



## はじめに

子どもとの関係づくりは、子育ての中でとても大切な土台です。親と子が適切な関係性を築くことで、子どもは安心して成長していくことができます。しかし、思い通りにならない子どもの言動に、ついイライラしてしまうこともあるでしょう。そんな「イライラ」を「ほのぼの」に変えられる、ちょっとした子育てのヒントがあります。このリーフレットでご紹介しますので、ぜひ参考にしてみてください。

### 目次

乳児期(0歳) .....	2
幼児期・前期(1～2歳) .....	3
幼児期・後期(3～6歳) .....	4
学齢期・低学年(7～8歳) .....	6



乳児期

0歳



## 0歳児と関わるポイント

体や感覚が少しずつ発達していく時期です。  
泣いたり笑ったりしながら気持ちを伝えます。  
安心できる抱っこや声かけがこころの支えとなります。

こんなとき、どうする？

育児につかれてしまった…

- 体調が良いのに何をしても泣き止まない
- 夜間の授乳や夜泣きで眠れない
- 慣れない育児で気持ちに余裕がない

やってみよう!

- 一人で抱え込み過ぎないことが大切です
- パートナーや祖父母に頼む、地域の支援やサービスなどについて区役所や地域子育て支援拠点等に相談してみましょう\*



\*磯子区役所については、裏表紙をご覧ください。

磯子区地域子育て支援拠点「いそピヨ」についてはこちら ▶



いそピヨHP

幼児期・前期

1~2歳



## 1~2歳児と関わるポイント

歩いたり言葉を使ったりと、新しいことに少しずつ挑戦する時期です。「自分でやってみたい」という気持ちが芽生え、行動が広がっていきます。無理強いせず、子どものペースを大切にしましょう。

こんなとき、どうする？

言うことを聞かない

- 新しく買った服を着せようとしたが、着ようとしらない
- 「似合うよ」と言っても怒る



やってみよう!

- なぜそのような行動をするのか考えてみるのが大切です
- 「自分で選びたかった」などの理由が考えられます
- 例えば、いくつかの服を見せて選択肢を示すのも、方法の一つです
- 親の希望を押しつけず、着替えられたこと自体と一緒に喜びましょう





こんなとき、どうする？

ご飯を食べない



やってみよう!



- ご飯を食べない子どもなりの理由を考えて対応しましょう
- おもちゃやスマホなどが気になるようであれば、先に片付けておく、おやつの変えるなどの工夫を試みましょう

こんなとき、どうする？

弟を叩いてしまった



やってみよう!



- すぐに叱るのではなく、まずは子どもの気持ちを聞いてみましょう
- 子どもの気持ちを受け止め、どんな行動をしたら良かったか真剣にお話してみましょう



親のこころと  
夫婦のかたちも、  
子育ての土台

子育てでは、親子の関係が大切であることはもちろんですが、親自身のこころの状態や、家族同士の関係も、子どもの健やかな成長に大きく影響します。

例えば、親の精神状態が不安定なときや、子どもとの前の夫婦げんか、DV(性別に関係なく)などがあると、子どもは落ち着いて過ごせなくなることがあります。

## 3～6歳児と関わるポイント

友達と関わることや、想像を膨らませて遊ぶことが楽しくなる時期です。人とのやり取りの中で、思いやりや社会のルールを学びます。

困ったことや危ないことをしたときは、理由を聞いてしっかり向き合しましょう。



こんなとき、どうする？

レストランで騒いでしまう



やってみよう!



- 行動を起こす前に、何をすべきかあらかじめ伝えると有効なことがあります
- 入店前に、「してほしい行動」を伝えましょう

できるようになった!

お片付けできた



もっと関係がよくなる!  
伝えるチャンス・  
伝える一言

やってみよう!



- 今までできなかったことができるようになるのはうれしいですね
- 日々の成長を素直に喜び、その気持ち子どもにも伝えましょう

子どもが安心して過ごせる環境をつくるためには、家族が互いに助け合い、対等な関係を築くことが大切です。「ありがとう」や「ごめんね」と、素直に伝え合える関係性は、家族みんなが気持ちよく過ごせる土台になります。普段から意識して、できることから取り組んでいきましょう。



# 7~8歳



こんなとき、どうする？

忘れ物が多い



やってみよう!

明日の準備は  
できたかな?  
お母さんと一緒に  
確認してみようか?



- 子どもの自立を促すために、かわりにやってあげる側からサポートする側に回りましょう

こんなとき、どうする？

親に反抗して汚い言葉を使う



やってみよう!

どうしたかったのが  
教えて



- この年齢の子どもは、まだ言葉で表現しきれない可能性があります
- 子どもの言動の背景にある気持ちに寄り添いながら、少しずつ話を聞いていきましょう

## 怒鳴らない子育て はじめてみませんか?

子育ての中で、つい…

怒鳴ることは…

忙しい毎日、つい感情的になってしまうことがありますよね。子どもは大人の言葉や態度から、大きな影響を受けています。

子どものこころや体に負担をかけ、感情のコントロールや行動の抑制に影響を与える可能性があります。

## 7～8歳児と関わるポイント

学校生活や友達との関係を通して、自分の考えがしっかりしてきます。少しずつ自立しながらも、安心できる大人の支えが必要な時期です。自分で決めて行動する場面を増やしつつ、困っていたらそっと手助けをしましょう。また、社会のルールをわかりやすく伝えていきましょう。

こんなとき、どうする？

宿題をなかなかしない



やってみよう!

早く宿題やりなさい!



- 親は、やらせるよりサポートすることが大切です
- 子どもの力量や特性を見ながら、いつやるかを本人に聞いてみましょう
- その上で、確実に実行できるようにアドバイスしましょう

できるようになった!

漢字の書き取りを終わらせた



もっと関係がよくなる! 伝えるチャンス・伝える一言

やってみよう!



- 子どものやり遂げた姿を見るとうれしく感じられますね
- 例えば、「頑張る姿を見て、うれしかったよ」など、具体的な言葉で気持ちを伝えましょう

磯子区では、困った時のお子様への上手な関わり方について、動画や講座を通じてご紹介しています。



紹介動画



講座のご案内

怒鳴らない子育てのすすめ

「怒鳴らない子育て」は、子どもとの信頼を育てる第一歩です。まずは深呼吸して、気持ちを言葉で伝えることから始めてみましょう。

それでも、言いすぎてしまったときは…

感情的になってしまったときは、子どもに謝ることも大切です。「親の威厳がなくなる」と感じる方もいるかもしれませんが、大人も子どもも、互いに尊重される存在です。「悪いことをしたら謝る」その姿勢が、子どもにとって大切な学びになります。

ごめんね



# おわりに

子どもは日々、たくさんのことを感じ、考えながら、一人ひとりのペースで成長しています。

大人から見ると「まだまだ」と思える行動の中にも、

子どもなりの理由や気持ちがあるものです。

子育てでは、生活習慣や社会のルールなどを身につけるために、

子どもの発達や気持ちに寄り添いながら、繰り返し丁寧に関わっていくことが大切です。

すべての子どもには、安心して生活し、学び、守られ、

自分の気持ちや考えを表すことができる権利があります。

子どもの声に耳を傾け、気持ちを尊重しながら関わることは、

その権利を守ることにもつながります。

子育てはすぐに成果が見えないこともありますが、

焦らず、子どもと歩幅を合わせて進んでいきましょう。

## ＼ 自己肯定感を育てよう! /



横浜市  
こども虐待防止  
キャラクター  
「キャッピー」



磯子区  
マスコット  
キャラクター  
「いそび」

子育てで困ったら、一人で悩まずご連絡ください。

磯子区こども家庭支援課



045-750-2525

平日/8:45~17:00  
(面談は一部予約制)

妊娠期から乳幼児期、学童期、思春期までのご相談を、保健師、助産師、ソーシャルワーカー、心理士がお受けします。

南部児童相談所



045-349-0122

月~金 8:45~17:00

よこはま子ども虐待ホットライン



0120-805-240

24時間 365日

かながわ  
子ども家庭110番  
相談LINE

