詳しくは　「体罰等によらない子育てのために
～みんなで育児を支える社会に～」
https://www.mhlw.go.jp/content/11920000/minnadekosodate.pdf

ご相談は　まずはお住まいの市区町村の子育て相談窓口へ

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

虐待かもと思ったら

いち　はや　く

児童相談所
虐待対応
ダイヤル
（通話料無料）

189

※一部のIP電話からはつながりません。

虐待かもと思った時などに、すぐに児童相談所に通告・相談ができる全国共通の電話番号です。「児童相談所虐待対応ダイヤル「189」」にかけるとお近くの児童相談所につながります。通告・相談は、匿名で行うこともでき、通告・相談をした人、その内容に関する秘密は 守られます。

体罰等によらない子育てを広げよう！

やめよう！たたく

やめよう！どなる

子どもへの体罰は法律で禁止されます。
体罰等によらない子育てを推進するため、
子育て中の保護者に対する支援も含めて
社会全体で取り組んでいきましょう。

みんなで育児を支える社会に

INDEX

子どもの権利が守られる体罰等のない社会へ …… P2
しつけと体罰は何が違うのか …… P4
なぜ体罰等をしてはいけないのか …… P6
体罰等によらない子育てのために（工夫のポイント）…… P8
保護者自身の工夫のポイント …… P13
子育てはいろいろな人の力と共に …… P15

2020年
4月から
法律が
変わります！

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

子どもの権利が守られる体罰等のない社会へ

子どもへの体罰等のない社会を実現しましょう!

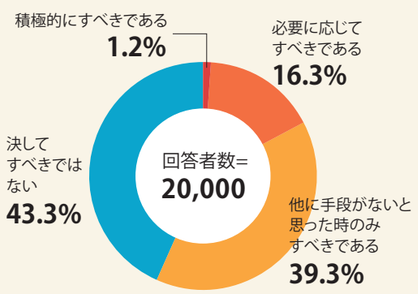
児童相談所への児童虐待の相談件数は増加の一途をたどっており、子どもの命が失われる痛ましい事件が続いています。この中には、保護者が「しつけ」と称して暴力・虐待を行い、死亡に至るといった重篤な結果につながるものもあります。

こうしたことを踏まえ、2019年６月に成立した児童福祉法等の改正法において、体罰が許されないものであることが法定化され、2020年４月１日から施行されます。

法律の施行を踏まえ、子どもの権利が守られる体罰等のない社会を実現していくためには、一人ひとりが意識を変えていくとともに、子育て中の保 護者に対する支援も含めて社会全体で取り組んでいかなくてはなりません。

Column

しつけのために、子どもに体罰をすることに対して、約6割が肯定（2018年時点）



（国際NGOセーブ・ザ・チルドレン　報告書『子どもの体やこころを傷つける罰のない社会を目指して』発表－国内2万人のしつけにおける体罰等に関する意識・実態調査結果2018年より）

体罰は「やむを得ない」と思っていますか?

子どもが思ったとおりに行動してくれず、イライラしたときに、「子どものしつけのためだから仕方ない」として、体罰をしていませんか。

体罰によって子どもの行動が変わったとしても、それは、叩かれた恐怖心などによって行動した姿であり、自分で考えて行動した姿ではありません。子どもの成長の助けにならないばかりか、心身の発達などに悪影響を及ぼしてしまう可能性があり、子どもの健やかな成長・発達において、体罰は必要ありません。

全ての子どもは、健やかに成長・発達することが権利として保障されており、体罰は子どもの権利を侵害します。

体罰等によらない子育てを社会で応援しましょう

今回の法改正を踏まえた取組では、体罰禁止に関する考え方などを普及し、社会全体で体罰等によらない子育てについて考えていただくとともに、保護者が子育てに悩んだときに適切な支援につながることを目的としています。

子育て中の方はもちろん、その周囲の方、教育現場をはじめとした子どもの生活の場で子育て支援に携わる方など、多くの方が理解し、体罰等によらない子育てを応援し広げていくことが大切です。

しつけと体罰は何が違うの？

しつけと体罰の関係って？

しつけとは、子どもの人格や才能などを伸ばし、社会において自律した生活を送れるようにすることなどの目的から、子どもをサポートして社会性を育む行為です。子どもと向き合い、社会生活をしていく上で必要なことを、しっかりと教え伝えていくことも必要です。

ただし、たとえしつけのためだと親が思っても、身体に、何らかの苦痛を引き起こし、または不快感を意図的にもたらす行為（罰）である場合は、どんなに軽いものであっても体罰に該当し法律で禁止されます。

子どもにしつけをするときには、子どもの発達しつつある能力に合う方法で行う必要があり、体罰で押さえつけるしつけは、この目的に合うものではなく、許されません。どうすればよいのかを言葉や見本を示す等の本人が理解できる方法で伝える必要があります。

こんなことしていませんか？

これらは全て「体罰」です。

- 言葉で３回注意したけど言うことを聞かないので、頬を叩いた
- 他人のものを取ったので、お尻を叩いた
- 大切なものにいたずらをしたので、長時間正座をさせた
- 宿題をしなかったので、夕ご飯を与えなかった
- 友達を殴ってケガをさせたので、同じように子どもを殴った
- 掃除をしないので、雑巾を顔に押しつけた

※道に飛び出しそうな子どもの手をつかむといった子どもを保護するための行為などは該当しません。

暴言などの子どもの心を傷つける行為は？

体罰以外の怒鳴りつけたり、子どもの心を傷つける暴言なども、子どもの健やかな成長 ・ 発達に悪影響を与える可能性があります。子どもをけなしたり、辱めたり、笑いものにするような言動は、子どもの心を傷つける行為で子どもの権利を侵害します。

こんなことしていませんか？

子どもの心を傷つける行為です。

- 冗談のつもりで、「お前なんか生まれてこなければよかった」など、子どもの存在を否定するようなことを言った
- やる気を出させるという口実で、きょうだいを引き合いにしてけなした

Column

虐待の定義

◎身体的虐待

- 打撲傷、あざ（内出血）、骨折、頭蓋内出血などの頭部外傷、内臓損傷、刺傷、たばこなどによる火傷などの外傷を生じるような行為。
- 首を絞める、殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、熱湯をかける、布団蒸しにする、溺れさせる、逆さ吊りにする、異物をのませる、食事を与えない、戸外にしめだす、縄などにより一室に拘束するなどの行為。
- 意図的に子どもを病気にさせる。　……など

◎性的虐待

- 子どもへの性交、性的行為（教唆を含む）。
- 子どもの性器を触るまたは子どもに性器を触らせるなどの性的行為（教唆を含む）。
- 子どもに性器や性交を見せる。
- 子どもをポルノグラフィーの被写体などにする。　……など

◎ネグレクト

- 子どもの健康・安全への配慮を怠っているなど。
- 子どもの意思に反して学校などに登校させない。子どもが学校などに登校するように促すなどの子どもに教育を保障する努力をしない（子どもが学校にいけ ない正当な理由がある場合を除く）。
- 子どもにとって必要な情緒的欲求に応えていない（愛情遮断など）。
- 食事、衣服、住居などが極端に不適切で、健康状態を損なうほどの無関心・怠慢など。
- 子どもを遺棄したり、置き去りにする。
- 祖父母、きょうだい、保護者の恋人などの同居人や自宅に出入りする第三者が虐待などの行為を行っているにもかかわらず、それを放置する。　……など

◎心理的虐待

- ことばによる脅かし、脅迫など。
- 子どもを無視したり、拒否的な態度を示すことなど。
- 子どもの心を傷つけることを繰り返し言う。
- 子どもの自尊心を傷つけるような言動など。
- 他のきょうだいとは著しく差別的な扱いをする。
- 配偶者やその他の家族などに対する暴力や暴言。
- 子どものきょうだいに、児童虐待を行う。　……など

出典 ・ 参考 ： 厚生労働省「子ども虐待対応の手引き」

なぜ体罰等をしてはいけないのか

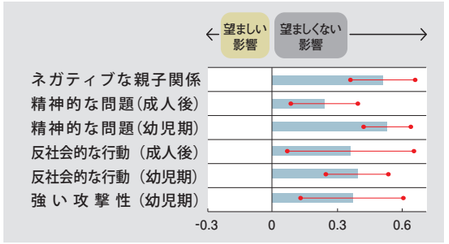
体罰等が子どもに与える悪影響

体罰等が子どもの成長・発達に悪影響を与えることは科学的にも明らかになっており、体罰等が繰り返されると、心身にさまざまな悪影響が生じる可能性があることが報告されています。

親から体罰を受けていた子どもは、全く受けていなかった子どもに比べ、「落ち着いて話を聞けない」、「約束を守れない」、「一つのことに集中できない」、「我慢ができない」、「感情をうまく表せない」、「集団で 行動できない」という行動問題のリスクが高まり、また、体罰が頻繁に行われるほど、そのリスクはさらに高まると指摘する調査研究もあります（注1）。

手の平で身体を叩くなどの体罰は、親子関係の悪さ、周りの人を傷つけるといった反社会的な行動、攻撃性の強さなどとの関連が示されており、また、それらの有害さは、虐待に至らない程度の軽い体罰であっても、深刻な 身体的虐待と類似しているとする研究結果も見られます（注2）。

◎「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

右の青い棒グラフは、「親による体罰」が子どもの精神的な発達への影響の様々な面への影響を示す「効果量」を表しています。青い棒グラフの高さが正の値だと「望ましくない影響」を、負の値だと「望ましい影響」を及ぼすことを意味します。「親による体罰」はどの棒グラフも正の値を取っており、どの指標にも望ましくない影響を及ぼしていることがわかります。

(Gershoff ET, Grogan-Kaylor A, J Fam Psychol. 2016)

虐待や体罰、暴言を受けた体験がトラウマ（心的外傷）とな って、心身にダメージを引き起こし、その後の子ども達の成長・発達に悪 影響を与えます。

一方で、その後の適切な関わりや周囲の人々の支援により、悪影響を回復し、あるいは課題を乗り越えて成長することも報告されています（注3）。社会全体で子どもが安心できる環境を整え、早期に必要なケアを行うことが重要です。

注1）藤原武男他「幼児に対する尻叩きとその後の行動問題 ： 日本におけるプロペンシティ ・スコア ・ マッチングによる前向き研究」2017
注2）ガーショフ他「手で叩く体罰と子どもの結果 ： これまでの議論と新しいメタアナリシス」2016
注3）公益社団法人 セーブ ・ ザ ・ チルドレン ・ ジャパン「シンポジウム子どもに対する体罰等の禁止に向けて」2017

体罰等による悪循環

子どもが言うことを聞いてくれなくて、イライラして、つい、叩いたり 怒鳴ったりしたくなることがあるかもしれません。叩かれたり怒鳴られた りすると、大人への恐怖心などから一時的に言うことを聞くかもしれませんが、これは、どうしたらよいのかを自分で考えたり、学んでいるわけでは ありません。

このようなやりとりは、根本的な解決にはならず、むしろ子どもに暴力的な言動のモデルを示すことになります。つまり、自分も周りの人に対して同じように振る舞ってよい、と子どもが学ぶきっかけにもなり得ます。

子どもが保護者に恐怖心などを抱くと、信頼関係を築きにくくなるため、必要なときに悩みを相談したり、心配事を打ち明けたりすることが難しくなります。子どもが安心できる場であるはずの家庭が、自分の居場所であると感じられなくなり、対人関係のトラブルや非行、犯罪被害など、別の 大きな問題に発展してしまう可能性があります。

Column

子どもが持っている権利

- 大人に対する叩く、殴る、暴言を吐くといった行為が人権侵害として許されないのと同様に、子どももまた、尊厳を有する人権の主体であり、叩くなどの行為は人権侵害として許されません。
- 全ての子どもは、健やかに成長・発達し、その自立が図られる権利が保障されることが、2016年の児童福祉法の改正によって明確化され、保護者 は、子どもを心身ともに健やかに育成することについて、第一義的責任を負うとされています。

体罰等によらない子育てのために

体罰等をしてしまう背景

子育てを担うことは、大変なことです。子どもに腹が立ったり、イライラしたりすることは、子育て中の保護者の多くが経験するものです。体罰等をしてしまう保護者も、例えば以下のようなさまざまな思いや悩みを抱えてるかもしれません。

[子どもの年齢や特性などに関わること]

- 一生懸命子どもに向き合っているのにいつまでも泣き止まない
- 言葉で何度言っても言うことを聞かない、動いてくれない
- 年齢に応じた発達・行動が見られない　……など

[保護者の心配事や負担感、孤独感などに関わること]

- 自分の仕事や介護、家族関係などでストレスが溜まっている
- 周囲に相談したり頼りにできる人がいない
- 小さい子どもが複数いるが周囲からのサポートが得られない　……など

[保護者のこれまでの体験や周囲の言動などに関わること]

- 自分自身もそうやって育ってきた
- 大人としてなめられてはいけないと感じている
- 痛みを伴わないと他人の痛みが理解できないと信じている
- 愛情があれば叩いても理解してくれると言われてきた
- 子どもが言うことを聞かないのは、親が甘いからだと責められた　……など

子どもとの関わり

具体的な工夫のポイント

体罰等はよくないと分かっていてもいろいろな状況や理由によって、
それが難しいと感じられることもあります。一方で、安心感や信頼感、
温かな関係が心地よいのは、子どもも大人も同じです。
子どもとの関わり方の一例です。

POINT 01

子どもの気持ちや考えに耳を傾けましょう

- 相手に自分の気持ちや考えを受け止めてもらえたという体験によって、子どもは、気持ちが落ち着いたり、大切にされていると感じたりします。
- 子どもに問いかけたり、相談をしながら、どうしたらよいかを一緒に考えましょう。

POINT 02

「言うことを聞かない」にもいろいろあります

- 保護者の気をひきたい、子どもなりに考えがある、言われていることを子どもが理解できていない、体調が悪いなど、さまざまです。
- 「イヤだ」というのは、子どもの気持ちです。こうした感情を持つこと自体はいけないことではありません。重要なことでない場合、今はそれ以上やり合わない・・・というのも一つです。

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

- 子どもの年齢や成長・発達の状況によって、できることとできないことがあります。また、大人に言われていることが理解できないこともあります。
- 子ども自身が困難を抱えているときは、それに応じたケアを考え対応しましょう。

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

- 乳幼児の場合は、危ないものに触れないようにするなど、叱らないでよい環境づくりを心がけましょう。子どもが困った行動をする場合、子ども自身も困っていることがあります。
- 子どもが自分でできるような環境づくりを工夫してみましょう。

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

- 子どもはすぐに気持ちを切り替えるのが難しいこともあります。時間的に可能なら待つことも一案です。難しければ、場面を切り替えるなど、注意の方向を変えてみてもよいでしょう。
- 子どもが好きなことや楽しく取り組めることなど、子どものやる気が増す方法を意識してみましょう。

POINT 06

肯定文でわかりやすく、時には一緒に、お手本に

- 子どもに伝えるときは、大声で怒鳴るよりも、「ここでは歩いてね」など、肯定文で何をすべきかを具体的に、また、穏やかに、より近づいて、落ち着いた声で伝えると、子どもに伝わりやすくなります。
- 「一緒におもちゃを片付けよう」と共に行ったり、やり方を示したり教えたりするのもいいでしょう。

POINT 07

良いこと、できていることを具体的に褒めましょう

- 子どもの良い態度や行動を褒めることは、子どもにとって嬉しいだけでなく、自己肯定感を育むことにもなります。
- 結果だけではなく、頑張りを認めることや、今できていることに注目して褒めることも大切です。

Column

こんなときどうする ～具体的な工夫の例～

◎出かける時間になっても支度をしない

「出かける時間だね。そろそろこの服に着替えよう」
（着替えられたら）
「自分でちゃんと着替えられたね。
じゃあ、次は カバンを持ってきてね」

「支度」とひとくくりに声かけしてしまうと、何からやってよいか分からないことがあります。やることを区切って、やりやすいことから具体的に伝えましょう。また、できたことに注目してそれを伝える（できれば、「自分で頑張って着替えられたね」と具体的に褒める）ことも有効です。

◎座ってほしいときに座ってくれない

「床か、この椅子か、どちらかに座ってね」

子どもにも意思があるので、指示されてばかりだと、反発したくなることもあります。特に、自分でやりたい、という自我が芽生える幼児期は、子どもが選べるように複数の選択肢を提示して、子どもの意思を尊重するのも一つの方法です。

◎よく忘れ物をしてしまう

「忘れ物を減らす方法を一緒に考えよう」

望ましくない行動があるときに、それを批判するのではなく、その行動に関係しそうなことを変えてみることもできます。例えば、忘れないように、大事な持ち物は、「玄関の真ん中に目立つように置いておく」、「持ち物リストを作って見える化する」などの工夫があります。

保護者自身の工夫のポイント

子育てはストレスが溜まることもあり、また、子育て以外でもストレスは溜まるものです。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付き、認めることが大切です。そして、それは子どものことが原因なのか、自分の体調の悪さや忙しさ、孤独感など、自分自身のことが関係しているのかを振り返ってみると、気持ちが少し落ち着くことがあるかもしれません。

保護者自身が、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するなど、少しでもストレスの解消につながりそうな自分なりの工夫を見つけられるとよいでしょう。時には保護者自身が休むことも、大切です。

子どもと関わる中でいろいろな工夫をしても、上手くいかないこともあります。そのようなときは、周囲の力を借りると解決することもあります。例えば、市区町村の子育て相談窓口や保健センター、ＮＰＯ、企業などのさまざまな支援（ファミリーサポート、家事代行サービスなど）を検討するのも一つです。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、それによって疲れやイライラが軽減したりするかもしれません。

子育てはいろいろな人の力と共に

子育てを頑張るのはとても大変なことです。子どもを育てる上では、支援を受けることも必要であり、市区町村などが提供している子育て支援サービスを積極的に活用しましょう。子育ての大変さを保護者だけで抱えるのではなく、少しでも困ったことがあれば、まずは、お住まいの市区町村の子育て相談窓口や保健センターなどにご連絡下さい。

市区町村の実施している乳幼児健診などの健診時や、乳幼児全戸訪問などの機会にも相談することができます。また、児童相談所虐待対応ダイヤル「189（いち・はや・く）」や児童相談所相談専用ダイヤル「0570-783-189（なやみ・いち・はや・く）」なども利用が可能です。

また、子育てには、気力・体力をとても使います。そのため、困ってから相談に行こうと思っても、その気力が湧かなくなってしまうこともあります。落ち着いているときに、地域子育て支援拠点など、子どもを連れて出かけられる場所に出かけてみることも一つの方法です。子育ての不安などを話すことで気分転換になり、気になることなどを気軽に相談できる関係ができるかもしれません。

周囲の親族や地域住民、ＮＰＯ、保育などの子育ての支援者、保健・医療・福祉・教育現場などで子育て中の保護者に接する方は、子育て中の保護者が孤立しないようにサポートしていくことが大切です。保護者だけで抱え込まないように、声かけや支援を行い、市区町村や児童相談所などとも連携して、社会全体で支えていくことが必要です。

おわりに

2020年４月に児童福祉法等の改正法が施行され、体罰が許されないものとして法定化されます。しかし、法律で体罰が禁止されたからといって、すぐに体罰のない社会が実現できるわけではありません。

1979年、世界で最初に体罰禁止を法定化したスウェーデンでも、長い時間をかけて、社会全体で認識を共有し、体罰によらない子育てを推進していきました。法律が変わったことはゴールではなく、これから、一人ひとりが意識して社会全体で取り組んでいく必要があります。

子どもが健やかに成長・発達するためには、体罰等に対する意識を一人ひとりが変えていかなくてはなりません。同時に、保護者が孤立せず、子どもが育ちやすい社会であるために、体罰等を容認しない機運を醸成するとともに、寛容さを持って子どもの成長に温かいまなざしを向け、社会全体で子育てを行っていく必要があります。社会全体が手を取り、子育て家庭を応援しながら、体罰等のない社会を実現していきましょう。