

～11月は児童虐待防止推進月間～ 体罰によらない子育てを広げましょう!



子育ては、楽しいこともうれしいこともあります。時には思いどおりにならず、たたいたり怒鳴ったりしたくなることも…。
体罰による子育ては子どもに良い影響を与えないばかりか、深刻な影響を及ぼします。
子どもの健やかな成長のために、体罰によらない子育てについて一緒に考えてみませんか。

こんなこと
していませんか?

何度も言葉で注意したが、言うことを聞かないので頬をたたいた

きょうだい喧嘩を仲裁するために、尻をたたいた

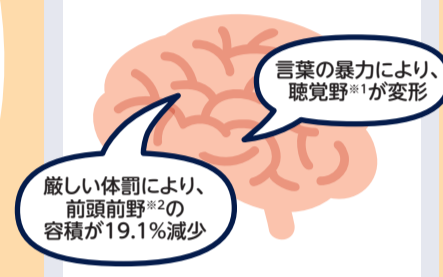
注意しても遊びをなかなかやめないの、夕食を与えなかった

塾の宿題をしないので、終わるまで寝かせなかった

これらはすべて**体罰**です!

なぜ体罰をしてはいけないの?

体罰・暴言による子ども時代の辛い体験は、脳の成長や発達に悪影響を及ぼすことが科学的にも明らかになっています。



※1 声や音を知覚する脳部位
※2 社会生活に極めて重要な脳部位
提供：福井大学 友田明美教授

親は「しつけ」のつもりでも、目に見えない大きなダメージを子どもに与えているかもしれません。

体罰によらない子育ての工夫ポイント

もっと遊びたかったんだよね

大切にされていると感じるよう、子どもの気持ちや考えに耳を傾ける

触られたくないものは、子どもの手の届かない場所へ置いて、叱らずに済む環境をつくる

気持ちの切り替えが難しい時は場所を移して、注意の方向を変えてみる

パパの隣を歩こうね

「いい子にして」や「ちゃんとして」では伝わらない。肯定文で何をするかを具体的に伝える

やる気が増すように、楽しく取り組める工夫をする

靴をそろえられたね

自己肯定感が育つよう、できていることを具体的に褒める

どうしてもイライラが収まらない時や否定的な感情が生じた時は…
子どもを安全な状況に置いた上で、子どもと少し離れて気分転換を。

- 深呼吸をする
- ゆっくり5秒数える
- 窓を開けて風にあたる

自分なりの
リフレッシュ方法を見つけましょう

子育てに
悩んだ時や困った時は

相談窓口

子育て中の人や子ども自身、周囲の人でも相談できます。
※相談は無料で、秘密は守ります。匿名でも構いません。
※掲載している相談窓口は、祝休日・年末年始が休みの場合もあります。

虐待だと思った時は、
虐待してしまいそうな時は

港北区役所子ども家庭相談
☎ 540-2388
(月～金曜 8時45分～17時)

妊娠期を含む乳幼児期から学童・思春期を対象とした相談に、保健師や社会福祉職等の専門職と一緒に考えます。

横浜子育てパートナー

- 地域子育て支援拠点 どんづぶ(大倉山)
☎547-1180(火～土曜 9時30分～16時)
- 地域子育て支援拠点 どんづぶサテライト(綱島)
☎547-1182(火～土曜 9時30分～16時)

妊娠中の人や未就学児の保護者の相談に乗り、必要な情報を調べて支援機関を紹介する等、相談者の気持ちに寄り添って解決方法を一緒に考えます。

**かながわ子ども家庭
110番相談LINE** まずは友達登録してね
(月～土曜 9時～21時)

親子関係や家族の悩み等、子どもに関わる相談に応じます。

よこはま子ども虐待ホットライン
☎ 0120-805-240
(24時間365日)

北部児童相談所
☎ 948-2441
(月～金曜 8時45分～17時)