

# ひとりで悩んでいませんか？ あなたの子育て応援します！

子育てに悩みはつきものです。お気軽にご相談ください。



イヤイヤ期や、かんしゃくにはどうやって関わればいいのか？

特に、2歳から3歳頃は「イヤイヤ期」でもあり、かんしゃくも起こしやすい時期です。しかし、これは大切な発達の過程です。



## ★ワンポイントアドバイス★

### ☆イヤイヤ期への対応

- ・「どっちにする？」と子どもに選ばせてみましょう。
- ・「お茶飲もうか」と目先を変えて対応してみましょう。

### ☆かんしゃくへの対応

- ・怒らずに、子どものやりたい気持ちを大切にしましょう。
- ・「もう1回やってみよう」と子どもの気持ちに寄り添いましょう。
- ・できたことを褒めたり、気持ちを代弁してあげましょう。



## お父さん・家族の方へ



- ・お母さんに声をかけ、話を聞きましょう。感謝の言葉をひと声かけてあげれば、きっと育児の疲れも軽くなります。

- ・お母さんのストレス発散に協力しましょう。子育てから解放される時間が持てるようにしましょう。

## 相談できるところ

- |   |                     |  |
|---|---------------------|--|
| ・中保健センター  | ☎72-1121            | 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分<br>(祝日・年末年始を除く)      |
| ・西保健センター  | ☎63-4833            |  |
| ・北保健センター  | ☎86-1611            |  |
| -----   |                     |  |
| ・子ども悩みごと相談  | ☎28-9152            | 月～金曜日 午前10時～12時 午後1時～4時30分<br>(祝日・年末年始を除く) |
| ・子ども悩みごと相談<br>一週間ダイヤル   | ☎73-4192<br>※電話相談のみ | 火～土曜日 午後5時30分～8時30分<br>(ただし、ききょう会館の休館日を除く) |
| -----   |                     |  |
| ・育児ももししキャッチ   | ☎0562-43-0555       | 火～土曜日 午後5時～9時(祝日・年末年始を除く)                  |
| -----   |                     |  |
| ・認定NPO法人CAPNA<br>(子どもの虐待防止ネットワーク)   | ☎052-232-0624       | 月～土曜日 午前10時～午後4時(祝日を除く)                    |
| ホームページからメール相談ができます。 <a href="http://www.capna.jp">http://www.capna.jp</a> |                     |  |
| -----   |                     |  |
| ・愛知県一宮児童相談センター  | ☎45-1558            | 月～金曜日 午前9時～午後5時15分(祝日・年末年始を除く)             |

## 「しつけ」と「虐待」は違います！

「しつけ」に暴言、暴力など子どもに有害な手段を使うようになると、それは「虐待」になります。叱るときはまず言葉で伝え、暴力の連鎖を生み出さないようにしましょう。

## 虐待かなと思ったら…

児童相談所全国共通ダイヤル ☎ 189  
 一宮市役所子育て支援課 ☎ 28-9141  
 愛知県一宮児童相談センター ☎ 45-1558  
 ケガをしているようなときは、110番・119番へ