



担当

保健師 さきもり 世森 あゆみ

今月のテーマ

育児を一人で抱えこまないで

11月は「児童虐待防止推進月間」であることをみなさんはご存じですか。

厚真町では、令和3年度に23人のお子さんが生まれたほか、多くの子育て世帯が転入しています。子育て中は、子どもが思うように行動してくれずにイライラしたり、慣れない育児で不安になったりとストレスがたまるものです。児童虐待防止推進月間は、

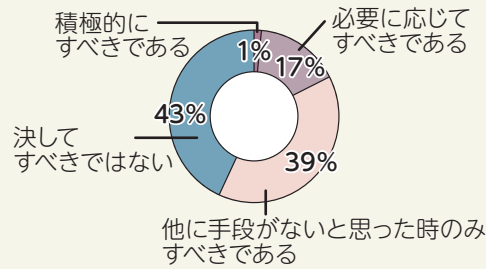
子育ての大変さに寄り添い、地域のみなさんと声かけや支援を行い、保護者が孤立しないようにサポートするまちづくりを進めるものです。この期間に「体罰等によらない子育て」そして「みんなが育児を支える社会」について考えてみませんか。

体罰は「やむを得ない」と思っていますか

子どもが思ったとおりに行動してくれず、イライラしたときに、「子どものしつけのためだから仕方ない」として、体罰を与えていますか。調査によると、しつけのために、子どもに体罰をすることに対して、下の表（※注）のように約6割が肯定しています。体罰によって子どもの行動が変わったとしても、それはたかれた恐怖心などによって行動した姿であり、自分で考えて行動した姿ではありません。

子どもは、子どもの成長の助けにならないばかりか、心身の発達などに悪影響をおよぼしてしまふ可能性があり、子どもの健全な成長・発達において、体罰は必要ありません。

（※注）しつけのために、子どもに体罰をすることに対してどのように考えますか。



しつけと体罰の関係とは

しつけとは、子どもの人格や才能などを伸ばし、社会において自立した生活を送れるようにすることなどの目的から、子どもをサポートして社会性を育む行為です。たとえ、親がしつけのためだと思っても、身体に何らかの苦痛を引き起こし、または不快感を意図的にもたらす行為は、体罰に該当し法律で禁止されています。

さまざまな工夫のポイント

【子どもへの接し方編】

「言つことを聞かない」にもいろいろあります。例えば、支度をするように声をかけても、出かける時間になっても支度をしないというものはありませんか。こんな時は…

「出かける時間だね。そろそろこの服に着替えよう」↓
（着替えられたら）「素敵！自分でちゃんと着替えられたね。次は、かばんを持ってきてね」↓「自分でかばんを持ってこられたね。最後は靴を履くよ」

こんな風に、やることを区切ってやりやすいことから具体的に伝えると効果的です。「支度」と声をかけていても、子どもは何からやったら良いのか分かっていないことがあります。できたことに注目して、それを伝えたり褒めたりすることも効果的です。

【保護者自身の工夫編】

子育ては、ストレスがたまることがあります。また、子育て以外でもストレスはたまります。自分の否定的な感情は、まずその気持ちに気づき、受け止めることが大切です。この気持ちは子どもが原因なのか、自分の体調の悪さや忙しさなど、自分自

身のことが関係しているのかを振り返ってみると気持ちが少し落ち着くかもしれません。自分の時間や心に余裕がないときは、深呼吸やゆっくり6秒数えると、意識して気持ちを落ち着かせる効果があります。

【周囲のサポートを活用】

子どもと関わる中でいろいろな工夫をしても、うまくいかないこともあります。そんなときは、周囲の力を借りると解決することがあります。子育ては、とても気力・体力を使います。そのため、困ってから相談に行こうと思っても、気力がわかなくなってしまうことがあります。落ち着いているときだからこそ、子育て支援センターなどを活用したり、健診の時に日々の苦労話などを相談してみることが大切です。

子育て中の方と関わるみなさんも、子育て中の方を温かく見守り、できていないことを指摘するのではなく、「手伝えることがあったら声をかけてね」「何だか疲れているように見えるけど体調はどう？」など声をかけてみましょう。子育て中の保護者が孤立しないようサポートしていくことが大切です。

※出典：子どもに対するしつけのための体罰等の意識・実態調査結果報告書「子どもの体やこころ傷つける罰のない社会を目指して」／公益社団法人セーブ・ザ・チルドレン・ジャパン（2018年発表）