

モラハラというDVへの理解と 傷ついたところのセルフケアを学ぶ

あなたや身近な人が、相手の言葉で精神的に傷ついていませんか？
モラルハラスメント（精神的な暴力）などのDVによる心身への影響やDVが身近に
起こった場合の対応方法、傷ついたところのセルフケアなどを学びます。

【第2回】

11月13日(水)

18:30~20:30

「ひょっとして、これってモラハラ？」
～モラルハラスメントなど、身近にあるDV～



11月12日～25日は、
「女性に対する暴力を
なくす運動」期間です。

◆モラルハラスメントなどのDVによるところや身体への影響、DVが
身近に起こった場合の対応方法などを学びます。

【第3回】

12月5日(木)

18:30~20:30

「こころのケア講座」
～モラハラなど、DVで傷ついたところのセルフケア～

◆モラルハラスメントなどによって傷ついたところを、どのようにセルフ
ケアすればよいのかなどを学びます。

オンラインの講座です。御自身が安心できる場所でお話を聞いてみませんか。

- 開催方法 オンライン（Zoom）開催
- 受講対象 1 県内在住又は在勤・在学の女性
2 DV被害者の支援に携わる方（性別不問）
- 定員 各回50名（先着順）
- 受講料 無料
- 申込締切 第2回 11月4日（月）まで
第3回 11月24日（日）まで
※定員になり次第、締め切ります。

講師
プロフィール

西山 さつき氏 (にしやま さつき)

NPO法人レジリエンス代表

各地でDV・トラウマからの回復について年間多数講演を行う。中学高校に出向いての
デートDV予防啓発や、予防啓発を行う支援要請も行っている。DV・トラウマからの
回復のための「こころの care 講座」を全国に広めるためのファシリテーター養成講座
も毎年実施している。共著に『傷ついたあなたへ〈1〉、〈2〉』（梨の木舎、2005、
2010）、『DV はいまー協働による個人と環境の支援』（ミネルヴァ書房、2013）



主催

神奈川県立かながわ男女共同参画センター
かなテラス

パートナーからの支配を受けていませんか？チェックしてみてください。

- パートナーの言うことは絶対だ
- 自分の希望をパートナーに伝えるのはとてもエネルギーがいる
- パートナーが帰ってくると緊張する
- パートナーを恐れている
- パートナーがいる前で電話をしたくない
- パートナーを待たせることはできないと思っている
- 自分がどう感じるかよりもパートナーが怒らないかが基準になっている
- 予定より遅く帰るなんてできないと思っている
- パートナーの言動に意見できないと思っている
- たとえ間違っていると思っても、パートナーに同調しなくてはならない
- パートナーに自分の本音は絶対に言えない
- パートナーが怒りだすと、なんとかなだめようとしてしまう
- パートナーが機嫌が良い状態であるためにはどんなことでもすると思う
- どんなに自分が楽しんでいてもパートナーの機嫌が悪くなるともう楽しむことはできない
- パートナーのセックスの要求は断れないと感じている
- 自分のほしいものでもパートナーが良い顔をしなければ買えない
- 子どもがパートナーの気に入らないことをするとすごくあせる
- パートナーについたうそがばれるのが怖くてしょうがない

出典：NPO法人レジリエンス

注意事項

1) オンライン講座の受講環境等

- パソコン等を用いて Zoom アプリを利用します。
御自身で機器・インターネット通信環境、受講環境を御準備ください。
・講座は、カメラをオフ、マイクはミュートの状態で御参加ください。

2) 当日の接続

- 講座当日は、開始 20 分前（18 時 10 分）に招待 URL から接続してください。

3) キャンセル

- 速やかに、かなテラス相談課 電話 0466-27-2111（内線 330）に御連絡ください。
- 申込必要事項：①氏名（フリガナ）②電話番号 ③メールアドレス ④受講対象の番号を入力してください。
- 当日資料等の送付について：第2回は、11月11日（月）、第3回は11月29日（金）までに、当日資料、Zoom ミーティングの招待 URL 及びパスワード・ID が記載されたメッセージを電子メールにて送信します。
上記の期日を過ぎても、電子メールが届かない場合は、かなテラス相談課まで御連絡ください。

申込み
問合せ

第2回の申込みはこちら



第3回の申込みはこちら



かなテラス DV防止啓発講座

検索

かなテラス（神奈川県立かながわ男女共同参画センター）相談課

電話 0466-27-2111（内線 330）

休館日等：毎週月曜日、10月15日（火）、11月3日（祝・日）、5日（火）、23日（祝・土）、26日（火）

ホームページ

https://www.pref.kanagawa.jp/docs/x2t/kouza_event/20241113_20241205_dvboushi.html