

# 相談を受けてからの流れ

例えば、こんなとき…

## 学校で…

- 仲間はすれやいじめ
- 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

子どもの権利侵害についておとなも相談できます。

おはなしかせてね

## せたホッとへの対応

### 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。

# せたホッと

**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。

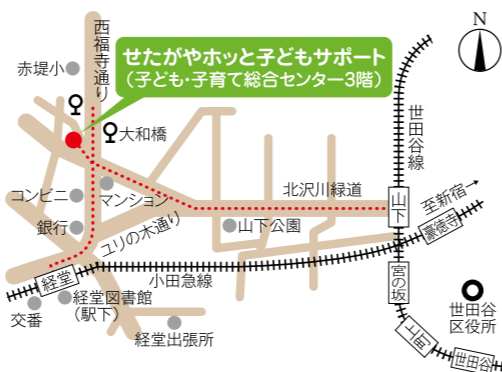
**せたホッとホームページ** <https://www.city.setagaya.lg.jp/02236/1398.html>



ホームページ



子ども相談メール



**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

発行元：世田谷区子どもの権利擁護機関（せたがやホッと子どもサポート）  
TEL 3439-8415（事務局） FAX 3439-6777

世田谷の子どもの権利をまもる「せたがやホッと子どもサポート」広報紙

発行：2025年10月

# せたホッとレター

第22号



Nachu 「せたホッと」ニュースです

## News

あたら しい 子 ども サポート 委員 を 紹 介 し ま す ！



うえだ みか 委員  
上田 美香 委員

うえだ いん  
上田委員ののがお絵は、  
「りゅーせ」さんが  
かいてくれました。

子どものころは、運動会の「よーいどん」のピストル、風船がわれる音、カミナリなど大きな音が苦手でした。今も少しドキドキします。大学生で福祉に関心を持ち始めて、子どもの福祉を学ぶゼミの活動は楽しかったです。卒業後は、保育園で働いていたこともあります。子どもたちにかかわる仕事を続けているのは、子どもの日(5月5日)に生まれた運命かなと思っています。ぜひ、「せたホッと」に会いに来てくださいね。

## インタビュー

1. お仕事  
大学の先生  
(子どもの福祉)
2. 好きなこと  
食べること  
野球を見ること
3. 推し  
千葉ロッテマリーンズ  
(プロ野球チーム)



ひら お 委員  
平尾 潔 委員

「せたホッと」はだれでも安心できる場所だよ。どんなことでもだいじょうぶ。みんなであなたを守るからね。



あ べ 委員  
安部 芳絵 委員

あなたのきもちがいちばんだいじ。「せたホッと」はあなたといっしょにいちばんの「かいけつ」をかんがえるよ。

## 「せたホッと」クイズ1

「なちゅ」の **名前の由来** はなにかな？

1. 夏に生まれたから
2. 7人で力を合わせて考えたから
3. 「ナチュラル」という言葉から



なちゅをさがせ！

## 「せたホッと」クイズ2

子どもが「せたホッと」にはじめて相談するときの方法で5つの中から **多いものベスト3** を当ててね！

- メール 電話 テレパシー はがき 糸電話

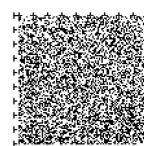
クイズと「なちゅをさがせ！」のこたえは開いたページの中にあるよ

レターを開いた真ん中のページのいろいろなところに「なちゅ」がいるよ。「のぞいていたり」「しっぽだけ」見えている「なちゅ」もいるよ。「なちゅ」が何か所にいるか、数えてね！

みつけてね！



ひらえもん



いつも  
そうだん  
「せたホツと」に相談してくれて  
**ありがとう!**

みんなからよく質問されることについて  
こた  
答えていくよ!

**みんなへのおねがい**

**はがきの相談**

家の住所が途中でしかない  
マンションのお部屋の番号がない

**メールの相談**

メールアドレスがちがう  
メールの受信ボックスがいっぱい

**お返事が送れないときがあります**

8日間まってもお返事が来ないときは  
住所やメールアドレスを確認してもう一度送るか  
「せたホツと」に電話 0120-810-293 してね

大きなやみじゃないけど相談してもいいのかな?

大丈夫だよ!  
子どものことならどんなことでも相談できるよ

いろいろお話できるね

相談したらどうなるの? どうやって解決するの?

あなたのことを一番に考えて、  
あなたの気持ちを大事にするよ

あなたにとって一番いいこと

よくわかんないけどイライラするんだ

なんかさみしいな

友だちがこまってるみたい

友だちに「あそぼ」って言えない

毎日いそがしくてつかれちゃった

きょうだいがちょっかいだしてきて家でゆっくりできない

みんなと違うのって変?

アイドルになりたい!

おや親におこられてばかりで家にいたくないな

話をきく

ゆっくりでいいよ  
いっしょに話そう

いっしょに考える

どんな気持ちなのかな  
してほしいこと  
してほしくないことはあるかな  
どんなことができるかな

しら調べる

なにかいい方法はないか  
協力してくれる人はいないか調べるよ

つた伝える

友だち、家の人、学校に  
「せたホツと」がいっしょに伝えたり  
「せたホツと」がかわりに伝えたりできるよ

だれにも知られたくないんだ  
先生や親に言わない?

ひみつは守るよ

「せたホツと」に相談した秘密は守ります!  
親や先生に勝手に言わないよ  
だから安心してお話ししてね

やくそく  
約束

「せたホツと」クイズ1 のこたえ

「なちゅ」という名前は  
3「ナチュラル」という言葉から  
名づけられました!

「なちゅ」は当時小学6年生の子がつくってくれました。  
とてもカワイイよね。

「せたホツと」クイズ2 のこたえ

「なちゅをさがせ!」のこたえ

このページの中には  
32か所に「なちゅ」がいたよ。  
みんなはぜんぶみつけられたかな?

なちゅをさがせ! のこたえ

これから  
よろしくね

テレパシーで相談はできないけど...  
会ってお話はできるよ!  
「せたホツと」で会ったり、  
お家のちかくや学校まで会いにいこう!

糸電話でお話したいときは  
「せたホツと」に来てね。いっしょにつくろう!

「せたホツと」クイズ2 のこたえ

1位 はがき  
2位 電話  
3位 メール

うえだ いん  
上田委員