



神奈川县

如果为育儿和管教 感到困惑……



通过不依赖体罚的管教，感受育儿的乐趣。

神奈川县儿童咨询所

前言

“真的不可以对孩子进行体罚吗？”

是的。法律进行了修订，规定不可使用体罚来进行管教。

“但是，如果干了坏事，不敲打一下让孩子知道错，担心将来长大成人会走上歪路。”

这种心情，非常理解。但是，我们发现，体罚对孩子的成长会产生负面影响。

**“那怎么办才好？虽然非常喜欢孩子，
但也为育儿感到烦恼。”**

每天的育儿，真是非常辛苦呀。

希望我们编制的这份手册，能够让您对于不依赖体罚的育儿，获得一些启发，并且，能够对诸位家长的烦恼，做出一些回应。

在此，介绍一个正致力于育儿的4人家庭。

请大家与自己的育儿进行比较，了解这家人是如何进行管教和育儿的吧。

出场人物介绍.....	2P
漫画“某一天的家庭.....	3P
通过不依赖体罚的管教，感受育儿的乐趣....	11P
各种咨询窗口.....	13P

出 场 人 物 介 绍



爸爸 Mamoru 30岁

希望能够成为育儿爸爸，但因为工作繁忙，和孩子相处的时间较少。对活泼好动的 Haruto 不知该如何管教，有时难免大声斥责，甚至动手责打。



妈妈 Ikuyo 28岁

开朗而温柔的妈妈。Mei 长到 1岁的时候，将她送到保育园，重新开始工作，但每天却因育儿、家务和工作而疲于奔命，经常感到烦躁不安。



长子 Haruto 4岁

正在上保育园的健康而活泼的男孩。非常喜欢在外玩耍，但还不会很好地收拾东西。



长女 Mei 1岁

与 Haruto 上同一保育园的女孩。开始学说话，模仿 Haruto，摇摇晃晃地跟着后面的样子非常可爱。

①收拾



仔细想一下，
Haruto 也才 4 岁。
让他一个人全部收拾也的确困难。



好的～

对你大声喊叫，对不起。
妈妈也帮你。收拾好之后，
和妈妈一起吃点心吧。



收拾喽～



要点

妈妈不由地大声训斥，但似乎又有些反省。能够告诉孩子需要进行收拾的理由，让孩子知道之后会发生的事情，同时，与孩子一起收拾，这样的做法很好。



说起来，
前几天在保育园，
园长先生曾说过……

请对孩子“想自己做事的心情”
予以认可。

穿好了！

自己一个人
全穿好了，
太了不起了。

妈妈，
我一个人，
穿好了。

要点

虽然早上时间匆忙，但对孩子“希望自己做事的心情”予以认可，耐心等待，将有益于促使孩子产生成就感，让孩子心情愉快地去上保育园。

③危险！



虽说很危险，
但是，动手打了 Haruto……

哇～
爸爸，对不起。

爸爸打你了，
对不起。

如果摔下来，
或者撞到 Mei，
有可能受伤，
不要再在沙发上跳了。

回到房间里玩吧。

那么，爸爸，
读这本书吧～

要点

即使是大人，觉得自己错了的时候，如果也能像这位爸爸一样道歉，就好了。请用简明易懂的语言，告诉孩子为什么危险吧。

④妈妈精疲力尽……



是课长吗?
今天身体不舒服，
想请假……

是家庭支援中心吗?
突然麻烦一下，
想请帮忙在早上把孩子
送到保育园……

明白了。
请保重。

没关系～

首先试着请傍晚帮忙接孩子的家庭支援中心的○○先生/女士帮忙。

那天
傍晚……

孩子妈妈，
身体状况怎么样?

两个孩子
都很精神哟。

太感谢了。
多亏您帮忙，好多了。

要点

为了防备出现大人因某些事情而无法照看孩子的情况，在平时便确保能够替代照看孩子的人，万一有事之时能够得到帮助，这样就放心多了。

通过不依赖体罚的管教，感受育儿的乐趣。

漫画《某一天的家庭》的情形如何？

爸爸和妈妈都出现不知不觉大声训斥，有时甚至抬手责打的情况。但是，没有人能够做到完美的育儿。而这个家庭的了不起的地方在于，失败或发现错误之时，能够真诚地向孩子们道歉，以及改变应对方法等，认认真真地下工夫。

孩子们看见父母为了自己而付出努力的姿态，将会加深与父母之间的感情，学习从失败中不断成长。

当然，根据孩子的年龄、性格及具体情形，对应会有所不同。孩子每天都在成长，父母也每天随之成长。请在周围的人们的帮助之下，享受与您及您的孩子相符的育儿生活吧。

虽说如此，但对于各位家长来说，育儿过程中出现的情况往往都是第一次遇到。当然会有困惑和烦恼。遇到这样的情况时，请回想起漫画《某一天的家庭》。

专栏

为何不可进行体罚？

厚生劳动省的资料之中，介绍了这样的研究成果：受到父母体罚的孩子，与从未受到体罚的孩子相比，会出现“不能安静地听父母说话”、“不能信守承诺”，“无法集中精力做一件事情”、“不能忍耐”、“不会良好地表现自己的感情”、“不能参与集体行动”等倾向。

并且，孩子对疼痛逐渐习惯之后，为了得到与最初同样的效果，暴力不断升级，有时还会出现引发虐待的情况。

是否做过这些事情？

这些全部是体罚。

- 口头警告了3次，但孩子还是不听话，于是打了一下脸颊。
- 拿重要的东西捣乱，因此让孩子长时间罚跪。
- 殴打朋友让朋友受伤了，因此也同样打了孩子。
- 拿了其他人的东西，因此打了孩子屁股。
- 没有做作业，因此没有让孩子吃晚饭。
- 没有打扫卫生，因此把抹布按在孩子脸上。

伤害孩子内心的行为。

- 开玩笑说，“不把你生出来就好了”等，否定孩子存在的话。
- 以让孩子拿出干劲为理由，将其与兄弟姐妹相比，对其进行贬低。

根据厚生劳动省《推广不依赖体罚等的育儿！》引用

私我们希望全力支援孩子的成长与诸位的育儿。

“孩子不听话”、“忍不住动手了”、“希望向别人吐露育儿的烦恼”等，如果有感到困惑的事情，请随意前来进行咨询。即使只说说话，心情也许也会变得轻松。

下一页记载了诸位能够前往进行咨询的各种咨询窗口。不仅是这些机构，保育所及育儿支援中心也接受咨询，欢迎前往利用。



各种咨询先

神奈川县儿童咨询所

儿童咨询所	电话	管辖地区
中央儿童咨询所	0466-84-1600	藤泽市、茅崎市、寒川町
平冢儿童咨询所	0463-73-6888	平冢市、秦野市、伊实原市 大矶町、二宫町
镰仓三浦地区儿童咨询所	046-828-7050	镰仓市、逗子市、三浦市、叶山町
小田原儿童咨询所	0465-32-8000	小田原市、南足柄市、中井町、大井町、松田町 山北町、开成町、箱根町、真鹤町、汤河原町
厚木儿童咨询所	046-240-6430	厚木市、海老名市、座间市 爱川町、清川村
绫濑儿童咨询所	0467-78-2110	大和市、绫濑市

县内的其他自治体的儿童咨询所

児童相談所	電話	所管地域
横浜市中央儿童咨询所	045-260-6510	鹤见区、神奈川区、西区、中区、南区
西部儿童咨询所	045-331-5471	保土谷区、旭区、泉区、瀬谷区
南部儿童咨询所	045-831-4735	港南区、矶子区、金泽区、户冢区、栄区
北部儿童咨询所	045-948-2441	港北区、绿区、青叶区、都筑区
川崎市南部儿童咨询所	044-542-1234	川崎区、幸区、中原区
中部儿童咨询所	044-877-8111	高津区、宫前区
北部儿童咨询所	044-931-4300	多摩区、麻生区
相模原市儿童咨询所	042-730-3500	相模原市
横须贺市儿童咨询所	046-820-2323	横须贺市

各种咨询电话

咨询电话	电话	备注
孩子家庭 110	0466-84-7000	9:00 ~ 20:00
人权・儿童热线	0466-84-1616	9:00 ~ 20:00 (儿童专用・通报专用)
儿童咨询所虐待对应电话	189 (免费)	24 小时对应
儿童咨询所咨询专用电话	0120-189-783 (免费)	

市町村の窗口

市町村	负责课	儿童咨询负责课直拨
平冢市	儿童家庭课（儿童家庭中心）	0463-21-9843
镰仓市	儿童家庭中心（儿童与家庭的咨询室）	0467-23-0630
藤泽市	儿童家庭中心	0466-50-3569
小田原市	儿童青少年支援课	0465-46-6763
茅崎市	儿童育成咨询课	0467-81-7170
逗子市	育儿支援课（儿童家庭中心）	046-873-1111（总机）
三浦市	儿童课 亲子咨询中心 Hinatabokko	046-882-1111（总机）
秦野市	儿童家庭支援课（咨询专用电话）	0463-82-5273 0463-84-7800
厚木市	儿童家庭中心（咨询专用电话）	046-221-0181
大和市	茁壮成长育儿课（儿童家庭中心）	046-260-5618
伊实原市	儿童家庭咨询课	0463-94-4642
海老名市	育儿咨询课	046-235-4825
座间市	儿童家庭课（儿童家庭中心）	046-252-8026
南足柄市	儿童课	0465-73-8072
绫濑市	儿童家庭中心	0467-77-1133
叶山町	儿童培育课	046-876-1111（总机）
寒川町	育儿支援课	0467-74-1111（总机）
大矶町	育儿支援课（育儿咨询热线）	0463-38-5802
二宫町	育儿·健康课	0463-71-7100
中井町	福祉课	0465-81-5548
大井町	育儿健康课	0465-83-8012
松田町	育儿健康课	0465-84-5544
山北町	福祉课	0465-75-3644
开成町	儿童课	0465-84-0327
箱根町	育儿支援课（儿童家庭中心）	0460-85-9595
真鹤町	健康儿童课	0465-68-1131（总机）
汤河原町	儿童支援课 育儿支援中心（Yutapon）	0465-20-4940
爱川町	育儿支援课	046-285-6932
清川村	育儿健康福祉课	046-288-3861



神奈川儿童家庭 110 咨询 LINE



LINE

请在 LINE 之中
追加为朋友

可免费匿名(仅需 LINE 中的注册名称及头像)
进行咨询。

【咨询受理期间】(年底年初除外)
星期一至星期六的9时至21时

► Other Languages



English 英語	中国语 中国語	한국·조선어 韓国·朝鮮語	Español スペイン語	Português ポルトガル語
Tagalog タガログ語	ภาษาไทย タイ語	Tiếng Việt ベトナム語	ភាសាខ្មែរ カンボジア語	ພາສັກວຽງ ラオス語

監修 子どもの虹情報研修センター 川崎二三彦

日本女子大学名誉教授 鶴養美昭

武藏野大学看護学部 中板育美

作成・発行 神奈川県児童相談所

デザイン・印刷 有限会社 湘南グッド

2025 年度