

11月は児童虐待防止月間です



# みんなで守ろう 子どもの笑顔

問 伊奈庁舎こども福祉課 ☎ 58 - 2111 (内線4206)

## 児

児童虐待の相談件数は毎年増加しており、子どもの生命が奪われるなど重大な事件も後を絶たない状況です。

もしかしたら、あなたの身の周りでも、実際に起こっていることかもしれません。

虐待を受けている子どもは、自分から「助けて」とは言えません。

大人の目で気づいてあげることが必要です。地域・社会全体で子どもたちを見守り、虐待を防止する意識を一人ひとりが持ち、行動することが大切です。

## 子育て中のお父さん、お母さんへ

子育てを一生懸命しているからこそ、日々の子育ての中で「怒り」を感じることは誰にでもあります。

「怒り」の箱の中には、不安・恐れ・悲しさ・苦しみ・疲れなど様々な感情が入っています。そんな時に、落ち着きを取り戻す「コツ」があります。

### ① 状況の整理

子どものどのような行動や態度によって感情が爆発してしまったのか？（兄弟げんか、片づけをしない、泣きわめくなど）

### ② 身体の変化

（心臓がドキドキする、呼吸が速くなる、顔が赤くなる、など）

### ③ リラックス

落ち着くためにあなたができる行動とは？（深呼吸、水を飲む、部屋を出る、など）

これらの①～③を参考に自分の落ち着きを取り戻すプランを作ってみましょう。

例えば、

①次に（兄弟げんか）が起った時

②私が（心臓がドキドキする）を感じたら

③私は（深呼吸）をして落ち着きを取り戻します

前もってプランを作っておくだけで自分自身の感情をコントロールしやすくなります。

## 地域の方へ

虐待を受けていると思われる児童を発見した場合は、市役所窓口または児童相談所に通告することが義務付けられています。虐待という確証がなくても連絡・通告してください。

情報が間違っていたとしても責められることはありません。「虐待かもしれない」と思ったら、できるだけ早く相談機関に連絡してください。

## 相談機関

◎伊奈庁舎こども福祉課（家庭相談室）  
☎ 58 - 2111（内線 4206・4207）  
※土・日・祝日・年末年始を除く。

◎土浦児童相談所  
☎ 029 - 821 - 4595

◎いばらき虐待ホットライン  
☎ 0293 - 22 - 0293  
※ 24 時間受け付け（年中無休）

◎児童相談所全国共通ダイヤル  
いちはやく  
☎ 189

### 【緊急の場合】

子どもがひどく殴られたり、蹴られたりしているなど、危害が加えられている場合は、すぐに警察へ **110 番** 通報してください。

◎通報した方の秘密は守られますので、ご安心ください。匿名でも結構です。一人で悩まずに気軽にご相談ください。

◎子ども本人からの相談も受け付けています。皆さんを安全にサポートしますので、勇気を出して相談してください。