子育ては 特集 ひとりじゃないよ

問 こども家庭センター ☎0558-76-8008

知っていますか？ 子どもが持っている代表的な権利

生きる権利

元気に、健康に毎日を過ごして成長する

守られる権利

叩かれたりひどいことを言われない

育つ権利

保護者の人から育てられる

参加する権利

自分の意見を言う話を聞いてもらえる

こども家庭センター職員

全ての子どもは、愛され、守られながら成長する権利を持っています。子どものためを思い、「しつけ」のつもりでしたことでも、身体的・精神的な苦痛を与える行為は「体罰」です。

また、子育ては親御さんだけで抱え込むものではなく、地域社会全体で支える必要があります。この特集は、親御さんだけでなく、全ての皆さんへのメッセージです。

それってしつけ？ それとも体罰？

子どもが、別の子が遊んでいるおもちゃを取ろうとしているのを見て「アンタ何してるの！」と大声で怒鳴った。

子どもに「宿題をしなさい」と何回も言ったが、言うことを聞かずにずっと遊んでいた。時にはきつく叱ることも必要だと思って叩いた。

しつけと体罰の違い

しつけとは…

子どもの健やかな成長を助け、社会で生活していくためのルールや習慣などの社会性を育む行為

体罰とは…

子どもの体に何らかの苦痛や不快感を意図的に引き起こす行為

体罰は令和元年の児童福祉法などの改正により、法律で禁止されています。

工夫のポイント

体罰などが良くないと分かっていても、いろいろな状況や理由によって、それが難しいと感じられることもあります。一方で、安心感や信頼感、温かな関係が心地よいと感じるのは子どもも大人も一緒です。

POINT 1 子どもの気持ちや考えに耳を傾けましょう

自分の気持ちや考えを受け止めてもらえると、子どもの気持ちが落ち着いたり、大切にされていると感じたりします。子どもと一緒にどうしたら良いかを考えましょう。

POINT 2 「言うことを聞かない」にもいろいろあります

保護者の気を引きたい、子どもなりに考えている、言われていることが理解できないなどさまざまな理由があります。

「イヤだ」という気持ちを持つこと自体は、いけないことではありません。

POINT 3 子どもの状況に応じて身の回りを整えてみましょう

子どもが困った行動をする場合、子ども自身も困っていることがあります。「触っちゃダメ！」と叱らずに、危ないものに触れないようにするなどの環境づくりを心がけましょう。

POINT 4 子どもによって、必要な支援が異なることもあります

子どもによって、成長・発達に差があります。

子ども自身が困っているときは、状況に応じた支援が必要なこともあります。

POINT 5 良いこと、できていることを具体的に褒めましょう

良い態度や行動を褒めることは、うれしい気持ちだけでなく自己肯定感も育みます。具体的に何が良いのかを褒めて、子どもに伝わりやすくしましょう。

ひとりで悩んでいませんか？

子育てには迷いや不安がつきものです。
今の心の状態をフローチャートで見つめてみましょう。

START 子育てを「しんどいな」と感じている

- NO → 今は悩みがない人も、もしもの時のために相談できる場所について知っておきましょう
- YES ↓

子供が言うことを聞かないとき、ついイライラしてしまう

- NO → 時には気持ちを切り替えることも大切です もし疲れたなと感じたら、周りの人に頼ってみましょう
- YES ↓

イライラしたとき、子どもに大声を出したり強く当たったりしてしまう

- NO → イライラを表現しないのはとてもエネルギーがいることです 知らず知らずのうちに疲れが溜まっていることもあります
- YES ↓

その後、「何てことしたんだ」と自分を強く責めてしまう

- NO → 気持ちの余裕が持てないと感じたら、立ち止まって休むことも大切です
- YES ↓

相談できる場所があります

こども家庭センター（大仁庁舎1階）

☎ 0558-76-8008（平日8：30～17：15）

妊娠や出産、子育て、子どもに関する悩みや不安の相談窓口です。家庭児童相談員が、面接相談・電話相談に応じ、匿名での相談もできます。
相談に関する秘密は厳守します。

児童相談所 相談専用ダイヤル

☎ 0120-189-783（いちはやく おなやみを）

※24時間対応・通話料無料
※最寄りの児童相談所につながります

児童相談所 虐待対応ダイヤル

☎ 1（いち） 8（はや） 9（く）

※24時間対応・通話料無料
※最寄りの児童相談所につながります

子どもを傷つける行動

どんな理由があっても
子どもを傷つけてはいけません

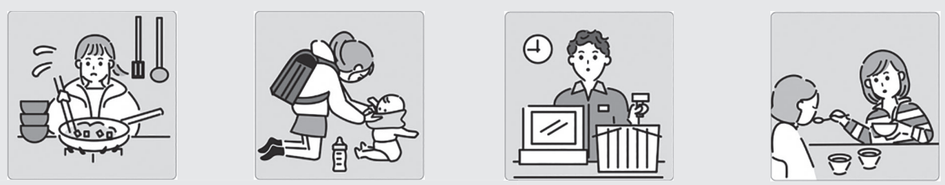
ヤングケアラーを知っていますか？

ヤングケアラーとは、本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話（ケア）などを日常的に行っている子ども・若者のことです。勉強や部活に励む時間、友人との他愛ない時間などの「子どもの時間」と引き換えに、家事や家族の世話をしていることがあります。

お手伝いと何が違うの？

このように思った人もいるかもしれません。しかし、中には年齢や成長段階に見合わない負担や責任を子どもが負っていることも。ケアの内容が「お手伝い」なのか「重い負担」なのかを線引きすることは、とても難しいことです。

ケアの例



- 障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている
- 家族に代わり幼いきょうだいの世話をしている
- 家計を支えるために労働をして、障がいや病気のある家族を助けている
- 障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている

出典：こども家庭庁HP

相談したい…

子どもに断れない状況を強いている
子どもの日常生活に支障が出ている
↓
ヤングケアラーかも

ヤングケアラーのこともっと知りたい

マンガで紹介しています
▲県HP