

# 江東区 女性のなやみとDV相談より

## 夫婦間のモラハラ

最近マスコミやインターネットで、芸能人夫婦の離婚が「モラハラか?」ということを取り上げられました。モラハラとはモラル・ハラスメントの略で「優位な立場を利用して相手に言葉や態度で嫌がらせをしたり、苦しめたりすること」を言います。メディアの報道などによってモラハラという言葉は少しずつ浸透してきているようですが、夫婦間のモラハラの実態とはどういふものなのでしょうか。

### 事例 特定の個人の経験ではありませぬ

Aさんは30代の専業主婦。結婚して8年。サラリーマンの夫と小1の息子の3人暮らし。結婚してからまもなく、夫はささいなことでも怒り出すようになり、食事のメニューや味付け、買い物の中身、窓の開け閉めなど、夫の思いどおりにならないと説教されるようになっていきました。言われた通りにしようと必死で対応していましたが、次々と違う要求が続き、夫は「気がきかない」「家事もまともにできないのか」と言われ、Aさんは自分が悪いのではと思いはじめました。子どもが生まれましたが、里帰りすることと夫は「お前の実家はバカだからつきあうな」と認めませんでした。正月や夏休みは「結婚したのだからおれの実家に行くのが当然」と言われて、毎回の実家へ帰る生活が苦痛でした。生活費は夫が管理していて、毎月決まった金額をもらっています。この間の習い事で出費がかさみ、お金が足りないといふに「必要ないものに金は使え」といふ必要のないものに金を

### モラハラチェックリスト

- 経済的暴力
  - 必要額以上の生活費を渡さない
  - 出費を細かくチェックする
  - 家の財産を知らせない
  - 仕事を辞めさせない・仕事を辞めるように言う
  - 浪費・借金をする
  - 貴方の名義で借金をさせる
- 性的暴力
  - 性行為を強要する
  - 避妊に協力しない
  - 性的な映像を見せる
- 精神的暴力(=モラハラ)
  - 自分の思い通りにならないと、不機嫌になる
  - 見下したり、人格を否定することを行う
  - 貴方をダメな人間だと思わせる
  - 一方的に自分本位の物事を決める
  - 無視する
  - 事実を捻じ曲げたり、矮小化(わいしょう)して、混乱させる
  - ひどい嫉妬をして、貴方を責める
  - 実家に行くことや、友だちに会うことを嫌がる
  - 何時でも説教し、眠らせない
  - 自分の失敗や様々な問題を貴方のせいにする
  - 大切にしているものを壊す
  - ふたこと目には「離婚だ」と言う(脅し)
  - 「自殺する」と脅す
  - 「妻(又は女)の仕事だ」と決めつける

### あなたの夫 親密な関係にある人は...

- 必要な額の生活費を渡さない
- 出費を細かくチェックする
- 家の財産を知らせない
- 仕事を辞めさせない・仕事を辞めるように言う
- 浪費・借金をする
- 貴方の名義で借金をさせる
- 性行為を強要する
- 避妊に協力しない
- 性的な映像を見せる
- 自分の思い通りにならないと、不機嫌になる
- 見下したり、人格を否定することを行う
- 貴方をダメな人間だと思わせる
- 一方的に自分本位の物事を決める
- 無視する
- 事実を捻じ曲げたり、矮小化(わいしょう)して、混乱させる
- ひどい嫉妬をして、貴方を責める
- 実家に行くことや、友だちに会うことを嫌がる
- 何時でも説教し、眠らせない
- 自分の失敗や様々な問題を貴方のせいにする
- 大切にしているものを壊す
- ふたこと目には「離婚だ」と言う(脅し)
- 「自殺する」と脅す
- 「妻(又は女)の仕事だ」と決めつける

### DVの相談窓口

- 相談は全て無料です
- 江東区女性のなやみとDVホットライン ※祝日・年末年始を除く  
☎3647-9551 月～金(9:00～12:00,13:00～17:00) 土(9:00～12:00)
  - 江東区女性のなやみとDV相談(面接相談予約)  
☎3647-9551 月～土(時間は予約時にご確認ください)  
保育有(1歳以上未就学児 要事前予約) ※祝日・年末年始を除く
  - 江東区女性のための法律相談(要予約) ※祝日・年末年始を除く  
☎5683-0341 (江東区役所2F 広報広聴課相談室)  
女性弁護士がDVほかの法的な問題にアドバイスします。  
水(9:00～12:00) 保育有(1歳以上未就学児 要事前予約)
  - 保護第一課(深川地区及び東砂6～8丁目、南砂、新砂)  
☎3645-3106 月～金(9:00～17:00) ※祝日・年末年始を除く
  - 保護第二課(亀戸、大島、北砂、東砂1～5丁目、新木場、夢の島、若洲)  
☎3637-2707 月～金(9:00～17:00) ※祝日・年末年始を除く
  - 他機関の相談窓口
    - 配偶者暴力相談支援センター  
■東京ワメンズプラザ ☎5467-2455 年末年始以外毎日(9:00～21:00)
    - 東京都女性相談センター ☎5261-3110 土・日・祝日・年末年始を除く(9:00～20:00)
  - 女性の人権ホットライン ※祝日・年末年始を除く  
☎0570-070-810 (法務局人権擁護部) 月～金(8:30～17:15)
  - DV相談ナビ  
☎0570-0-55210 自動音声により指定地域の最寄り相談窓口を案内
  - (夜間・緊急時) 警察(事件発生時) 110番

### モラハラの影響

国が定めたDV防止法では、DVの定義を「身体に対する暴力」だけでなく、「これに準ずる心身に有害な影響を及ぼす言動」とし、精神的DVについても明記しています。身体的暴力という手段を使わなくても、モラハラ精神的DVによって自分の主張を正当



誰かに相談してみたいと思いましたが、つきあいが疎遠になった実家や友達には相談しにくいと感じています。また、夫から家事や子育てがうまくできていないと言われ続けてきたAさんは、自分にも問題があるのではないかと思ひ、なかなか誰かに話してみようと思ひがありません。

### モラハラかなと感じたら

このような悪循環を感じたら、専門機関に相談してみよう。専門機関では支援者が、DVに関する知識や情報をいろいろと持っています。まずは今までのことをゆつくり話して蓄積された心身の疲労回復を目指しましょう。並行して、これからの人生や生活をどうしていきたいかをじっくり考えていきましよう。そして情報の中から自分にあった選択肢や解決方法を具体的に思い出し、いきま

化し、相手が従うようにコントロールする人がいます。被害を受けている人は、自分が至らないせいで相手を怒らせていると罪悪感を持ち、しだいに自分の考えや好みよりも相手の考えや怒らせないことを優先するようになり、その結果、知らず知らず心身の疲労を抱え、たまに生活を継続していくことになり、自分の将来に希望が見えず、自信をなくしてしまふと、ますます相手のペースにハマり悪循環に陥ってしまふます。

## 区内企業に見るワーク・ライフ・バランスの取り組み

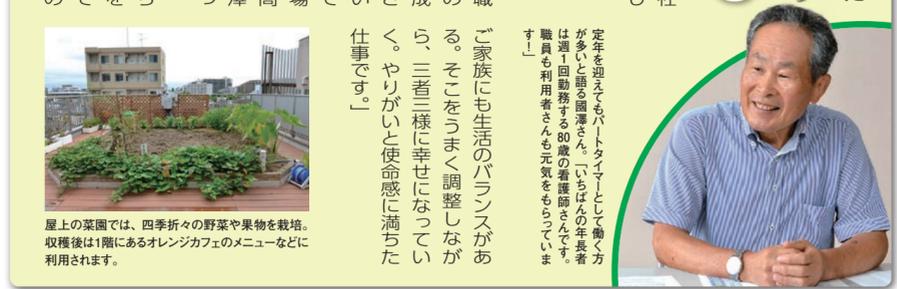
「職員の手で働きやすい環境を創造する」 有限会社すこやか

2002年に設立、居宅介護支援、デイサービス、福祉用具貸与など地域に根ざした介護事業を手がける有限会社「すこやか」。正社員・パートを含め現在約130名を擁するスタッフは、7割以上が女性で構成されています。

「設立当初より、母子家庭のお母さんが多く働いていらしたんです。その方たちが子どもを育てながら、きちんと正社員として働くにはどうすれば良いか。今でいうワーク・ライフ・バランスを考えたのが、そこが原点ですね。」そう語る代表の國澤一男さんは、まず職員の就業規則に着手します。かねてよ

り働きやすい環境を創造する「有限会社すこやか」

決めるようにしてから、職場の雰囲気や土気もずいぶん高まったそうです。しかし、國澤さんの視線は、さらに先を見つめます。細かなことも自分たちで決めるようになってから、職員のための会社にする。この理念は働き方検討委員会で作成した「心のカード」にも明記され、スタッフは常時携帯しています。細かなことも自分たちで決めるようになってから、職場の雰囲気や土気もずいぶん高まったそうです。しかし、國澤さんの視線は、さらに先を見つめます。



屋上の菜園では、四季折々の野菜や果物を栽培。収穫後は1階にあるオレンジカフェのメニューなどに利用されます。

## 江東の働くママ クローズアップ

「子育ては妻だけに任せると、その後の歩く練習を一緒にしたりなど、子どもの成長を妻と分かち合えるのがうれしいですね」といふ、奥様は企画運営に携わる母親支援団体「himagari」の活動にも協力。木

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

## 育児に参加することで子どもの成長をより実感

江東区および周辺エリアのパパが交流するサークル「江東区パパ友の会」のメンバーである内海さん。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

## 育児に参加することで子どもの成長をより実感

江東区および周辺エリアのパパが交流するサークル「江東区パパ友の会」のメンバーである内海さん。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

## 資格を活かした独自のケアで子育てに悩むママを応援

以前は病院や行政の保健師としての仕事を中心だった渡邊さんが起業したのは2009年。当初経営は厳しく、ボランティア的な仕事を中心とした。そんな折、区内のボランティア団体が発行していた「イキカレ」に出会い、担い手の世代交代が進まず廃刊の危機にあることを知り

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

## 仕事しながらライフワークとしてボランティアを続ける

夫と2歳の息子さんと3人家族の池野さん。産前から勤めていた会社で時短勤務しつつ、フリーペーパー「イキカレ」の編集長を務めています。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。

「産後のお母さんにとって、イベント情報を授乳中でも見られる紙媒体は孤立防止に欠かせない」と保健師の視点から一念発起。あちこち声を掛けて会議を重ね「イキカレ」廃刊の危機を乗り越えます。