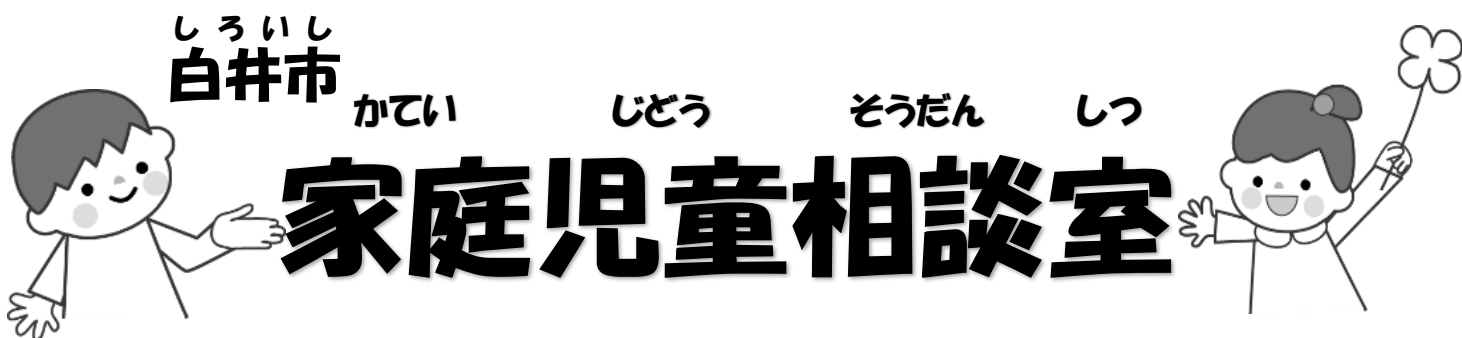




かてい じどう そうだん しつ
家庭児童相談室は、18歳までの児童と保護者の悩み（育児・しつけ・
 ふとうこうとう そうだん ばしょ なや しんぱい
 不登校等）について相談ができる場所です。悩みや心配ごとがあれば、お
 はな
 話ししてください。

とき そうだん
こんな時は、ご相談ください

こ
 子どもがいうことを
 き 聞かず、怒鳴ったり
 ど な イライラしてしまう。
 ほうほう お
 しつけの方法や落ち
 つ 着く方法を知りたい。
 し



りこん おや
 離婚やひとり親
 かてい かん
 家庭に関する
 そうだん
 相談がしたい。

びょうき かそく
 病気の家族きょうだいの
 せ わ ひつよう ともだち
 お世話が必要で、友達
 あそ
 と遊ぶことができ
 ない。



かそく がっこう とも
 家族・学校・お友
 だちのことなど
 なや
 で悩んでいる。



そうだん さき
相 談 先



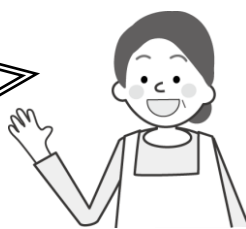
そうだん び げつ きん しゅくじつ ねんまつねんし のそ
 ○相談日：月～金 （祝日・年末年始は除く）

こぜん
 午前9時30分 ～午後4時30分

ば しょ ほけんふくし かい こそだてしえんか
 ○場 所：保健福祉センター3階 子育て支援課内

れんらくさき ちよくつう
 ○連絡先：☎ 047-497-3477（直通）

どならずに 子どもをしつけるコツ 提案します



『しつけ』は、子どもへの教育で「こうするといいよ…」と教えることです。
子どもが言うことを聞かないときに、しつけのつもりでどなっても親の思いは
伝わらず、むしろ親子関係が悪くなることもあります。
では、どうすれば良いのでしょうか…

ポイント1 わかりやすく伝える(「具体的に」「簡潔に」)

- ① 具体的に説明する (「ちゃんと」など、漠然とした言葉は伝わりにくいものです)
例) ×『おもちゃ(ゲーム)をそのままにしないで、ちゃんとしてね…』
→→→◎『おもちゃ(ゲーム)はそのままにしないで、箱に入れようね』
- ② 共感しながら行動を伝える(共感されると気持ちが落ち着き、話を聞こうとします)
例)(おもちゃを片付けられずにいるとき)
→→→◎『まだ遊びたい気持ちはわかるよ。でも〇〇の時間だよね』
- ③ できたらほめる・認める(ほめられると自信がつき、行動が定着します)
例)(少しでもやろうとしたり、当たり前と思うことでも行動できたら)
→→→◎『おもちゃを片づけようとしてるんだね。えらいね』
◎『(できたら…)片付けがんばったね』
◎『お話し聞いてくれてありがとう』など



※コツ・・・①～③を行うときは、近づいて・目を見て、ゆっくりと、
そして肯定的に話すことが大切です。(テレビは消して静かな環境で。
ダメダメ言葉より、「〇〇しようね」と伝えましょう)

ポイント2 落ち着いて関わる

子どもが反抗したり泣き叫んだりすると、親もパニック状態に。
子どもと関わる前に、まずは**親が落ち着くことも大切**です。

落ち着くためのヒント

深呼吸をする・10数える・水を飲む・手を洗う・甘いものを食べる
窓の外を見る・部屋を出る・誰かに電話する・音楽を聴く… など

*子どもの感情が高まっているときに、落ち着いて対応するのは難しいことです。
できそうなことから取り入れてみましょう。

親の方が悪いと思う時には、きちんと子どもに謝ることも大切です。

☆ **親も「しつけ」は初めての経験です。上手いかわなくても自分を責めないで
ください。対応に悩んだら「家庭児童相談室」にご連絡ください。**



もしかして・・・虐待？

子どもを守るべき保護者が、子どもの身体や心を傷つけることを言います。
たとえ親がしつめたと思っていても、子どもの人権を侵害するものは虐待にあたります。虐待は以下の4つの種類に分けられます。

身体的虐待

- ・ 殴る、蹴る、火傷をおわせる、戸外に締め出すなど、身体的な苦痛をあたえる

心理的虐待

- ・ 言葉によるおどし、無視、きょうだいと差別する、暴力行為を子どもに見せる

ネグレクト

- ・ 食事を与えない、身体をひどく不潔なままにする、病気になるでも受診させない

性的虐待

- ・ 子どもへの性的行為、性器や性交を見せる、性器を触る又は触らせる

イライラしてつい子どもを叩いたりどなったりしてしまうと悩んでいるときや、虐待の疑いのある子どもを発見したときには、下記へ相談や連絡をお願いします。



虐待に関する相談・連絡先

◎白井市 家庭児童相談室

直通 **047-497-3477** (平日9:00~16:30)

◎子ども・家庭110番

043-252-1152 (24時間365日)

緊急的な保護が必要、重篤な身体的虐待、性的虐待などの場合

◎児童相談所全国共通ダイヤル

189 (いちはやく)

◎目の前で行われている暴力を止められない場合

まよわず警察 **110**



土曜日・日曜日にも相談ができる窓口



◎児童相談所相談専用ダイヤル（虐待以外の相談）

0120-189-783 月曜～日曜日 8：30～20：00

◎児童家庭支援センター（子ども未来サポートセンターやちよ）

* 子ども自身の悩みや保護者からの子育てについての不安や心配などの相談

047-409-5551 月曜～日曜日 9：00～17：00

◎千葉県子どもと親のサポートセンター

* 小中高校生本人、保護者対象

0120-415-446 24時間

◎親子のための相談 LINE

* 子育てや親子関係について悩んだ時に、子どもとその保護者が
LINE で相談できる窓口。（年末年始休み）

平日 9：00～21：00

土日祝日 9：00～17：00

