって成立しない場合に、さらに次の段階の手続きへと進むことになります。



【協議離婚】

双方合意のうえ、役所・役場にて手続きをとり、離婚することができますが、D のケースでは協議離婚は成立しにくいのが実状です。

【調停離婚】

日本の離婚裁判では、離婚訴訟を起こす前に、まず離婚調停を経ていることが前提とされています。調停は家庭裁判所が取り扱い、申し立てるのも取下げるのも自由。相手の同意

は必要ありません。仲介役としての調停委員を交え、家庭裁判所という公の機関において当事者間で話し合う、という形式ですが、待合室も別々ですし、調停の場でも相手との同席を最低限におさえるなど、配慮してもらうことはできます。

離婚調停においては、女性の立場からのみ調停が行われるわけではありません。調停委員が和解の可能性を感じた時には、夫婦に和解をすすめることもあります。その時に、「あなたはただ受け入れるだけではなく、「なぜ和解なのか」「本当にそれが最善の道なのか」ということをよく考え、調停委員とも十分に話し合ってください。

【審判離婚】

調停は成立しないが裁判をするまでもないと思われる場合、裁判所が調停委員の意見を聞いて、調停に代わる審判を下すことができます。調停は話し合いが基本ですが、審判は裁判所の判断に委ねられます。但し、双方の主張にあまりに違いがあるような場合は有効ではなく、したがって、DVに関わる離婚でこの方法がとられることは極めてまれです。

【裁判離婚】

家庭裁判所での調停が不成立に終わった場合、さらに地方裁判所に訴えを提起することができます。民法で定められた裁判上の離婚原因には、「婚姻を継続しがたい重大な事由があるとき」とありますので、あなたが離婚原因と考えるDVの実態について、弁護士とよく話し合っておいてください。

生活費、財産分与、慰謝料等の請求

婚姻費用の分担請求、別居後の生活費の請求、財産分与や慰謝料の請求...などがあります。

弁護士と相談しながら、正当な権利を獲得しましょう。家を出る際に財産関係書類の写しを持ち出しておけば、手続きの役に立ちます。➡「持ち出すものリスト」 P.14

*相談機関の連絡先は、変更されている場合があります。最新の情報については、当ホームページ「悩んでいるあなたへ」の「相談窓口」<http://www.awf.or.jp/help/index.html#help>でご覧いただけます。

親権と養育費

【親権】

親権とは、子どもに対する身分上、財産上の監督・保護に関する権利および義務です。

DVの被害者が離婚する場合、加害者である父親が親権者になることはまれですが、裁判所が親権者を決める場合には、両方の親の、子どもに対する愛情、健康状態、生活態度、経済状態、などをみて総合的に判断します。特に問題がないと認められれば、多くの場合、幼児の親権は母親にゆだねられます。また、子どもが15歳以上であれば子ども自身の陳述も求められますし、それ以下の年齢の子どもであっても、子どもの意思は反映されます。あなたが単独親権者となった時には、あなた - 人が子どもに対する養育の義務、経済的負担を負うことを意味し、大きな責任を担うことになります。

【養育費】

通常は、父親が子どもが成人するまでの毎月の生活費を支払うこととなりますが、DVに関わる離婚の場合はその後夫婦間の一切の接触を止めることを前提としていることも多く、その際に養育費の支払いをどのように継続するかについては、問題が残ります。弁護士ともよく相談し、最善の手段を考えるようにしましょう。

また、DVがからんでいるかどうかに関わらず、とかく離婚後の養育費の支払というものは滞る、あるいは止まることが多いのが実状で、夫の側に支払能力がなかったり、支払う意思がなくなる、あるいは夫が行方不明になったりすることがその主な原因です。

養育費に関する諸条件について、双方からのちに変更を申し立てる権利はありますが、通常はなかなか機能しません。物価スライドなども考慮し、離婚時に細かく取り決めをして書類に明記するようにしましょう。

月々の養育費の算出方法はさまざまですので、裁判所や弁護士から資料をもらって参考にしましょう。

その際、婚姻時の収入が大切な要素となってきますが、家計簿や給与明細の写しはよい参考資料となります。

女性の人権ホットライン

札幌	011-728-0783
函館	0138-26-5837
旭川	0166-53-7900
釧路	0154-31-2110
仙台	022-224-3110
福島	024-536-1174
山形	023-634-9106
盛岡	019-626-2659
秋田	018-862-6503
青森	017-774-1040
新潟	025-229-0211
長野	026-232-8145
甲府	055-252-0430
静岡	054-254-3589
前橋	027-243-0008
宇都宮	028-627-3855
水戸	029-231-5639
千葉	043-247-9922
浦和	048-863-6241
東京	03-5213-1369
横浜	045-212-4364
名古屋	052-952-8188
津	059-224-3537
岐阜	058-240-5580
福井	0776-26-9600
金沢	076-291-0040
富山	076-441-0658
広島	082-228-4822
山口	083-920-1311
岡山	086-224-5520
鳥取	0857-27-3753
松江	0852-26-8869
高松	087-821-6181
徳島	088-622-8134
高知	088-822-6526
松山	089-932-1875
福岡	092-715-6138
佐賀	0952-28-7220
長崎	095-827-7864
大分	097-532-0164
熊本	096-364-0417
鹿児島	099-259-7855
宮崎	0985-20-8771
那覇	098-853-1102

警察

北海道警本部		
性犯罪被害110番		0120-756-3110
性犯罪被害110番(函館方面本部)		0120-677-1110
ヤングアンドミステレホン(旭川方面本部)		0120-677-1110
性犯罪110番(釧路方面本部)		0120-677-1110
性犯罪被害110番(北見方面本部)		0120-677-1110
青森県警本部	性犯罪被害110番	0120-89-7834
岩手県警本部	性犯罪被害110番	0120-79-7874
宮城県警本部	24時間ハローツーホー	0120-24-8620
秋田県警本部	レディース通話110番	0120-028-1110
山形県警本部	女性専用相談電話	0120-783-142
福島県警本部	性犯罪被害110番	0120-50-3732
警視庁	犯罪被害ホットライン	03-3597-7830
茨城県警本部	女性被害犯罪「勇気の電話」	0120-556-942
栃木県警本部	被害者相談電話	0120-710-873
群馬県警本部	性犯罪被害相談電話	0272-24-4356
埼玉県警本部	犯罪被害ホットライン	0120-381-858
千葉県警本部	女性被害110番	043-223-0110
神奈川県警本部	性犯罪被害110番	045-681-0110
新潟県警本部	女性被害110番	025-281-7890
山梨県警本部	性暴力110番	0552-24-5110
静岡県警本部	性犯罪被害者110番	0120-783-870
長野県警本部	女性被害犯罪	
ダイヤルサポート110		026-234-8110
富山県警本部	女性被害110番	0120-72-8730
石川県警本部	レディース通話110番	0120-028-1110
福井県警本部	レディーステレホン	0776-29-2110
岐阜県警本部	性犯罪被害者相談電話	0120-870-783
愛知県警本部	レディースホットライン	0120-67-7830
三重県警本部	女性被害相談電話	0120-72-8740
滋賀県警本部	性犯罪相談電話	0775-25-7830
大阪府警本部	ウーマンライン	06-6767-0110
京都府警本部	レディース110番	075-411-0110
兵庫県警本部	レディースサポートライン	078-351-0110
奈良県警本部	性犯罪被害相談110番	0742-24-4100
和歌山県警本部	犯罪被害者相談	0734-32-0110
鳥取県警本部	性犯罪110番	0857-22-7110
島根県警本部	性犯罪110番	0852-23-4110
岡山県警本部	レディース110番	0120-00-1797
広島県警本部	性犯罪相談110番	0120-72-0110
山口県警本部	レディース・サポート110番	0839-32-7830
徳島県警本部	レディース110番	0886-22-7101
香川県警本部	ハートフルライン	087-831-9110
愛媛県警本部	サポート110番	089-943-8740
高知県警本部	レディースダイヤル110番	0888-73-0110
福岡県警本部	ミズ・リリーフ・ライン	092-632-7830
佐賀県警本部	レディーステレホン	0952-28-4187
長崎県警本部	女性被害110番	095-823-0110
熊本県警本部	レディース110番	0120-8343-81
大分県警本部	性犯罪110番	0120-09-8100
宮崎県警本部	女性被害相談電話	0985-31-8740
鹿児島県警本部	レディース相談110番	099-206-7867
沖縄県警本部	性犯罪被害110番	098-868-0110



相談窓口 & シェルターリスト

公立婦人相談所

北海道立女性相談 援助センター	011-666-9955
青森県女性相談所	0177-81-0708
岩手県立婦人相談所	019-624-4811
秋田県婦人相談所	018-835-9052
宮城県婦人相談所	022-224-1491
山形県福祉相談センター	023-635-3663
新潟県婦人相談所	025-381-1111
福島県婦人相談所	024-522-1010
栃木県婦人相談所	028-622-8644
茨城県婦人相談所	029-221-4166
群馬県女性相談所	027-261-7838
埼玉県婦人相談センター	048-864-9910
千葉県婦人相談所	043-245-1791
東京都女性相談センター	03-5261-3110
東京都女性相談センター	
立川出張所	042-522-4232
神奈川県婦人相談所	045-502-2800
山梨県女性相談所	0552-54-8635
長野県婦人相談所	026-235-5710
富山県女性相談センター	076-421-6252
石川県婦人相談所	076-223-9553
福井県婦人相談所	0776-24-6261
岐阜県女性相談センター	058-274-7377
静岡県婦人相談所	054-286-9217
愛知県婦人相談所	052-913-3300
三重県女性相談所	059-231-5600
滋賀県女性福祉 相談センター	077-564-7867
京都府婦人相談所	075-441-7590
奈良県婦人相談所	0742-22-4083
和歌山県女性相談所	0737-45-0793
大阪府女性相談センター	06-6725-8511
みなみ相談コーナー	06-6761-7181
兵庫県立婦人相談センター	078-732-7700
鳥取県婦人相談所	0857-27-8630
岡山県女性相談所	086-243-1711
島根県女性相談所	08548-4-5661
広島県立婦人相談所	082-255-8801
山口県男女共同参画相談所	083-901-1122
香川県女性相談センター	087-835-3211
徳島県婦人相談所	088-623-8110
高知県女性相談所	0888-22-5520
愛媛県婦人相談所	089-941-3490
福岡県女性相談所	092-711-9874
佐賀県婦人相談所	0952-26-1212
長崎県婦人相談所	095-846-0560
熊本県福祉総合相談所	096-381-4411
大分県婦人相談所	097-544-3900
宮崎県婦人相談所	0985-22-3858
鹿児島県婦人相談所	099-222-1467
沖縄県女性相談所	098-854-1172

犯罪被害者相談室

被害者支援都民センター	03-5419-3336
北海道被害者相談室	011-232-8740
水戸被害者援助センター	029-232-2736
石川被害者相談室	076-234-7830
被害者サポートセンターあいち	052-523-7830
大阪被害者相談室	06-6871-6365
紀の国被害者支援センター	0734-27-1000
広島犯罪被害者・ 心の支援センター	082-240-7830
京都犯罪被害者支援センター	075-241-7830
静岡犯罪被害者支援センター	054-209-5533

女性センター / 婦人会館

北海道立女性プラザ	011-251-6349/ 6329
札幌市女性センター	011-621-5266
函館市働く婦人の家	0138-23-4188
空知婦人会館	0126-23-9236
釧根地域婦人会館	0154-23-6471
秋田県婦人会館 ブラッヅ・エル エル・パーク仙台	018-836-7840 022-268-8302
山形市女性センター ファースト	023-645-8077
福島県男女共生センター	0243-32-8320
とちぎ女性センター パルティ	028-665-7714
レイクエコー茨城県 女性プラザ	0299-73-3877
茨城県婦人会館	029-221-7195
日上市女性センター	
らぼーるひたち	0294-36-0554
所沢市女性センター ふらっと	0429-21-2220
与野市女性総合センター	048-857-8811
川越市婦人会館	0492-42-6346
千葉県女性センター	0471-40-8605
市川市女性センター ウィズ	047-323-1777
船橋市女性センター	047-423-0757
松戸市女性センター ゆうまつど	047-363-0505
東京ウィメンズプラザ	03-5467-2455/ 2488
中央区立女性センター ブーク21	03-5543-0653
新宿区立女性情報センター	
ウィズ新宿	03-3353-2000
せたがや女性センター らぶらす	03-5478-8023
渋谷女性センター アイリス	03-5466-3956
中野区女性会館	03-3380-6945
北区女性センター	03-3913-0161/ 0015
アゼリアプラネット	
荒川区立男女平等推進センター アクト21	03-3809-2890
練馬区立練馬女性センター	03-3996-9050
足立区女性総合センター	03-3880-5223
杉並区立男女平等推進センター	03-3393-4410/ 4713
ゆり杉並	
品川区女性センター	03-5479-4104
すみだ女性センター すずかけ	03-5608-1772

豊島区立男女平等推進センター

エポック10	03-3980-7830
文京区女性センター	03-3812-7149
港区立女性センター リーブラ	03-3456-5771
目黒区女性情報センター	03-5721-8572
葛飾区女性センター	
ウィメンズパル	03-5698-2213
調布市婦人会館	0424-81-7626
立川女性総合センター アイム	042-528-6802
府中市女性センター スクエア21	042-351-4602
日野市立女性センター	042-587-8177
清瀬市男女共同参加センター アイレック	0424-95-7003
国分寺市女性センター	
ライツこくぶんじ	042-573-4342
神奈川県立かながわ女性 センター	0466-27-6000
横浜女性フォーラム	045-871-8080
横浜市婦人会館	045-714-5911
川崎市中小企業・婦人会館	044-422-2525
厚木市女性センター	046-225-2500
南足柄市女性センター	0465-73-8211
山梨県立総合女性センター	0552-37-7830
長野県女性総合センター	0266-22-5781
長野市勤労者女性会館 しなのき8303	026-237-8303
新潟県女性センター	025-285-6610
新潟市女性センター 「アルザ」	025-245-0546
富山県女性総合センター サンフォルテ	0764-32-6611
石川県女性センター	076-231-7331
福井県生活学習館センター ユー・アイふくい	0776-41-4200
静岡県女性総合センター あざれあ	
東部地区	0559-25-7879
下田地区	0558-23-7879
中部地区	054-272-7879
西部地区	053-456-7879
静岡市女性会館 アイセル21	054-248-1234
浜松市青年女性センター あいホール	053-473-5700
愛知県女性総合センター ウィルあいち	052-962-2614
名古屋市女性会館 イーブネット	052-323-7830
名古屋市勤労女性センター ワーピアつまい	052-251-3811
豊田女性活動センター	0565-31-7780
豊橋市女性会館	0532-33-2800
春日井市青少年女性センター レディヤンかすがい	0568-85-7871
三重県女性センター	059-233-1133
四日市市女性センター	0593-54-8335
滋賀県立女性センター 大津市婦人会館	0748-37-8739 077-527-5508
京都市女性総合センター ウィングス京都	075-212-7830

奈良県女性センター

0742-22-1240	
和歌山県女性センター りいびる	0734-35-5245
和歌山市男女共生推進センター	073-432-4704/ 073-431-5528
大阪府立女性総合センター ドーンセンター	06-6937-7800
大阪市立女性いきいきセンター	
北部館クレオ大阪北	06-6320-6300
西部館クレオ大阪西	06-6460-7800
南部館クレオ大阪南	06-6705-1100
東部館クレオ大阪東	06-6965-1200
吹田市立女性センター デュオ	06-6388-1454 06-6337-3338
高槻市女性センター	0726-85-3748
豊中市立婦人会館	06-6831-0005
とよなか男女共同参画推進 センターすてっぷ	06-6844-9739
摂津市立女性センター	
ウィズ・せつ	0726-35-1407
枚方勤労者総合福祉センター	
メセナひらかた女性フロア	0720-43-7860
岸和田市立女性センター	0724-43-5858
兵庫県立女性センター イーブ	078-360-8551
神戸市男女共同参画センター あすてっぷKOBÉ	078-361-8361
ひょうご女性交流館	078-221-7733
尼崎市女性センター テレビエ	06-6436-8636
尼塚市立女性センター エル	0797-86-3488
川西市女性センター	0727-59-1857
芦屋市女性センター	0797-38-2022
西宮市男女共同参画センター ウェーブ	0798-64-9495
三田市立女性センター さんだ	0795-63-8000
岡山県男女共同参加 推進センター	086-235-3307
松江市総合女性センター プリエール	0852-32-1190
広島県女性総合センター・ エソール広島	082-247-1120
広島市婦人教育会館 WEプラザ	082-248-3315
山口県婦人教育文化会館	
山口市働く婦人の家	0839-22-2792
高松市女性センター	087-821-2000
愛媛県女性総合センター	089-926-1644
新居浜市立女性総合センター ウィメンズプラザ	0897-37-1700
こうち女性総合センター ソーレ	0888-73-9555
福岡県女性総合センター あすばる	092-584-1266
福岡市女性センター アミカス	092-526-3788
北九州市立女性センター ムーブ	093-583-3331
飯塚市女性センター サンクス	0948-22-3274
佐賀県立女性センター アバンセ	0952-26-0018
長崎市女性センター アマラズ	095-826-4417
熊本県総合女性センター	096-343-8306
沖縄県女性総合センター・ ている	098-868-4010