



For Victims of Violence from Husbands or Partners

夫やパートナーからの暴力に悩むあなたへ

Any violence is a crime, even if it is from a husband.

夫からの暴力も、“犯罪”です

There are many people who consider violence from their husband as a “household problem” and try to solve the problem on their own. Whether it is physical or psychological, violence against a wife is a serious abuse of human rights which can also lead to legal troubles.

現在、夫から暴力を受けて悩んでいるあなた、「家庭内の問題」だからと自分だけで解決しようとしていませんか？ 身体的暴力であれ、精神的暴力であれ、妻への暴力は、犯罪にもなりうる重大な人権侵害です。

You are protected by Japanese law.

日本には、あなたを保護する法律があります

Japan has a law to protect victims of spousal violence. The law also applies to all foreign residents of Japan, regardless of their status of residence. Along with legally married partners, former spouses and common-law marriage partners are also subject to the law.

日本には、配偶者の暴力に苦しむ被害者を保護する法律があります。この法律は、在留資格の有無を問わず、日本にいる全ての外国人にも適用されます。結婚している相手だけではなく、元配偶者や事実婚等の相手も対象になります。

Don't blame yourself!

あなたは悪くない

Violence that husband commits is not just an unfortunate incident that happens to an unlucky woman. It also occurs because of underlying social issues, such as a male-dominated social structure in which there is a disparity between economic and social status between men and women, discriminatory thinking toward women that does not view them as equal partners, and a tolerant attitude toward violence by husbands against wives. Don't blame yourself for the harm inflicted on you. The one at fault is the abuser, not you.

「夫からの暴力」は、運の悪い女性の身に偶然起きた不幸な出来事ではありません。男女の経済力の格差や社会的地位の差など「男性優位」の社会構造、女性を対等なパートナーとみない女性差別の意識、また夫が妻に暴力をふるうことについての寛容な考え方などが社会の根底にあることによって起こります。「悪いのは私…」と、一人で背負い込まないでください。暴力はふるうほうが悪いのです。暴力を受けるあなたに非はないのです。

Receive counseling first and do not suffer alone

一人で悩まないで、まず相談を

There are facilities/agencies that provide counseling services. It may take some courage to open up about the violence occurring at your home, but to protect yourself and your children, do not hesitate to request counseling. (See the back for a list of counseling services.)

あなたの悩みを受け止めてくれる相談窓口があります。家庭内の暴力を表に出すことは勇気のいることですが、ご自分とお子さんたちのために、まずは相談してみてください。(裏面の相談窓口をご覧ください)

Types of violence from husbands or partners

「夫やパートナーからの暴力」とは？

There are many types of violence from husbands or partners. In reality, these different types of violence may be intertwined in a complex way. The following are the four most common types of violence that occurs.

夫やパートナーから受ける暴力には様々な形態があり、実際に起きる場面では複雑に絡み合っています。ここでは、4つの代表的な形態を示します。

Physical Violence

身体的暴力

Punching, kicking, throwing you, strangling, throwing objects, pulling hair, threatening with a knife, pushing down the stairs, grabbing by the collar, pressing a lit cigarette to the body

殴る／蹴る／投げ飛ばす／首を絞める／物を投げつける／髪をひっぱる／ナイフを突き付ける／階段から落とす／胸ぐらをつかむ／タバコの火を押しつける

Psychological and Social Violence

精神的暴力・社会的暴力

Talking abusively, threatening, suspect of cheating or infidelity, monitoring activities, locking you out of the house, destroying or throwing away your important items, insulting you in public

暴言をはく／脅かす／浮気・不貞を疑う／行動を監視する／家から締め出す／大事なものを壊す・捨てる／他人の前で侮辱する

Sexual Violence

性的暴力

Forced sexual acts without your consent, not cooperating with contraception, showing you pornography, treating you as a tool

望まないのに性行為を強要する／避妊に協力しない／ポルノを見せたり、女性を道具のようにあつかう

Economic Violence

経済的暴力

Not providing living expenses, hindering you from working and gaining an income

生活費を負担しない／女性が外で働き収入を得ることを妨害する

Counseling Services on Violence from Husbands or Partners

夫やパートナーからの暴力についての相談窓口

Counseling available in foreign languages 外国語で相談できる窓口		
<p>English, Chinese, Korean, Spanish, Portuguese, Tagalog, Thai, Vietnamese</p> <p>英語、中国語、韓国・朝鮮語、スペイン語、ポルトガル語、タガログ語、タイ語、ベトナム語</p>	<p>Kanagawa Prefectural Spousal Violence Counseling and Support Center Multilingual Counseling Service (for women)</p> <p>県配偶者暴力相談支援センター／多言語による相談窓口(女性向け)</p>	
<p>Monday to Saturday 月曜～土曜</p>	<p>10:00-17:00 (Appointment necessary for in-person counseling. 面接相談は要予約)</p>	<p>☎ 090-8002-2949</p>
<p>English, Chinese, Korean, Spanish, Portuguese, Tagalog, Thai, Vietnamese, Indonesian, Nepali</p> <p>Note: Only the chat is available in multiple languages.</p> <p>英語、中国語、韓国・朝鮮語、スペイン語、ポルトガル語、タガログ語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語、ネパール語</p> <p>※多言語相談はチャットのみ</p>	<p>Domestic Violence Hotline Plus (Cabinet Office)</p> <p>内閣府／DV相談+(プラス)</p>	
<p>Available 24 hours a day 24時間</p>	<p>☎ 0120-279-889</p> <p>Consultation is available via email and chat as well. メール、チャットでの相談も可能</p>	

日本語による相談窓口		
<p>県配偶者暴力相談支援センター 女性のためのDV相談窓口</p> <p>※面接相談は要予約</p>	<p>☎ 0466-26-5550</p>	<p>月曜～金曜 (祝日を除く) 9:00-21:00</p> <p>土曜・日曜 (祝日を除く) 9:00-17:00</p>
<p>県配偶者暴力相談支援センター 女性への暴力相談 「週末ホットライン」</p>	<p>☎ 045-451-0740</p>	<p>土曜・日曜 (祝日を除く) 17:00-21:00</p> <p>祝日 9:00-21:00</p>
<p>横浜市DV相談支援センター (電話相談窓口)</p>	<p>☎ 045-671-4275</p>	<p>月曜～金曜 (祝日を除く) 9:30-16:30</p>
	<p>☎ 045-865-2040</p>	<p>月曜～金曜 (第4木曜を除く) 9:30-20:00</p> <p>土曜・日曜・祝日 (第4木曜を除く) 9:30-16:00</p>
<p>川崎市DV相談支援センター (電話相談窓口)</p>	<p>☎ 044-200-0845</p>	<p>月曜～金曜 (祝日を除く) 9:30-16:30</p>
<p>相模原市DV相談支援センター (電話相談窓口)</p>	<p>☎ 042-772-5990</p>	<p>毎日 (第4月曜を除く) 10:00-17:00 火曜・木曜は 18:00 まで</p>

- All service windows are closed during the year-end/New Year's holidays. すべての窓口は、年末年始は休みです。
- You can also consult with your local municipal office or police station. お住まいの地区の役所や警察署に相談することもできます。