

一人で抱え込まないで、子育てに悩んだら相談しましょう

家庭は、子どもの成長に大きな影響を与える環境といえます。家庭での温かいふれあいを通して、子どもの豊かな心が育まれます。

一方で、核家族化が進み、親は仕事、子どもは習い事などで忙しく、親子のふれあいの時間が少ない状況にある家庭も多くなっています。

また、自分たちの親の介護が必要な家庭や、父親の子育てへの参加が少なく、母親の負担が大きい状況にある家庭も多いと考えられます。このような状況において「子育てに自信が持てない」、「仕事や自分のことをする時間がない」といった悩みを抱えるお母さんも多い状況です。

こうした家庭状況からのストレスは、時には児童虐待の要因にもなってしまいます。

周りの人などに早めに相談したり、息抜きのできる場所に出掛けたりして、子育てを楽しみましょう。

イライラをためない工夫も大切です

例えば、

- ・頑張りすぎず、時には周りの人に頼り、自分の時間をつくってみる
- ・場合によって、家事は手間をかけずにやる
- ・隙間時間に休む（リラクセスする）
- ・深呼吸して、気分転換する
- ・0123広場や保育（幼稚）園などで、保育士（幼稚園教諭）やママたちとおしゃべり などする

相談窓口

子どもの生命に危険があるとき

茅野警察署 生活安全課 ☎0266-82-0110

虐待を発見したとき

諏訪児童相談所 ☎0266-52-0056

虐待を発見したとき・虐待が疑われる・放置すれば虐待に至る心配があるとき

茅野市子ども・家庭総合支援拠点『育ちあいの』 ☎0266-72-2101（代）

こども課 こども・家庭相談係（内線615～617、619）

発達支援センター（内線618）

※月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分（土曜日・日曜日・祝日及び年末年始は除く）

他の主な相談機関等

- 児童相談所全国共通ダイヤル ☎189（通話料無料）
- 長野県児童虐待・DV24時間ホットライン ☎026-219-2413（24時間受付）
- 長野県子ども支援センター・子ども専用ダイヤル ☎0800-800-8035（無料）
※月曜日～土曜日午前10時～午後6時（日曜日、祝日及び年末年始は除く）
- にんしんSOSながの ☎0120-68-1192（24時間受付）

11月19日は「いい育児の日」です

「いい育児の日」は、家庭や家族を大切に作るライフスタイルや子どもの成長と子育てを社会全体で応援する機運を高めることを目指して、2017年に定められた記念日です。

この日をきっかけに、家族と過ごす時間を大切に、子どもの成長と子育て家庭を企業や地域で応援し、子育てしやすい環境づくりを推進していきましょう。

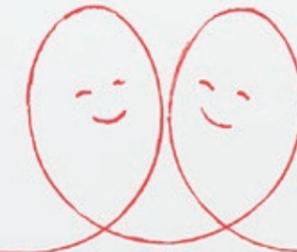
11月20日は「家族の日」、11月13日～11月26日は「家族の週間」

家族や地域のつながり、そして、子どもを育てていく大切さに改めて気づく、そんなきっかけになることを目指して、内閣府では、平成19年度から11月第3日曜日を「家族の日」、その前後各1週間を「家族の週間」と定めています。

－11月は児童虐待防止推進月間です－



オレンジリボンには、子ども虐待の現状を広く知ってもらい、子ども虐待を防止し、子どもが幸福になれるようにという願いを込めています。



令和4年度『児童虐待防止推進月間』標語

「もしかして？」ためらわないで！189 （いちはやく）

問 こども課 こども・家庭相談係 ☎72-2101（内線615～617、619）

国では、毎年11月を『児童虐待防止推進月間』と定め、広報・啓発活動などの様々な取り組みを行っています。茅野市の子どもたちが安心して毎日を過ごせるよう、市民一人ひとりが関心を持ち、子どもの笑顔を守りましょう。

児童虐待とは

- 身体的虐待** 殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる など
- 心理的虐待** 言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう など
- ネグレクト** 家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かない など
- 性的虐待** 子どもへの性的行為、性的行為を見せる など

虐待が子どもに及ぼす影響

- 発達への影響** 言葉や学習の遅れ など
- 心への影響** 情緒不安定、自己否定感、強い不安感 など
- 行動への影響** 暴力性、衝動性、自傷行為、対人関係の形成不全、家出、万引き など
- 体への影響** 後遺症、低身長、低体重、栄養不良 など

子どもや保護者がこんなサインを出しているかもしれません

子どものサイン

- ・いつも子どもの泣き叫ぶ声や保護者の怒鳴り声がある
- ・不自然な傷や打撲の跡がある
- ・衣類やからだがかいつも汚れている
- ・落ち着きがなく乱暴である
- ・表情が乏しい、活気がない
- ・夜遅くまで一人で家の外にいる

保護者のサイン

- ・地域などと交流が少なく孤立している
- ・小さい子どもを家に置いたまま外出している
- ・子育てに関して拒否的、無関心である
- ・強い不安や悩みを抱えている
- ・子どものけがに関して不自然な説明をする