



©港北区ミズキ

## KOHOKU 11

広報よこはま港北区版 No.337 2025

広報よこはま  
港北区版を  
スマホで読む

X 港北区 X



## こどもに届くコミュニケーション

こどものほめ方・しかり方って  
どうすればよいの？11月は  
児童虐待  
防止推進月間

「こどもにイライラ、つい怒鳴ってしまい、後で反省…」休みなく続く子育ての日々、  
こうした経験がある人もいるのではないのでしょうか。毎日こどもと向き合う中で、楽しいこともあるけれど、  
こどものほめ方・しかり方をどのようにしたらよいのか、悩む人は少なくありません。

何度注意しても、  
全然言うことを聞かないこんな時、  
どうすればよいの？イライラして、  
こどもにあたってしまう

こどもは注目されることが大好き！

たくさん褒めることで、  
こどもの育ちを応援しよう

- できていることを繰り返し褒めましょう。  
「ふつうのこと」でも褒めましょう。
- 短く、具体的に**肯定的な言葉**で褒めましょう。
- 良い行動が見られたら、タイミングを逃さず、その時に褒めましょう。
- できた・できない等の結果だけでなく、**プロセスと行動**を褒めることで、やる気につなげましょう。

宿題を頑張って  
いたもんねこどもとのぶつかり合いを  
最小限にするしかり方の工夫

- 事前に見通しを伝え、声かけをすることで、こどもの気持ちを段階的に切り替えやすくしましょう。
- 好ましくない行動には反応せず、好ましい行動が出たら褒めましょう。
- こどもにとって、**分かりやすく具体的な**指示を出しましょう。  
叱る内容は一つだけ、短く具体的に明確に伝えましょう。  
「○○しちゃダメ」と禁止するだけでなく、肯定的に「してほしい行動」を具体的に伝えましょう。
- 怒りすぎたと後悔したら、**アフターケア**をしましょう。

ご飯だから、  
片付けの時間だよ。  
一緒におもちゃ箱に  
片付けようね。

おもちゃ箱

さっきはごめんね。  
○○ちゃんの話、  
聞かせて。

「最近怒ってばかりで、イライラしてしまう」「ご飯がゆっくり食べられない」  
「ぐっすり眠れない」等、子育ては、大変なことがたくさんあると思います。  
心身の調子を崩してしまう前に、あなたに合ったセルフケアを見つけませんか？

子育て中の親の  
セルフケアについては  
本紙 **8ページ** へ

●問合せ こども家庭支援課 こどもの権利擁護担当 ☎ 045-540-2320 📠 045-540-3026

港北  
区役所〒222-0032  
港北区大豆戸町 26-1  
☎ 045-540-2323(代表)  
📠 045-540-2227

開庁日

なるべく電車・バスで  
ご来庁ください

月～金曜(祝休日・年末年始除く)8時45分～17時

第2・4土曜 9時～12時

(戸籍課・保険年金課・こども家庭支援課の一部の窓口)

港北区の  
データ  
(2025年  
10月1日現在)人口  
367,540世帯数  
185,945