

DV 専門相談

配偶者・パートナーからの暴力にひとりで悩んでいませんか？

DVとは、配偶者または事実婚のパートナーなど親密な関係にある男女間における暴力のことを言います。暴力は、殴る・



何でも気軽に
お話ししてください！

けるなどの身体的な暴力だけでなく、人前でバカにしたり生活費を渡さないなどの精神的暴力や、性行為の強要などの性的暴力も含まれます。また、高校生や大学生など、若い世代でも、交際相手から受ける暴力（デートDV）の被害者が増えています。板橋区では、平成23年4月1日より、DV専門相談を始めました。専門の資格を持った相談員がカウンセリングします。まずは、電話でご予約ください。

相談日時

毎週月曜日、木曜日

10時～12時、13時～17時（祝日・年末年始を除く）

相談方法

面談

※面談が基本ですが、希望があれば電話でもお受けします。

問合せ・予約

電話：03-3579-2790

月曜日～土曜日

9時～17時（祝日・年末年始・施設点検日を除く）



パープルリボン・プロジェクトとは

パープルリボン・プロジェクトとは、国際的な女性に対する暴力根絶運動です。板橋区でも、運動のシンボルである「パープルリボン」を活用し、女性への暴力防止に向けたメッセージを広く発信していきます。

実際に総合相談がどのように行われるのか、編集委員が体験してみました！

（以下、相談者を「相」、総合相談員を「総」と表記する）

相…僕は40代なんですけど、20代の時に思い描いていた夢や希望からはかけ離れていて、「あれ？こんなだっけ？」と言いたくなるような日常です。「無縁社会」や「ネットカフェ難民」などと聞くと、たんに、「明日は我が身」という思いです。今から老後を気にするのは後ろ向きな気がするのですが、もっと前向きにしたいんですが、どうしたらいいのでしょうか？

総…そうですね、お話を伺うと、今のあなたが老後を愁うよりもこれからの生活をどう楽しくしていくかってことが大切な気がしますね。その積み重ねが老後を明るいものにしていくでしょうし、でも人生って楽しいことはかりじゃないですよ。ね？苦しいこと、煩わしいこともある。でもそこから目をそらしていても楽しいことにはなかなか出合えない。

相…なるほど。今の積み重ねなくして老後の生活は語れないですね。

総…ええ。よくご夫婦の話で、奥さんが先に亡くなって食事に困るとか印鑑や保険の書類がどこにあるか分からないって話が出ますが、それはお互いに前もって話し合っておけばいい訳で、自分の身の回りのことを自分でする習慣にしてみえればいいと思いますよ。

なかにはね、40代位になって、「自分は料理や洗濯の仕方など親に教わらなかった」と言う方がいらっしやいますけれど、身の回りのことをやるようになるには自分で努力するところも必要だ

と思うんですよ。

相…僕も料理や洗濯、片付けなど苦手です。実家に居た時も僕の部屋だけ汚くて「お前の部屋はまるで」お化け屋敷「みたいだ」って言われていました（笑）
総…今は断捨離とかブームでしょう？自分で工夫してね、できる所から少しずつやってみるといいですよ。

あつ、私…いつもこんなに喋らないんです。いつもは「ええ…」とか「フンフン…」とか（笑）話を聴くだけなんですけど、今日はつい、喋ってしまった（笑）

何人かで集まって、話しながら不安や悩みを共有することで、「悩んでいるのは自分だけじゃない」って気持ち、気持ちを楽にされるのもいいかもしれませんよ。

相…それはいいかも。いろんな方と話してみるとたくさん発見があって楽しいですよ。相談員さんともまたいつかお話ししたいです。次回は実際にお電話しようかな。

総…ええ、どうぞ。お待ちしておりますよ。

感想

相談に対してどんなアドバイスをして、どのように話をまとめてくださるのか、興味を持って話を伺いました。自分が逆の立場だったら考え込んでしまう場面でも、間を置かずアドバイスされたことに驚きました。先を思い悩むより今を充実させることに気持ちを注ぐ、自立するという方向の視点は「お見事！」の一言で、またお話を伺ってみたいになってしまいました。