

相談を受けてからの流れ

子どもにはまもられる権利、大切にされる権利があります。おとなでも子どもでも、この権利を侵害してはいけません。これまで相談してうまくいかなかったことも「せたホット」に話してみませんか。(自分のことでなくても大丈夫です)
秘密は必ず守ります。 ※相談にお金はかかりません

例えば、こんなとき…

学校で…

- 仲間はずれやいじめ
- 先生のことや友達のこと

家庭で…

- 家でのつらいこと・いやなこと
- 家族に話せないこと

習い事、バイト先で…

- 仕事(バイト)先でのこと
- 先輩や上司のこと

つらい、悲しい気持ちになったら…

電話・メール・手紙・FAX・会って **相談する**

おはなしきかせてね

子どもの権利侵害についておとなも相談できます。

せたホットの対応

一緒に考える

あなたの気持ちや意見をじっくり聴いて一番よい方法を一緒に考えます。

調べる、協力依頼

解決に向けて関係する人や機関に話を聞いたり、協力をお願いします。あなたの考えや気持ちを代わりに伝えることもできます。

要請・意見表明

関係する機関などに改善要請や意見表明をすることもできます。

もう大丈夫。安心できたよ。

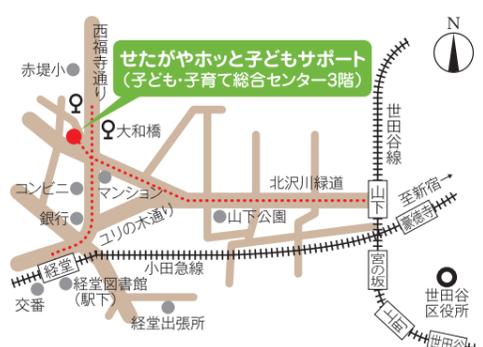
困ったことが出てきたらまた相談してください。相談が終わっても、必要があれば見守り支援をします。

せたホット

相談時間 月～金：午後1時～午後8時
土：午前10時～午後6時(日曜、祝・休日・年末年始をのぞく)

相談電話 フリーダイヤル ホット にきゅうさい FAX
0120-810-293 03-3439-6777
*携帯電話・公衆電話からも無料でかけられます。

せたホットホームページ <https://www.city.setagaya.lg.jp/02236/1398.html>



アクセス 小田急線 経堂駅北口から徒歩7分
世田谷線 山下駅から徒歩13分

所在地 〒156-0051 世田谷区宮坂3-15-15
世田谷区立 子ども・子育て総合センター3階



せたホットとレター

第21号

(中高生世代向け)

「せたホット」への相談チェック!

相談件数

令和5年度の中高生の相談は、中学生が40人、高校生が21人でした。

学年	人数	割合
中学生	40人	66%
高校生	21人	34%

相談方法

方法	人数	割合
メール	29人	48%
電話	22人	37%
はがき	7人	12%
手紙	2人	3%

中高生が最初に「せたホット」に相談するときはメールが最も多く、次に電話、はがき、手紙の順になりました。

中高生の相談人数が分かった

「せたホット」にどうやって相談するかが分かった

子どもの権利をMBTI風にチェック!

I 子どもには権利がある

賛成する ○○○○○○ 反対する

II 嫌なことは嫌と言える

賛成する ○○○○○○ 反対する

III 自分の思ったことや考えたことを自由に表現できる場がある

賛成する ○○○○○○ 反対する

IV 受験生だけどたまには遊んだり休んだりしている

賛成する ○○○○○○ 反対する

V 信頼できるおとながいる

賛成する ○○○○○○ 反対する

VI 友だちに嫌なことをされない

賛成する ○○○○○○ 反対する

VII 学校や家は安全な場所だと思える

賛成する ○○○○○○ 反対する

VIII きちんご飯を食べられている

賛成する ○○○○○○ 反対する

次のページでは、「せたホット」に寄せられた相談の中から、実際の言葉を紹介します。さあ、次のページでさらにチェックしてみましょう。

みなさんには大事な権利があります

みなさんの権利は「子どもの権利条約」という国際条約で定められています。どんなことが書かれているのか、「せたホッと」に寄せられた相談とともに紹介します。

※このページの吹き出しは実際の相談の中でつぶやかれた中高生の声です。ローマ数字は1ページの項目と対応しています。

II III 第12条 意見を表す権利

休ませてもらえないというか、休んだら嫌味を言われる…

第36条 あらゆる搾取からの保護

部活が辛くなったので辞めたい

第19条 あらゆる暴力からの保護

コーチが厳しく、ずっと怒られている

部活動や習い事の悩み

V VI 第34条 性的搾取からの保護

知らない人からしつこく「会おう」と誘われる

SNSで悪口を書かれたり、いきなりキレられたりする

第16条 プライバシー・名誉の保護

SNSのトラブルで謝っても許してもらえない

スマホ・ネットインターの悩み

おとなになるのが怖い

第27条 生活水準の確保

同性が好きときどき苦しくなる

第2条 差別の禁止

自分の顔が嫌すぎて、生きるのが面倒になった

第6条 生きる権利・育つ権利

本音を言える友達がいない

第24条 健康・医療への権利

一人で考えるとマイナスな方向で考えてしまい不安になる

心・身体・人たちの悩み

第31条 休み、遊ぶ権利

勉強に追われて心が病んでしまいそう

第3条 子どもにもっともよいことを

親が勝手に進路を決める

第29条 教育の目的

意欲がわからない課題が終わらない

第28条 教育を受ける権利

勉強・進路の悩み

「子どもの権利条約」条文の出典：日本ユニセフ協会

「せたホッと」 Q&A ～本当に安心して相談できますか？～

秘密にするって言うけど、話の内容によっては学校や親に連絡するんじゃない？



「せたホッと」に話してくれたことは、どんなことでもあなたの許可なしに学校や親に伝えたりしません。伝えなければいけないときはあなたの許可をもらいます。

自分に問題があるときは「せたホッと」の人も上から目線で注意してきたり指摘したりするんだよね？



「せたホッと」はあなたが思うあなたにとってのいいことを一緒に考えます。あなたの人生の主人公はあなただから、どんな話であってもあなたの気持ちに寄り添ってお話を聞きます。

何が問題なのかわからないけど、なんだかもうもやもやする。話すことがまとまっていなければ、相談しても意味ないよね？



うまく話せなくてもだいじょうぶです。「せたホッと」はあなたの心と体が安心して安全に毎日が送れるようになるまで、自分でもよくわからないもやもやにも寄り添います。今の気持ちを聴かせてください。

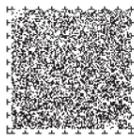
自分さえ我慢すればいいと思っているから相談なんて必要ないよ。



あなたもあなたが尊重している人と同じくらい大切な一人の人間です。我慢しない解決方法を一緒に考えましょう。

「せたホッと」からのメッセージ

みなさんは誰ひとりとして、「どうでもいい」人はいません。みなさんには、ひとりひとりがしあわせに生きていく権利があります。それは、みなさんが生きていく限り、決して失われないものです。そして、しあわせに生きていくことに、ほこりを持てるような毎日を過ごしてください。わたしたちは、みなさんがしあわせに生きてくれることを、心から願い、伴走していきます。



「世田谷区子ども条例」や「子どもの権利条約」を詳しく知りたいと思った人は二次元コードからとんでみてくださいね。



世田谷区 HP



セーブ・ザ・チルドレン



日本ユニセフ協会

