

# せたがやホッとレター

## .....第14号

### あそ 遊んでる？ こまってる？ 大丈夫？

なちゆが遊んでいたら、いろんなこまったことになっちゃった。  
みんなで、かいけつしてね。



マスコットキャラクター  
なちゆ

① こまった！ 遊ぶジカンが見つからない！ どこにいった！？  
下のしかくの中から「ジカン」をさがしてね！

ジカソ	シカシ	ジガン	ジガジ	シガン	ピカソ
ジジソ	ジシン	ジカソ	チカソ	ジガシ	シガジ
ジソソ	ジカノ	ジカビ	ジカソ	シガー	ジテン
ジンジ	ジカソ	ジカン	シガン	シカシ	ジガン
チカソ	ジガシ	シガジ	ジシン	ジカソ	ヒガシ
ジガン	シンジ	シガン	ピカソ	ジジソ	ジガン



【小学生のみなさんへ】

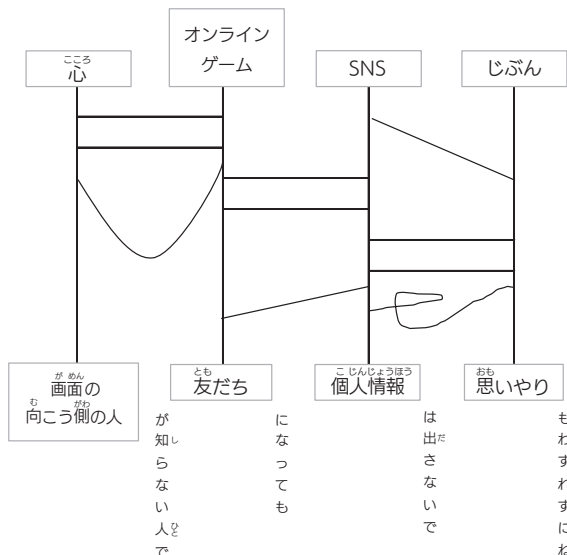
子どもには遊ぶ権利があるし、遊びから発見できることはたくさんあるんだよね。3ページ目（中のページの右側）の子どもサポート委員からのメッセージにもいろいろ書いてあるから、よんでね。

【中高生の皆さんへ】

部活や勉強やそれ以外のことが忙しくて、遊ぶことが少なくなっていく年代ですが、遊びは大切な子どもの権利です。3ページ目（中のページの右側）の子どもサポート委員からのメッセージもぜひ読んでみてくださいね。



② あれ？これ、それぞれ何かとつながっているの？ それぞれの言葉から出ている線をたどってみてね。  
さらにその先にはどんなことにつながっているのか、見てみよう。

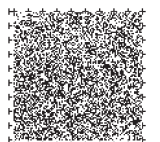


【小学生のみなさんへ】

オンライン（インターネット）で知らないだれかと出会って、どんなになかよくなってもひとりで会いに行かないでね。

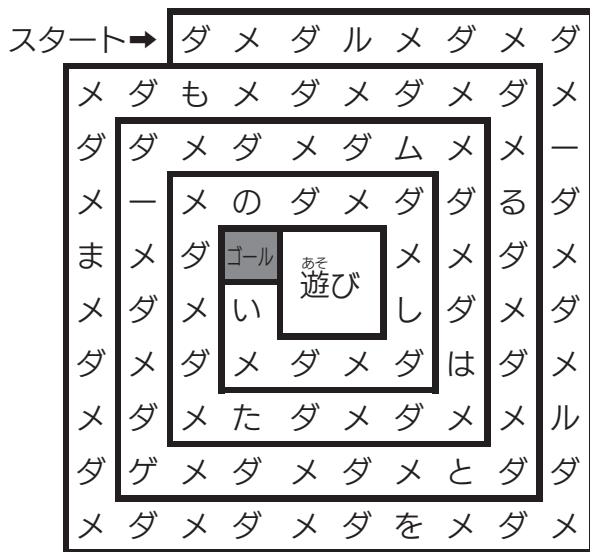
【中高生の皆さんへ】

SNSなどで、知らない相手なら何を言ってもいいというわけではないですよね。そして、中高生の皆さんも知らない相手に一人で会いに行かないでください。



3

遊びのまわりにダメダメ！って何？？どうやったら抜け出せるのかな？  
「ダ」と「メ」をぬいてスタートからゴールをめざして進んでみよう！



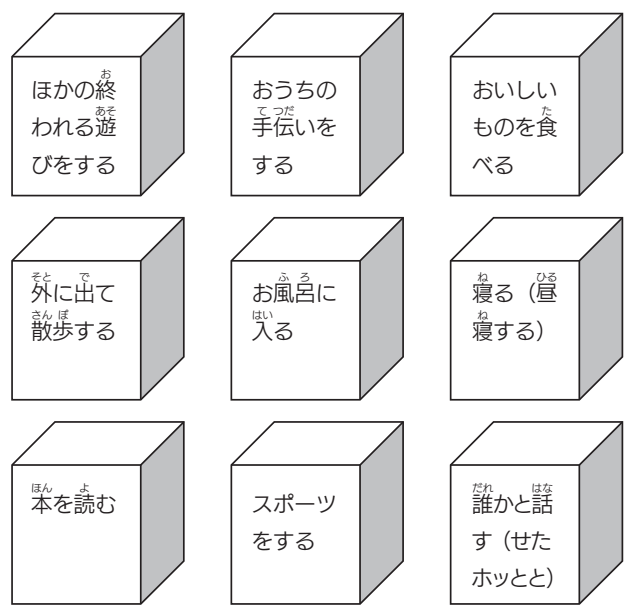
【小学生のみなさんへ】  
 どんな遊びもルールがあるね。ルールをまもれないと楽しくなくなっちゃうね。友だちやおうちのひととのルールはまもろうね。

【中学生の皆さんへ】  
 ルールを守ることは自分を守ること。そして、相手を守ることに繋がります。ルールを破られて困ったり、嫌だなと思ったら一人で抱え込まずに、「せたホッと」に相談してください。



4

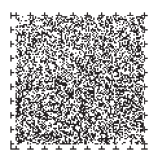
ゲームやテレビ、動画サイトとかが楽しくてなかなかやめられないよね！まだ遊びたい！どうしよう～。  
次の箱のどれが一番いいかな。選んでやりたいことをやってみてね。



【小学生のみなさんへ】  
 やめられないってこまるときもあるよね。そういうとき、ひとりでがんばらなくていいんだよ。「せたホッと」にお話させてね。いっしょに考えるからね。



【中学生の皆さんへ】  
 やめたいのにやめられない、やらなくてはならないことができなくなって困っているとかありませんか。相手がいることだとおさらですよ。どう伝えてお終えたらいいのかわからないなど、何でも「せたホッと」に相談してください。



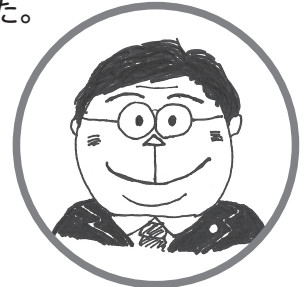
# 子どもサポート委員からのメッセージ

## 子どもの頃はこんな遊びをしていました

小学生のころ、近所のあき地で、「秘密基地」をつくりました。そこであり得ないことを想像したりするのが好きでした。一番よくした空想は、ひゅひゅと口笛を吹くと、おもちゃの車が大きくなって、僕を好きなおとに連れてくれる、というものでした。空想の中ではどこにでも行けました。

そのうち、仲良しの友だちができて、秘密基地ごっこは、ふたりで遊ぶ時間になりました。いつ「悪の組織」が攻撃してきてもいいように、割りばしと輪ゴムで武器を作り、二人だけにしかわからない合言葉を決めました。

やがて、好きな女の子ができて、いつのまにか秘密基地には行かなくなりました。おとなになってから覗いてみたら、ごみ置き場になっていましたが、あの頃のこととははっきり覚えています。



ひらお いいん  
平尾委員

## 遊びや休息は、寝ることや食べることと同じように大事です

新型コロナウイルスの影響で、握手を避けるなど制約があっても、遊びや休息は、どのような形ででもできますね。遊びは、おもしろい、やってみたいという気持ちから始まります。子どもだけの秘密や空想の世界もつのもよいでしょう。ところで、過去だけでなく今も経済が貧しい国では、子どもたちは、遊びや勉強ではなく、長時間、おとなの仕事を手伝わされています。



つきだ いいん  
月田委員

でも、子ども時代には、遊びがとても重要です。そこで、1989年に国連は、子どもの権利条約（第31条）で、子どもが休息し、余暇を持つ権利、その年齢にふさわしい遊びとレクリエーションの活動を行う権利、文化的な生活や芸術に自由に参加する権利を持つと宣言し、加盟するほとんどの国が、この条約を大切にしています。

## 子どもといっしょに過ごす時間が増えイライラしてしまっている親のみなさんへ

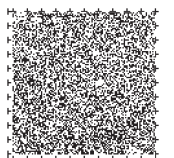
コロナ禍で久しぶりに家族と過ごす時間が増え、うれしい一方、子どもがゲームやスマホに夢中になっていたり、勉強に取り組んでいない様子を目の当たりにしたりすると、だんだんイライラして物申したくなってしまいますよね。

本当はにこやかに子どもと語り、いっしょに何かをしようとしているはずなのに、真逆の行動をしてしまっている自分がいませんか？

かつて自分が親にしてほしかったことを思い出して、子どもと一緒に遊んでみてください。きっと、自分の求めている理想の結果が戻ってくるに違いありません。子どもも親とそうした時間を過ごしたいと思っているのではないのでしょうか。



はんた いいん  
半田委員



# 相談を 受けてからの流れ



子どもにはまられる権利、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…




<p><b>学校で…</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>仲間はずれやいじめ</li> <li>先生のことや友だちのこと</li> </ul> 	<p><b>家庭で…</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>家でのつらいこと・いやなこと</li> <li>家族に話せないこと</li> </ul> 	<p><b>習い事、バイト先で…</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>仕事(バイト)先でのこと</li> <li>先輩や上司のこと</li> </ul> 
--	---	---

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。







## せたホットの対応

<p><b>一緒に考える</b></p> <p>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。</p> 	<p><b>調べる、協力依頼</b></p> <p>解決に向けて関係する人や機関に話を聞いたり、協力をお願いできます。</p> <p>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。</p> 	<p><b>要請・意見表明</b></p> <p>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。</p> 
---	--	--

**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・PHS・公衆電話からも無料でかけられます。

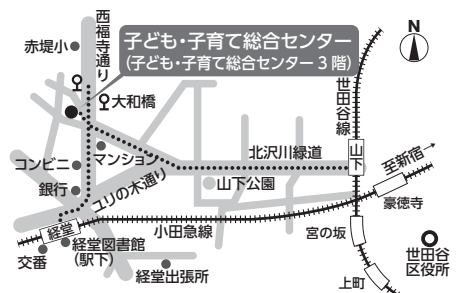
**せたホットホームページ**  
<https://www.city.setagaya.lg.jp/mokuji/kodomo/009/003/003/d00126031.html>



ホームページ



子ども相談メール  
 携帯用入力フォーム



**ACCESS** 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 世田谷区宮城3-15-15  
 世田谷区立 子ども・子育て総合センター3階