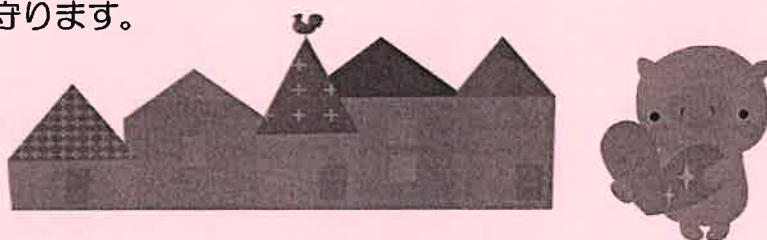


家庭やお子さんに関する 相談はありませんか？

家庭児童相談室は家庭・児童（0歳～18歳未満）についての相談窓口です。
日頃悩んでいる育児の問題や、教育・家庭環境・経済状況・虐待等の問題
その他困っている事、気になっている事等、お気軽にご相談ください。

- ・子どもについて専門的な知識をもった家庭児童支援員が問題解決をお手伝いします。
- ・相談内容によっては他の専門機関へ紹介します。
- ・相談内容に関する秘密を守ります。
- ・相談は無料です。



竹富町・与那国町に
お住まいの方のための

家庭児童相談室



沖縄県八重山福祉事務所 福祉班内
(家庭児童支援員 内原 弘子)

(月)～(金) 午前8:30～午後5:15
(土・日・祝祭日は休み)

TEL: 82-2330
FAX: 83-5949

〒907-0002 石垣市字真栄里438-1
沖縄県八重山合同庁舎 1階東側



※石垣市にお住まいの方には石垣市家庭児童相談室(0980-82-1704)があります

※主な相談内容については裏面をご覧ください。

☆遊びや友達、学校に
関すること

- ・友達ができない・遊べない
- ・いじめる、いじめられる
- ・学校に行きたがらない
- ・進路の悩みや迷い

☆心や体に関すること

- ・身体が弱い
- ・言葉がゆっくり
- ・知能の発達が心配
- ・身体の発達の遅れ
- ・動きが多くて目が離せない
- ・学習障害、自閉症、発達障害
等が心配

☆性格やしつけに関する
こと

- ・落ち着きがない
- ・強情で反抗的
- ・根気集中力がない
- ・内気
- ・好き嫌いが多い
- ・夜尿症、夜泣きで困っている

☆非行に関すること

- ・夜遊びが多い
- ・有害な図書や玩具を
持っている
- ・非行グループに入っ
ている
- ・性的行為

☆児童虐待に関すること

- ・打撲傷やあざが見られる
- ・殴る蹴る、首を絞めるのを見た
- ・性的行為の強要
- ・食事を与えていないのでは？
- ・家に閉じ込める ・登校させない
等の心配がある家庭を知っている

その他、子どもに関する様々な相談に応じます。

ご自分の家庭のことでも、気になる家庭のことでも、良い方法を
一緒に考えます。おひとりで悩まずにお気軽にお電話ください。



あなたの電話が親子を守る
～すべての人が笑顔で暮らせる街へ～

いち はやく

189

「だれか」じゃなくて
「あなた」から

令和3年度「児童虐待防止推進月間」標語 最優秀作品

あなたの電話で、守れる命があります



児童虐待かも…と思ったら、
すぐにお電話ください。

児童相談所
虐待対応ダイヤル

通話料無料

いち はやく
189

※一部のIP電話からはつながりません

子育てのこと、頼れる場所があります



ご自身が出産や子育てに悩んだら…
子育てに悩む人がいたら…
こちらにご相談ください。

児童相談所 相談専用ダイヤル

通話料
無料

いち はやく おなやみま
0120-189-783

※一部のIP電話からはつながりません

お住まいの地域の児童相談所に
つながります。

通告・相談は匿名でも大丈夫。

あなたのことや内容に関する
秘匿情報は厳守します。



児童虐待は社会全体でかわかり、 解決していくべき問題です。

児童虐待による死亡事例は年間70件※を超えています。

※子ども虐待による死亡事例等の検証結果等について(第17次報告)

年間70件以上、

単純計算すると…5日間に1人の子どもの
命を落としていることになります



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

・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、ポルノグラフィの被写体にする 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(面前DV) など

子どもとの関わり方の工夫

point
01

子どもの気持ちや考えに
耳を傾けましょう

point
02

「言うことを聞かない」
にもいろいろあります

point
03

子どもの成長・発達によっ
ても異なることがあります

point
04

子どもの状況に応じて、
身の周りの環境を整えて
みましょう

point
05

注意の方向を変えたり、
子どものやる気に働き
かけてみましょう

point
06

肯定文でわかりやすく、
時には一緒に、お手本に

point
07

良いこと、できていることを
具体的に褒めましょう

point
08

保護者自身の工夫のポイント

- 1▶ 子育てをしているとストレスが溜まることもあります。否定的な感情が生じたときは、まずはそういう気持ちに気づき、認めることが大切です。
- 2▶ 自分の時間や心に余裕がないときは、深呼吸して気持ちを落ち着けたり、ゆっくり5秒数えたり、窓を開けて風にあたって気分転換しましょう。
- 3▶ 周囲の力を借りると解決することもあります。勇気をもってSOSを出すことで、まだ気付いていない支援やサービスに出会えたりします。



子どもや保護者のこんなサインを見落としていませんか？

子どもについて

- ・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あとがある
- ・衣類やからだがいいつも汚れている
- ・表情が乏しい、活気がない
- ・夜遅くまで一人で遊んでいる

保護者について

- ・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おいたまま外出している
- ・子どもの養育に関して拒否的、無関心である
- ・子どものけがについて不自然な説明をする



児童虐待かも…と思ったら

ご自身が出産や子育てに悩んだら…

子育てに悩む人がいたら…

表面の児童相談所

虐待対応ダイヤル

相談専用ダイヤル

に、お電話ください



体罰・暴言は子どもの脳の発達に深刻な影響を及ぼします。

脳画像の研究により、子ども時代に辛い体験をした人は、脳に様々な変化を生じていることが報告されています。親は「愛の鞭」のつもりだったとしても、子どもには目に見えない大きなダメージを与えているかも知れないのです。

●子ども時代の辛い体験により傷つく脳



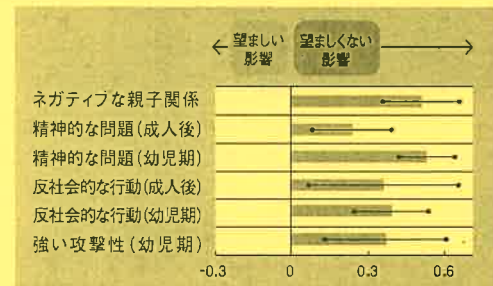
提供：福井大学 友田明美教授

- ・厳しい体罰により、前頭前野（社会生活に極めて重要な脳部位）の容積が19.1%減少
(Tomoda A et al., Neuroimage, 2009)
- ・言葉の暴力により、聴覚野（声や音を知覚する脳部位）が変形
(Tomoda A et al., Neuroimage, 2011)

体罰は百害あって一利なし。子どもに望ましい影響などもたらしません。

親による体罰を受けた子どもと、受けていない子どもの違いについて、約16万人分の子どものデータに基づく分析が行われています。その結果、親による体罰を受けた子どもは、次のグラフのとおり「望ましくない影響」が大きいということが報告されています。

●「親による体罰」の影響



出典のデータを用いてグラフを作成

- ・親子関係の悪化
 - ・精神的な問題の発生
 - ・反社会的な行動の増加
 - ・攻撃性の増加
- (Gershoff ET, Grogan-Kaylor A, J Fam Psychol. 2016)

既に子どもへの体罰等を法的に全面禁止している国は世界50か国以上！
国連「子どもの権利条約」では、締約国に体罰・暴言などの子どもを傷つける行為の撤廃を求めています。

子育ての悩みがあるときは、最寄りの市町村の子育て相談窓口
または児童相談所全国共通ダイヤル「189」にご連絡ください。



子どもを健やかに育てるために ～愛の鞭ゼロ作戦～

子育てをしていると、
子どもが言うことを聞いてくれなくて、
イライラすることもあります。
つい、叩いたり怒鳴ったりしたくなることもありますよね。
一見、体罰や暴言には効果があるように見えますが、
恐怖により子どもをコントロールしているだけで、
なぜ叱られたのか子どもが理解できていないこともあります。
最初は「愛の鞭」のつもりでも、いつの間にか
「虐待」へとエスカレートしてしまうこともあります。
体罰や暴言による「愛の鞭」は捨ててしまいましょう。
そして、子どもの気持ちに寄り添いながら、
みんなで前向きに育てていきましょう。

平成28年度 厚生労働科学研究費補助金 健やか次世代育成総合研究事業

「妊産婦健康診査の評価および自治体との連携の在り方に関する研究」(研究代表者 立花良之)

「母子の健康改善のための母子保健情報利活用に関する研究」(研究代表者 山縣然太郎)

作成協力：認定NPO法人児童虐待防止全国ネットワーク理事 高祖常子／福井大学子どものこころの発達研究センター教授 友田明美

JST/RISTEX「公私空間」研究開発領域「養育者支援によって子どもの虐待を低減するシステムの構築」プロジェクト

愛の鞭をやめて、 子どもを健やかに育みましょう。

子育てにおいて、しつけと称して、叩いたり怒鳴ったりすることは、
子どもの成長の助けにならないばかりか、悪影響を及ぼしてしまう可能性があります。
以下のポイントを心がけながら、子どもに向き合しましょう。

POINT

1

子育てに 体罰や暴言を使わない

一見、体罰や暴言には効果があるように見えますが、叩くことによって得られた子どもの姿は、叩かれた恐怖によって行動した姿。自分で考え行動した姿ではありません。

「愛の鞭である」と親が思っても、子どもにとって大人から叩かれることはとても怖いことです。ちょっと叩かれただけ、怒鳴られただけでも、心に大きなダメージを受けることもあります。

子どもだからといって、暴力や暴言が許されるわけではありません。それに体罰や暴言は「虐待」へとエスカレートする可能性もあります。「叩かない怒鳴らない」と心に決めましょう。



POINT

2

子どもが親に 恐怖を持つと SOSを伝えられない

親に恐怖を持った子どもはどのような行動を起こすでしょうか。親に気に入られるように、親の顔色を見て行動するようになります。

また、恐怖を持つ親に対しては、子どもが心配事を打ち明けられなくなります。心配事を相談できないと、いじめや非行など、より大きな問題に発展してしまう可能性もあります。

POINT

3

爆発寸前の イライラをクールダウン

子どもが言うことを聞いてくれないときに、イライラすることは誰でもあること。でも、疲れていたりして、もともと抱えているストレス度が大きいと、子どものちょっとした行動（おもちゃの取り合い、すぐに動かないなど）をきっかけに、イライラが爆発してしまうことがあります。

イライラが爆発する前に、クールダウンするための、自分なりの方法を見つけておきましょう。



イライラしたときはクールダウン
深呼吸する、数を数える、
窓を開けて風に当たるなど

POINT

4

親自身がSOSを出そう

育児の負担を一人で抱え込まずに、家族に分担してもらったり、自治体やNPO、企業などのさまざまな支援サービス（ファミリーサポート、家事代行サービス、一時預かりなど）の利用も検討しましょう。子育ての苦勞について気軽に相談できる友だちもできるといいですね。



POINT

5

子どもの気持ちと行動を 分けて考え、育ちを応援

子どもに「イヤだ!」と言われたとき、親自身が戸惑うこともあるでしょう。でも、2、3歳の子どもの「イヤ」は、自我の芽生えであり、成長の証しでもあります。「どうしたらいいかな?」と、子どもの考えを引き出し、必要に応じて助け船を出しながら、子どもの言い分を気長に聴きましょう。

「わがままな子になっては困る」という想いから、親は指示的に対応してしまうこともありますが、子どもの成長過程で必ず通る道だと大らかに構えて、子どもの意思を後押ししていきましょう。



Q ルールづくりってどうすればいいの？

A ママ、パパだけでなく
子育てに関わる人みんなで考えましょう。

ルールを守る＝正しい使い方のトレーニング

乳幼児期は、子どもがネットの正しい使い方を身につけられるよう、しつけとしてルールを考えてあげることが大切です。保護者だけでなく、子どものお世話をしてくれる祖父母等の意見も聞き、周りの大人全員でルールを共有できるといいですね。

また、子どもは、身近な大人をよく見ています。大人がお手本となる使い方をしましょう。

決めたルールがうまく守れない時や、子どもの成長にあわせて、ルールの見直しも重要です。守れたら、たくさんほめてあげましょう。



お約束(ルール)の例

- ☐ 遊びたいときは、お父さん・お母さんに聞きましょう。
- ☐ ごはんとおやつのかん、寝る前はやめましょう。
- ☐ 遊ぶのは、リビングで。
- ☐ 1日 分(時間)まで遊んでいいよ。



困った時の相談窓口

犯罪等のトラブルに遭ったときは
#9110
警察相談専用電話



子どもが誤って契約・課金したときは
188
消費者ホットライン



ネットで誹謗中傷を受けたときは
**違法・有害情報
相談センター**



参考リンク

ネットを安全に利用するために
10歳頃までの
お子様への
ネット利用対策

制作：一般社団法人安心ネットづくり促進協議会

ゲーム・スマホでお悩みの保護者へ
子どもとネットの
トリセツ

制作：一般社団法人安心ネットづくり促進協議会

機器の使い方についてチェック
未就学児の情報機器利用
保護者向けセルフ
チェックリスト
(3歳から5歳)

制作：子どもたちのインターネット利用について考える研究会

ネットの安全利用の注意点について
「はじめまして、ペア
コです。～親と子の
スマホの約束～」

制作：独立行政法人情報処理推進機構

安心してゲームを楽しむために
Nintendo
みまもりSwitch

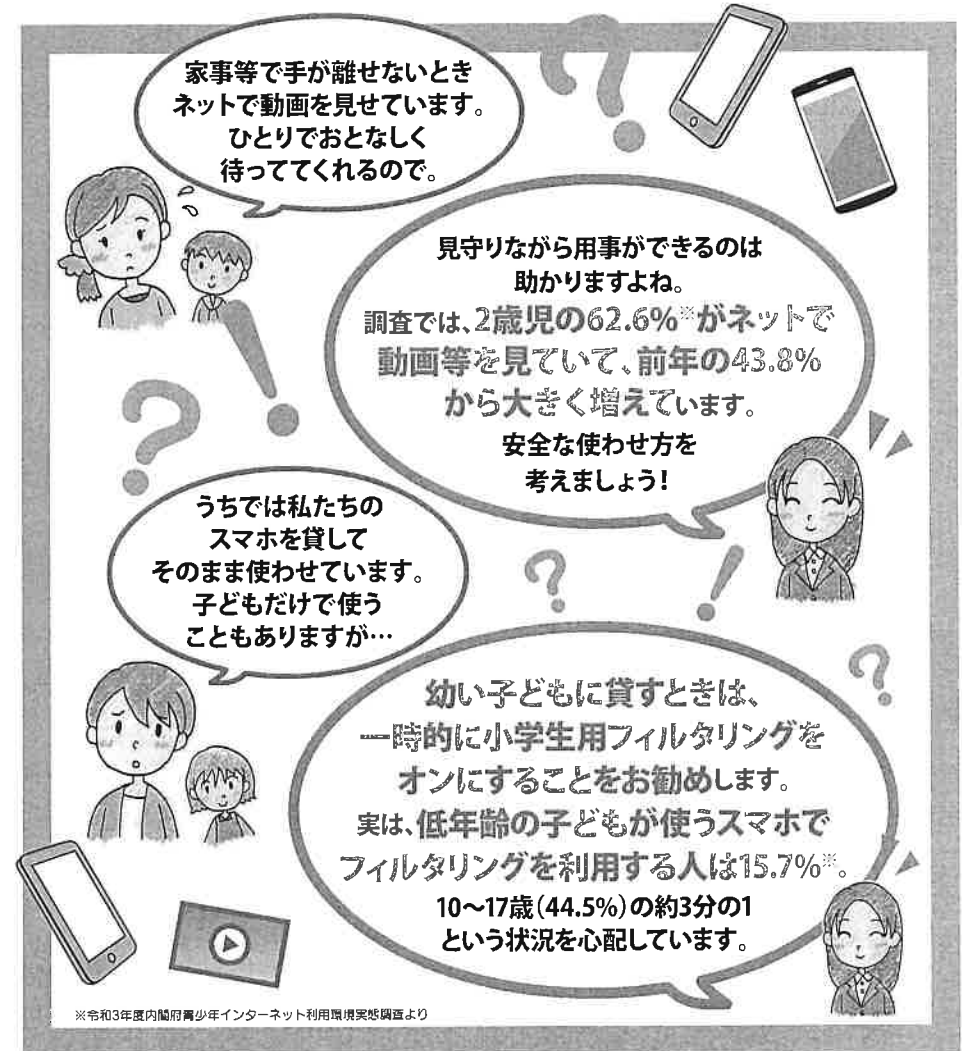
制作：任天堂株式会社

ネットとの向き合い方でお悩みの方へ
デジタル時代の
子育てを一緒に
考えてみよう！
低年齢層(～6歳程度)の
保護者対象
制作：総務省

ネット・スマホの ある時代の子育て

乳幼児編

子どもたちのために♡スマホ＆ネットの見せ方・使わせ方アドバイス



上手な使わせ方や安全設定は、次のページで。▶▶▶

上手な活用 **Q** 子どもにネットを使わせていますが、不安もあります。

A これからはネットがますます身近に。正しく知って上手に使いましょう。

ネットだからできること、リアルだからできること

遠くの祖父母とビデオ通話を楽しんだり、珍しい動物を見たりと、インターネットは子どもの好奇心を満たす道具です。

でも、実際に子どもが自分の目で見ること、手でさわって確かめるなど、五感を使って体験することも、とても大事です。リアルとネット、どちらもバランスよく体験させてあげましょう。

ご存知ですか？ デジタル社会を生きる子どもたちのために

これからの社会では、ネットの良い面も危険な面も正しく理解して、上手に活用していくことが求められます。

今のうちから、どう使うと良いかを親子で一緒に考え、デジタルスキルや社会性を育んでいきたいですね。

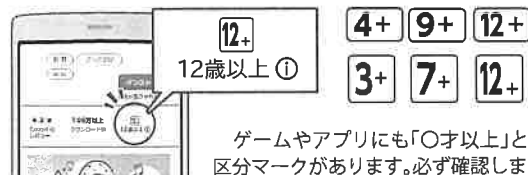


安全設定 **Q** 親のスマホをそのまま使わせていますが…。

A 親のスマホにもフィルタリングやアプリの安全設定をしましょう。

子どもが使うスマホにはフィルタリングを

フィルタリングは、青少年に不適切な情報(アダルト・暴力など)やうっかりアクセスのトラブルから子どもを守るツールです。オン・オフ切り替えが簡単なものがありますので、保護者の機器にフィルタリングを導入し、子どもに貸すときにはオンにしましょう。また、子ども用アプリや年齢区分に合ったアプリを使わせましょう。



ゲームやアプリにも「〇才以上」と対象年齢の区分マークがあります。必ず確認しましょう。

安全・安心子ども用アプリ

子どもにぴったり！

YouTube Kids

YouTube Kidsは、子どもに見せたくないチャンネルをフィルタリングできる。子ども向けYouTubeです。無料で見られます。テレビで見えることもできます。



子ども向けアプリを入れる容量がない時は

YouTube 制限付きモード 検索

長時間利用 **Q** 子どもが動画をずっと見ていて、なかなかやめてくれません。

A 子どもはまだ自分でコントロールできません。保護者が調整してあげて。

大人が正しい生活リズムに導く他律期

乳幼児は、正しい生活習慣を身につけさせたい大切な時期(他律期)。子どもが成長とともに自律していけるようサポート(ペアレンタルコントロール)してあげましょう。

過度な使用を避けるため、時間管理ツールを利用したり、使う場所(リビングなど)を決めることをおすすめします。

スクリーンタイム (iPhone)
iOS 12以降

Digital Wellbeing (Android)
Android OS 10以降

動画を長時間だらだら見ないようにしたい

YouTube 自動再生機能 オフ 検索



保護者も学ぶ **Q** 大人も知っておいた方がよいことは？

A 保護者も改めて、ネットの安全性について知りましょう。

子どもの安全を守るために気をつけること

子どもの写真や動画をSNSにアップする前にちょっと待って。名刺など個人が特定できるもの、撮影場所が分かるものなどが映っていると、犯罪に結びつくこともあり注意が必要です。

また、自分の子以外の子どもが映っているものを無断でアップするのもNGです。必ず、その子の保護者に相談しましょう。



この情報は本当？

ご存知ですか？ 正しい情報が見極めましょう

ネット上に上がっている子育て情報も必ずしも信頼性が高いものとは限りません。

きちんとしたデータにもとづくものが、情報の出どころを確認しましょう。



障害児等療育支援事業のご案内

1 障害児等療育支援事業とは

在宅の重症心身障害児（者）、知的障害児（者）、身体障害児及び発達障害児（以下「障害児等」という。）の地域における生活を支えるため、身近な地域で療育指導等が受けられる療育機能の充実を図り、在宅の障害児等の福祉の向上を図ることを目的として、沖縄県が行っている事業です。



2 事業の内容

(1) 在宅支援訪問療育等指導事業

ア 巡回相談

相談・支援を希望する在宅障害児等のご家庭に定期的若しくは随時訪問を行ったり、相談・支援を必要とする地域を巡回する等の方法で、在宅の障害児等及びそのご家族に対して各種の相談・支援を行います。

イ 訪問による健康診査

医療機関等における健康診査を受けることが困難な在宅の重度知的障害児（者）の家庭を訪問し、健康診査を実施するほか、必要に応じて介護等に関する助言等を行い、併せて各種の相談に応じます。

(2) 在宅支援外来療育等指導事業

在宅の障害児等及びそのご家族に対して、外来の方法により、各種の療育・相談を行います。

(3) 施設支援指導事業

障害児等の通う保育所や障害児通所支援事業所等の職員に対し、在宅障害児等の療育に関する技術の研修・指導を行います。

3 対象者

県内に在住する在宅の障害児等（重症心身障害（者）、知的障害児（者）、身体障害児、発達障害児）及びそのご家族。

4 利用料金

無料です。





令和4年度 実施事業所一覧（宮古・八重山圏域）



対象圏域	事業所名	所在地・連絡先	実施事業	概要（詳細は各事業所へ）
宮古	ふれあいの里	住所 宮古島市平良字西仲 宗根1327-1 連絡先 0980-74-3719	訪問療育	療育支援・訓練（毎月第3土曜日） 療育相談（1利用者につき1～2回／月）
			外来療育	言語聴覚士等による外来療育（日時等は調整）
			施設支援	専門職員による訪問支援（日時等は調整）
宮古	支援センター fit	住所 宮古島市平良字西里 1352-2 連絡先 0980-79-5115	訪問療育	療育相談、医療連携に関する相談、離島巡回
			外来療育	療育相談、ペアレントトレーニング
			施設支援	専門職員による助言指導、職員研修サポート、 ティーチャーズトレーニング
宮古	チャイルドサ ポートみやこ	住所 宮古島市平良字東仲 宗根770-5 連絡先 0980-79-5474	訪問療育	療育指導・医療機関との連携に関する相談（1利 用者につき1～2回／月）
			外来療育	集団療育（今年度中止）、ペアレントトレーニン グ（月1回）、個別療育（月1～2回）
			施設支援	専門職員の派遣、外部講師によるティーチャーズ トレーニングの実施
八重山	園・学校支援セ ンター ウィズ アシスト	住所 石垣市登野城1015- 2 連絡先 0980-87-0203	訪問療育	言語聴覚士・公認心理師・保育士等による療育 指導
			外来療育	言語聴覚士・公認心理師などによる外来療育 ペアレントトレーニング
			施設支援	施設訪問による支援（保育園、幼稚園、学校） ティーチャーズトレーニング

○ 事業全般に関する問い合わせは沖縄県障害福祉課へ、個別の実施内容については
委託先の各事業所へ問い合わせください。

沖縄県 子ども生活福祉部 障害福祉課
電話：098-866-2190

