

# 安心して子育てができ、 こどもたちが笑顔で育つまち

～未来へつなげ！！ この笑顔～

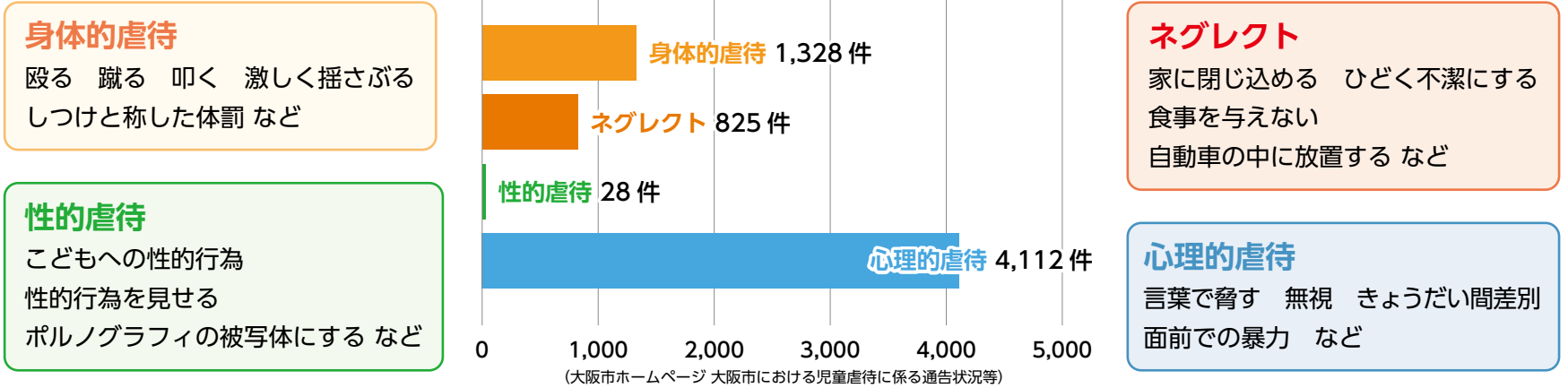
11月は児童虐待防止推進月間です。

地域みなさんと協力しあい、悩んでいるこどもや親に寄り添い、みんなでこどもの笑顔を守りましょう！



## 大阪市における児童虐待の状況

令和5年度の児童虐待相談件数は **6,293** 件でした。



### 身体的虐待

殴る 蹴る 叩く 激しく揺さぶる  
しつけと称した体罰 など

### 性的虐待

こどもへの性的行為  
性的行為を見せる  
ポルノグラフィの被写体にする など

### ネグレクト

家に閉じ込める ひどく不潔にする  
食事を与えない  
自動車の中に放置する など

### 心理的虐待

言葉で脅す 無視 きょうだい間差別  
面前での暴力 など

たとえば…

こどもの目の前での  
激しい喧嘩



自宅放置



「たかが喧嘩でしょ？」「少しなら一人で留守番させても大丈夫」と考える方もいるかもしれません。

このような行動も、**実は虐待**にあたります。

こどもたちは、「自分のせいで喧嘩しているのかな…」「誰もいないと不安だな…」「悲しいな…」と感じてしまいます。

イライラする気持ちがこどもへの虐待につながることもあるため、気持ちを上手にコントロールしましょう。

### こんな気持ちのサイン

- 困っている事や不安を感じている事がある
- イライラしてこどもにあたってしまう
- 相談出来る人がいない
- こどもの発達の事や接し方が分からない

子育て中の方…  
こんなことを感じている  
ことはありませんか？

### 簡単に出来るセルフ♡イライラ解消法

- 「大丈夫」「なんとかなる」と自分で言う
- 好きな食べ物を口にする
- 深呼吸をする
- 少しの間一人になる（こどもが安全な場所にいることを確認して…）
- 好きな音楽を聴く
- 自分の気持ちを言葉にする など
- 好きな香りをかぐ

