

# 家庭はすべての教育の出発点

子どもと一緒に、できることから取り組みましょう

子どもは、家庭でのふれあいを通して、基本的な生活習慣、他人に対する思いやり、  
善悪の判断、自立心や社会的なマナーなどを身に付けていきます。  
戸惑いや行き詰まりを感じたら、抱え込まずに周囲の助けを借りましょう。

## 1 スキンシップ

乳幼児期は、スキンシップや  
語りかけをしっかりと行い  
ましょう



## 2 睡眠と体調管理

睡眠の重要性を親子で共有  
し、早寝・早起き・朝ごはんの  
習慣をきちんと身に付けさせ  
ましょう

## 3 話を聴く

子どもに向き合い、  
しっかりと話を  
聴きましょう



## 4 ほめる

子どもが持っている良さや  
伸びを見つけ、積極的に  
ほめましょう

## 5 教える

良いこと、悪いことを  
しっかりと教えましょう

## 6 お手伝い

お手伝いをする  
機会をつくりま  
しょう



## 7 我慢させる

子どもが欲しがると、  
物を与えないようにしましょう



## 8 交通ルール

子どもと一緒に通学路を点検  
し、安全な通行方法と正しい  
交通ルールを教えましょう

## 9 ゲームやスマホのルール

ゲームやスマートフォン、  
SNSの使用に関して  
家庭でルールを作りましょう



## 10 外遊び

仲間と外で  
しっかり  
遊ばせましょう



## 11 ふり返り

子どもは親を見えています  
自分の行動や言動を  
ふり返りましょう

## 12 広いこころ

子どもが成長の過程でつま  
ずき、失敗したとしても、立ち直  
ることができるよう、寛容な心で  
接することを心がけましょう

## 13 絆

家庭の役割を再認識し、  
親子のふれあいや絆を  
大切にしましょう



## 14 助けを借りる

子育てに悩んだら、抱え込  
まずに周囲の助けを借りましょ  
う

プラス  
1

家庭で話し合っ  
て書いてみましょう





1人で抱え込まずに、  
相談しましょう！

# 相談機関一覧

● 福岡地域 ● 北九州地域 ● 筑後地域 ● 筑豊地域

## 家庭教育、子育て全般に関する相談

### 家庭教育相談「親・おや電話」・「メール相談」

(福岡県立社会教育総合センター)

受付時間 月～土 (第2月曜日、第4土曜日、祝日、年末年始を除く)  
9:00～17:00 (時間外は留守番電話で受付)

連絡先 ☎ 092-947-3515

ふくおか子育てパーク | <http://www.kosodate.pref.fukuoka.jp/>  
(メール相談フォーム)

## 児童相談 (虐待や養育、障がいに関する相談)

### 児童相談所相談専用ダイヤル(無料)

24時間  
受付

☎ 0120-189-783 (いちはやくおなやみを)

● 福岡 ☎092-586-0023 ● 宗像 ☎0940-37-3255  
● 京築 ☎0979-84-0407 ● 久留米 ☎0942-32-4458  
● 大牟田 ☎0944-54-2344 ● 田川 ☎0947-42-0499

福岡市子ども総合相談センター | 北九州市子ども総合センター  
☎092-833-3000 | ☎093-881-4152

## いじめ、不登校、学校生活等に関する相談

### 子どもホットライン24(県教育事務所)

24時間  
受付

● 福岡 ☎092-641-9999 ● 北九州 ☎0949-24-3344  
● 北筑後 ☎0942-32-3000 ● 南筑後 ☎0942-52-4949  
● 筑豊 ☎0948-25-3434 ● 京築 ☎0979-82-4444

FAXによる相談 | 092-643-3912 (義務教育課)  
メールによる相談 | [hotline24@pref.fukuoka.lg.jp](mailto:hotline24@pref.fukuoka.lg.jp)

## 不登校、ひきこもりに関する相談

### 不登校・ひきこもりサポートセンター (福岡県立大学内)

受付時間 月～金 (祝日・年末年始を除く)  
9:00～17:00

連絡先 ☎0947-42-1346

FAXによる相談 | 0947-42-1364  
メールによる相談 | [support@fukuoka-pu.ac.jp](mailto:support@fukuoka-pu.ac.jp)

## いじめ、体罰等子どもの人権に関する相談

### 子どもの人権110番 (全国共通フリーダイヤル)

受付時間 月～金 (祝日・年末年始を除く)  
8:30～17:15 (時間外は留守番電話で受付)

連絡先 ☎ 0120-007-110

「子どもの人権110番」につながらない場合  
福岡法務局人権擁護部 | ☎092-739-4151

## ネットトラブルに関する相談

### 児童生徒のためのネットトラブル相談窓口

受付時間 月～金、日 (祝日・年末年始を除く)  
18:00～21:00

連絡先 ☎0120-494-100 (電話相談は、月～金のみ対応)

LINE(友達追加)



メール



## 子どもの非行問題、犯罪被害等の相談

### 少年サポートセンター(福岡県警察)

受付時間 月～金 (祝日・年末年始を除く) 9:00～17:45

● 福岡少年サポートセンター ☎092-841-7830  
● 中央少年サポートセンター ☎092-588-7830  
● 北九州少年サポートセンター ☎093-881-7830  
● 久留米少年サポートセンター ☎0942-30-7867  
● 飯塚少年サポートセンター ☎0948-21-3751

## 子育て世帯の生活の困りごとに関する相談

### 子ども支援オフィス

受付時間 月～土 (年末年始を除く) 9:30～17:30

粕屋オフィス (●糟屋郡) ☎092-938-1205  
水巻オフィス (●遠賀郡 ●鞍手郡) ☎093-203-1661  
行橋オフィス (●京都郡 ●築上郡) ☎0930-26-7710  
田川オフィス (●嘉穂郡 ●田川郡) ☎0947-44-8612  
久留米オフィス (●朝倉郡 ●三井郡 ●三潴郡 ●八女郡) ☎0942-38-0601

## 発達障がいに関する相談

### 発達障がい者支援センター

● 発達障がい者(児)支援センター (福岡地域) Life  
受付時間 月～金 9:00～17:00 (祝日・盆・年末年始を除く) 連絡先 ☎092-558-1741

● 発達障がい者支援センター (北九州地域)  
受付時間 月～金 8:30～17:00 (祝日・年末年始を除く) 連絡先 ☎093-922-5523

● 発達障がい者支援センター (筑後地域) あおぞら  
受付時間 月～金 9:00～17:00 (祝日・盆・年末年始を除く) 連絡先 ☎0942-52-3455

● 発達障がい者支援センター (筑豊地域) ゆう・もあ  
受付時間 月～土 9:00～18:00 (祝日・盆・年末年始を除く) 連絡先 ☎0947-46-9505

福岡市発達障がい者支援センター ゆうゆうセンター  
受付時間 月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く) 連絡先 ☎092-845-0040

北九州市発達障害者支援センター つばさ  
受付時間 月～金 8:30～17:00 (祝日・年末年始を除く) 連絡先 ☎093-922-5523