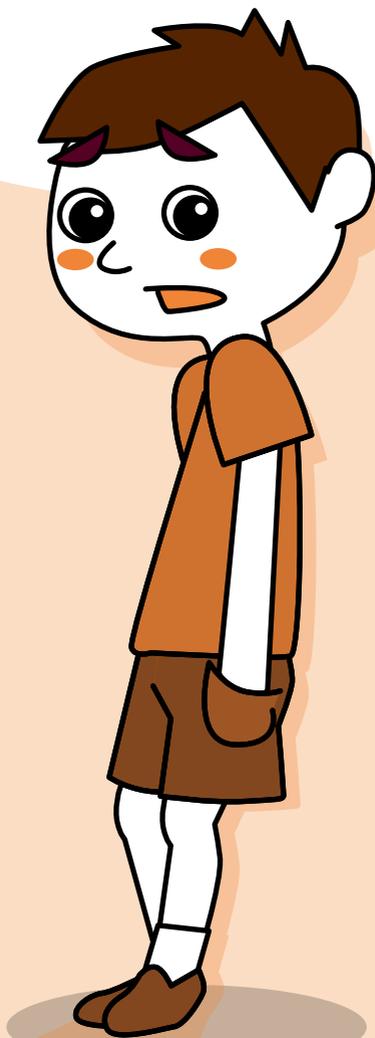


しょうがくせい

小学生のみなさんへ

はなしてみようよ

相談そうだんしてね



一人でひとり悩まなやないで



文京区



紋章

シンボルマーク

# あなたはかけがえのない

## 大切な子どもです

まいにち  
毎日  
ねむ  
よく眠れて  
いるかな？

がっこう  
学校は  
たの  
楽しいかな？

はん  
ご飯はおいしく  
た  
食べられて  
いるかな？

おうちのひとは  
はなし  
話を聞いて  
くれるかな？

なに  
何か困ったことはないかな？

ガマンしないでどんなことでも話してみようよ！

あなたが自分の気持ちを表に出すことができるよう支えます。

【相談先】子ども応援サポート室

☎03-5803-1900 (電話相談)

b-kodomosupport@city.bunkyo.lg.jp (メール相談)

※メールアドレスは、右の二次元コードからアクセスできます。



## こんなこと、あるかな？ その①



あなたを傷つけていい人なんていないんだよ！

- どなったり叩いたりする
- 怒って物などを投げつける など

こんなときは、学校の先生や  
まわりにいる大人に相談してね。

## こんなこと、あるかな？ その②



いえ 家で困っていることがあったら相談していいんだよ

- 家にごはんが用意されていない、夜間こどもだけで過ごしている
- 洗たくをしてくれない、きょうだいの世話をさせられて自由な時間がない など

こんなときは、学校の先生や  
まわりにいる大人と一緒に考えてくれるよ。

## こんなこと、あるかな？ その③



いえ 家では安心してすごしたいよね

- お父さんやお母さんが喧嘩して怖い、嫌だ
- お父さんやお母さんから傷つく言葉を言われる など

こんなときは、学校の先生や  
まわりにいる大人が力になってくれるよ。

でんわ はな  
電話でも話せるよ  
そうだん ま  
あなたからの相談を待っています

いやだ  
どうしよう  
こわい  
かなしい



からだ  
● 体をさわられてイヤ。  
しゃしん  
写真をとられたり、  
み  
見せられたりするのイヤ。  
だれ  
誰にも言うなと  
い  
いわれたけれど…。

まいにちおこ  
● 毎日怒られたり  
たた  
叩かれたり無視されて  
むし  
もうイヤになった。  
じぶん  
自分なんて  
ほう  
いない方がいいのかな…。

じぶん きも はな  
自分の気持ちをだれかに話してみようよ。  
なや そうだん  
ひとりで悩まないで相談してね。

こ ちゅう えん しつ  
子ども応援サポート室 ☎03-5803-1900

[メールアドレス] b-kodomosupport@city.bunkyo.lg.jp

げつ きん 9:00~17:00 (時間外は留守番電話で対応しています) (祝・12月29日~1月3日除く)

◆ その他の相談先

相 談 先	電 話	曜日・時間など
ぶんきょうくあかひく 文京区教育センター	でんわ 電話相談 03-5800-2595	24時間対応 (年中無休)
	いじめ いじめ電話相談 03-5800-2596	24時間対応 (年中無休)
じどうそうだんじよきつたいたいおう 児童相談所虐待対応ダイヤル	いちはやく 189	24時間対応 (年中無休) ※一部のIP電話からはつながりません ※通話料無料
とうきょうと 東京都児童相談センター	よひこに <4152相談> 03-3366-4152	げつ きん 9:00~21:00 と 日 祝 9:00~17:00 (12月29日~1月3日除く)
はな 話してみなよ—東京子供ネット— こども けんりようこせんとんしきよう 子供の権利擁護専門相談事業	フリーダイヤル 0120-874-374	げつ きん 9:00~21:00 と 日 祝 9:00~17:00 (12月29日~1月3日除く) ※通話料無料
こども 子どもの人権110番 ほうふく 法務省	フリーダイヤル 0120-007-110	へいじつ 平日 8:30~17:15 ※一部のIP電話からはつながりません ※通話料無料
チャイルドライン	フリーダイヤル 0120-99-7777	毎日 16:00~21:00 (12月29日~1月3日除く) ※一部のIP電話からはつながりません ※通話料無料

※新型コロナウイルス感染症の影響のため、開設時間などが変更されている場合があります。

インターネット (SNS) でも相談出来ます  
こうせいろうどうしやう  
厚生労働省「まもろうよ ころろ」  
LINEやメールで相談できるところのリンク集

保護者の皆様  
子どもへの暴言や暴力、罰を与えることは、「子どものため」のしつけにはなりません。  
子どもの心と身体を傷つけるだけです。子育ては、一人で悩まず、どうぞ、ご相談ください。  
●ご相談先…文京区子ども家庭支援センター ☎03-5803-1109

# いっしょに考えてくれる人は いろいろなところにいるよ



けいさつかん  
少年センター  
の職員

こども家庭  
支援センター  
の職員

じどうそうだん  
児童相談  
センター  
の職員

がっこう  
学校の  
先生



みんせい  
民生委員  
児童委員  
主任児童委員



ほけんしつ  
保健室の  
先生

きょういく  
教育センター  
の職員

スクール  
ソーシャル  
ワーカー



びょういん  
病院の先生  
看護師

じどうかん  
児童館  
育成室  
の先生

スクール  
カウンセラー



あんしん そうだん ま  
安心して相談してね。待ってるよ。