神奈川県

子育てやしつけに困ったら…



体罰に頼らないしつけで子育てを楽しもう

神奈川県児童相談所

はじめに

「子どもへの体罰は、ダメって本当？」

はい。法律が改正されて、しつけで体罰を使ってはならないとされました。

「でも、悪いことをしたら叩いてでもわからせないと、将来きちんとした大人になれるか心配です。」

その気持ち、よくわかります。ただ、体罰は子どもの成長にマイナスだということが分かってきました。

「じゃあ、どうしたらいいのでしょう。子どもは大好きだけど、子育てには悩んでしまいます。」

毎日の子育て、本当に大変ですよね。
このリーフレットは、体罰に頼らない子育てのヒントになればと願い、また、保護者の皆さんの悩みに少しでも応えたいと思って作りました。
ここでは、子育て真っ只中の４人家族を紹介します。
皆さんの子育てとも比べながら、
どんなしつけや子育てをしているかを見ていきましょう。

登場人物紹介.....2P
まんが「ある日の家族」.....3P
体罰に頼らないしつけで子育てを楽しもう....１１P
各種相談先.....１３P

登場人物紹介



パパ　マモル　３０歳

イクメンを目指しているけど、仕事が忙しく子どもに触れ合う時間が少ない。活発なハルトに手を焼き、時にどなったり、手をあげることも。



ママ　イクヨ　２８歳

明るくやさしいママ。メイが１歳になったのをきっかけに保育園に預けて仕事を再開したが、育児や家事、仕事に追われイライラすることが多くなった。



長男　ハルト　４歳

保育園に通う元気で活発な男の子。外で遊ぶことが大好きだが、お片付けはまだ上手にできない。



長女　メイ　１歳

ハルトと同じ保育園に通う女の子。言葉を覚え、ハルトの真似をして後をよちよちついていく姿がかわいい。

ある日の家族

①お片付け







ポイント 思わず怒鳴ってしまったママですが、少し思い返してみたようです。片付ける理由を伝えるなど先の見通しをつけながら、子どもと一緒にお片付けできるといいですね。

ある日の家族

②自分でするの！





ポイント

朝の忙しい時間で大変ですが、子どもの「やりたい気持ち」を認め、待つことは子どもの達成感を促し、気分よく登園することに繋がります。

③あぶない！


ママは休日出勤
雨の日の土曜日…
うわー
なにやって
るんだー！
イエーイ！
メイもー
ソファーで
はねるなって
何度言ったら
わかるんだ！
うわーん



ポイント 大人も悪いと思ったら、このパパのように謝れるといいですね。子どもには、危険な理由をわかりやすく伝えられるといいでしょう。

④ママがダウン…


パパは出張中
疲れピークの木曜日…
からだがだるいし、頭も痛い…
起きられそうにないどうしよう…
あ、パパは
いないんだっけ…
ママー
メイ、どいて
ママにかけて
あげるの
会社にお休みの
連絡入れて…
保育園の送りだけでも
誰かにたのんで…
ママー
だいじょうぶ？
ママー
おっきよー
う…うん
だいじょうぶ





ポイント 大人に何かあって子どもの面倒をみられないときに、かわりに見てくれる人を普段から確保しておき、いざというときに助けてもらえると安心ですね。

体罰に頼らないしつけで 子育てを楽しもう

まんが「ある日の家族」の様子はいかがでしたか。

パパとママも、ついつい大声を上げたり、ときには叩いてしまう場面がありましたね。

でも、完璧な子育てができる人なんていません。この家族のいいところは、失敗したり間違いに気づいたときに、子どもたちにちゃんと謝ったり、対応の仕方を変えるなど工夫をしているところではないでしょうか。

子どもは、親が自分のために努力する姿を見て、愛情を深め、誰もが失敗しながら成長することを学びます。

もちろん、子どもの年齢や性格、場面の違いによって対応は異なるでしょう。子どもは日々成長し、親もまた、ともに日々成長します。周囲の人の助けも借りながら、あなたとあなたのお子さんらしい子育てを楽しんでください。

とはいえ、保護者の皆さんにとって、子育ては初めて出会うことばかり。迷ったり悩むのも当然です。そんなとき、まんが「ある日の家族」のことも思い出してみてください。

コラム

体罰はなぜいけないの？

厚生労働省の資料には、親から体罰を受けていた子どもは、全く受けていなかった子どもに比べ、**「落ち着いて話を聞けない」「約束を守れない」「１つのことに集中できない」「我慢ができない」「感情をうまく表せない」「集団で行動できない」**といった傾向があるという研究結果が紹介されています。

また、子どもが痛みに慣れてしまい、同じ効果を得るために暴力がエスカレートし、虐待を引き起こす例も見受けられます。

こんなことを していませんか？

これらは全て体罰です

- **言葉で３回注意したけど 言うことを聞かないので、頬を叩いた**
- **大切なものにいたずらをしたので、長時間正座させた**
- **友達を殴ってケガをさせたので、同じように子どもを殴った**
- **他人のものを取ったので、お尻を叩いた**
- **宿題をしなかったので、夕ご飯を与えなかった**
- **掃除をしないので、雑巾を顔に押しつけた**

子どもの心を傷つける行為です

- **冗談のつもりで、「お前なんか生まれてこなければよかった」など、子どもの存在を否定するようなことを言った**
- **やる気を出させるという口実で、きょうだいを引き合いにしてけなした**

厚生労働省「体罰等によらない子育てを広げよう！」より引用

私たちは、お子さんの成長と皆さんの子育てを精一杯応援したいと思っています。

「言うことを聞いてくれない」「つい、手が出てしまう」「子育ての悩みを聞いてほしい」など、困ったときには気軽に相談してください。話すだけでも、気持ちが軽くなるかもしれません。



次のページに、皆さんが相談できる様々な相談先を載せました。こうした機関だけでなく、保育所や子育て支援センターでも相談を受けていますので、ぜひ利用してみましょう。

各種相談先

神奈川県児童相談所

児童相談所	電話	所管地域
中央児童相談所	0466-84-1600	藤沢市、茅ヶ崎市、寒川町
平塚児童相談所	0463-73-6888	平塚市、秦野市、伊勢原市 大磯町、二宮町
鎌倉三浦地域児童相談所	046-828-7050	鎌倉市、逗子市、三浦市、葉山町
小田原児童相談所	0465-32-8000	小田原市、南足柄市、中井町、大井町、松田町 山北町、開成町、箱根町、真鶴町、湯河原町
厚木児童相談所	046-240-6430	厚木市、海老名市、座間市 愛川町、清川村
※綾瀬児童相談所	0467-78-2110	大和市、綾瀬市

※令和７年１０月１日移転に伴い、大和綾瀬地域児童相談所から名称変更しました。詳細は県のホームページを参照。

県内の他自治体の児童相談所

児童相談所	電話	所管地域
横浜市中央児童相談所	045-260-6510	西区、中区、南区
※東部児童相談所	045-633-4720	鶴見区、神奈川区
西部児童相談所	045-331-5471	保土ヶ谷区、旭区、泉区、瀬谷区
南部児童相談所	045-349-0122	港南区、磯子区、金沢区、戸塚区、栄区
北部児童相談所	045-948-2441	港北区、緑区、青葉区、都筑区
川崎市南部児童相談所	044-542-1234	川崎区、幸区、中原区
中部児童相談所	044-877-8111	高津区、宮前区
北部児童相談所	044-931-4300	多摩区、麻生区
相模原市児童相談所	042-730-3500	相模原市
横須賀市児童相談所	046-820-2323	横須賀市

※令和８年４月１日開所。詳細は横浜市のホームページを参照。

各種相談電話

相談電話	電話	備考
子ども家庭 110 番	0466-84-7000	9:00 ～ 20:00
人権・子どもホットライン	0466-84-1616	9:00 ～ 20:00（子ども専用・通告専用）
児童相談所虐待対応ダイヤル	189（無料）	24 時間対応
児童相談所相談専用ダイヤル	0120-189-783（無料）	

市町村の窓口

市町村	担当課	児童相談担当課直通
平塚市	こども家庭課（こども家庭センター）	0463-21-9843
鎌倉市	こども家庭相談課	0467-23-0630
藤沢市	こども家庭センター	0466-50-3569
小田原市	子ども若者支援課	0465-46-6763
茅ヶ崎市	こども育成相談課	0467-81-7170
逗子市	子育て支援課（こども家庭センター）	046-873-1111（代表）
三浦市	子ども課 親子相談センターひなたぼっこ	046-882-1111（代表） 090-4931-6282（直通）
秦野市	こども家庭支援課（相談専用ダイヤル）	0463-82-5273 0463-84-7800
厚木市	こども家庭センター（相談専用ダイヤル）	046-221-0181
大和市	すくすく子育て課（こども家庭センター）	046-260-5618
伊勢原市	こども家庭相談課（こども家庭センター）	0463-94-4642
海老名市	子育て相談課	046-235-4825
座間市	こども家庭課（こども家庭センター）	046-252-8026
南足柄市	こども支援課	0465-73-8072
綾瀬市	こども家庭センター	0467-77-1133
葉山町	子ども育成課	046-876-1111（代表）
寒川町	子育て支援課	0467-74-1111（代表）
大磯町	子育て支援課（子育て相談ホットライン）	0463-38-5802
二宮町	子育て・健康課	0463-71-7100
中井町	福祉課	0465-81-5548
大井町	健康福祉課	0465-83-8024
松田町	子育て健康課	0465-84-5544
山北町	福祉課	0465-75-3644
開成町	こども課	0465-84-0327
箱根町	子育て支援課（こども家庭センター）	0460-85-9595
真鶴町	健康こども課（こども家庭センター）	0465-68-1131（代表）
湯河原町	こども支援課 子育て支援センター（ゆたぽん）	0465-20-4940
愛川町	子育て支援課	046-285-6932
清川村	子育て健康福祉課	046-288-3861



かながわ子ども家庭 110 番相談 LINE

LINE で友だち追加をしてください

無料で匿名（LINE 上の登録名とアイコン画像のみ）で相談できます。

【相談受付期間】（年末年始を除く）
月曜日から土曜日の9時から 21 時まで

体罰防止普及啓発事業の取り組みの紹介

体罰に関する意識調査結果やリーフレットの外国語でのご案内もあります→

監　　修　子どもの虹情報研修センター　川﨑二三彦
　　日本女子大学名誉教授　鵜養美昭
　　武蔵野大学看護学部　中板育美
作成・発行　神奈川県児童相談所
印　　刷　社会福祉法人貴峯　貴峯荘ワークピア

令和８年度