

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「せたホッと」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・はがき・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。

せたホッとレター

……第17号

「ひらえもんのつぶやき その3」 ～プー君とのおもいで～



平尾潔委員

小学生のころ、ぼくには「プー君」という名前の友達がいた。銀行でおまけにもらったこぶしくらいの大きさのサルの貯金箱で、プー君という名前はぼくがつけた。お風呂も一緒に、いつも僕が洗ってあげていた。段ボールでプー君の家を作り、ガーゼを敷いてベッドにした。小型の懐中電灯をつけて家の明かりにしたけど、すぐに電池が切れるのでお母さんに怒られたっけな。

プー君はよくしゃべった。プー君はキーキー声を出していろんな話をしてくれた。ちなみに、プー君の声はぼくが出していたので、知らない人が見たらぼくが一人でしゃべっているように見えたと思う。

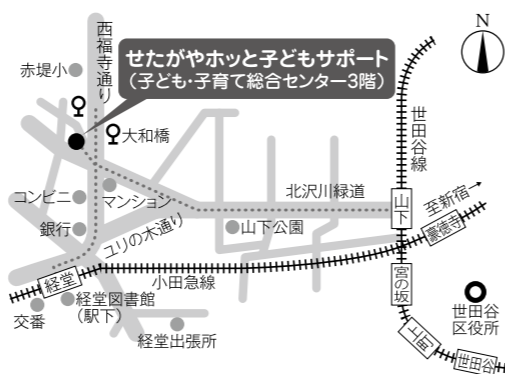
お母さんやお父さんに怒られたときは、プー君が「きよし君をいじめるな!」とってくれた。その後は二人で子ども部屋にこもって、「あんなに怒ることないのにねえ」「なにがあっても、ぼくはきよし君の味方だよ」と言ってくれた。そういう夜は、プー君と一緒に寝た。なにがあっても、味方でいてくれるプー君は、ぼくの一番大切な友達だった。ぼくも、ずいぶんとおじさんになって、もうプー君はしゃべらなくなったけど、まだプー君はぼくの家にいるんだよ。たとえば人形でも、ぼくのそばにずっといてくれて、何があってもぼくの味方でいてくれる。そんなことがあったから、ぼくは自分を好きになることができたし、自信を持って生きていられる。

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)

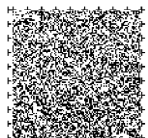
相談電話 フリーダイヤル ホット にきゅうさい FAX
0120-810-293 03-3439-6777
*携帯電話・公衆電話からも無料でかけられます。

せたホッとホームページ <https://www.city.setagaya.lg.jp/mokuji/kodomo/009/003/003/d00126031.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

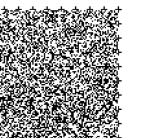
所在地
〒156-0051 世田谷区宮坂3-15-15
世田谷区立 子ども・子育て総合センター3階



ホームページ



子ども相談メール



「せたホッと」と、まほうのことば

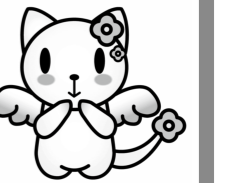
「せたホッと」に電話で相談(17歳)



これまでいろんなことを、「せたホッと」と話をしていくなかで、考え方や見方を少し変えることで、気持ちが楽になったり、やる気がでてくることがわかったよ。

そうやって、だんだんと、ありのままの自分のことが好きだっと思えるようになってきた。

もうすぐ18歳。将来の夢に向かってがんばるけど、くじけそうになった時は、「せたホッと」で話したり、一緒に考えた「まほうのことば」を思い出すよ。



○もうすぐ18歳になるんだね。おめでとう！
いっしょにいろんなことを話したり、考えたりしたね。
「せたホッと」も出会えてとってもうれしいよ！

「せたホッと」の「まほうのことば」、忘れないよ。これからも困ったときはひとりで抱え込まないで、誰かに相談するよ。つらいときに「助けて！」って言うことは、はずかしいことじゃないし、おとなになっても困ったら誰かを頼っていいんだよね。

みんなも困ったときは誰かに相談してね。
最後になちゅから、「まほうのことば」をプレゼント。

落ち着きがない

やりたいことがいっぱいある

こまかい

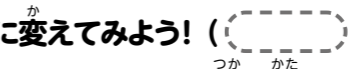
ていねい

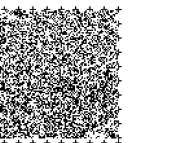
心配性

慎重

おとなしい

おだやか

きになることばも、まほうを使って、うれしいことばに変えてみよう！( の中に入れてみてね。)
もしも、まほうの使い方がわからないなど、一緒に考えたいことがあったら、「せたホッと」に相談してね。



「せたホッと」にメールで相談(13歳)

あ〜！大変だ！ゲームに夢中になってたら、テストまで

あと3日しかなくなっちゃった〜

どうしよう。急にあせってきた。

そうだ、「せたホッと」にメールしてみよう。

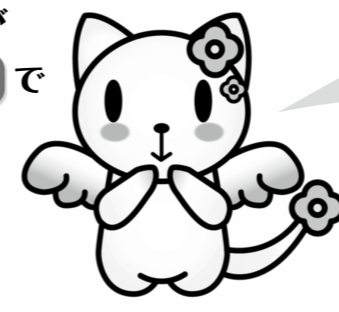


○ゲームって楽しいから、つい夢中になってしまうよね。
今やらなきゃいけないって気づけたのは、よかったんじゃないかな。落ち着いて、まずは深呼吸をしてみよう。

まだ3日あるから、できることからやってみよう。

よし、深呼吸だ！まだ3日もある。
あきらめずに、できることからやってみるよ。

ほかに、いろんな「まほうのことば」があるので、みんなも で検索してみてね。



「せたホッと」マスコットキャラクター なちゅ

「せたホッと」との出会いは8歳のころ。みんなが勝てると思っていたサッカーの試合で引き分けてしまった。

自分のせいで…

そんなとき、学校で「せたホッと」の相談ハガキが配られたから、思い切って相談してみたんだ。



「せたホッと」にハガキで相談(8歳)

サッカーは得意で大好きだけど、自分のミスで

1点取られちゃった。

けっきょく、勝てずに引き分けだった、とってもくやしいよ。

もう、自信なくなっちゃったな…



○それはくやしかったね。でも、

1点取られたあと、みんなで力を合わせて、引き分けにできたんだね。

そうか。そう考えたら気持ちが楽になってきたよ。ありがとう！

