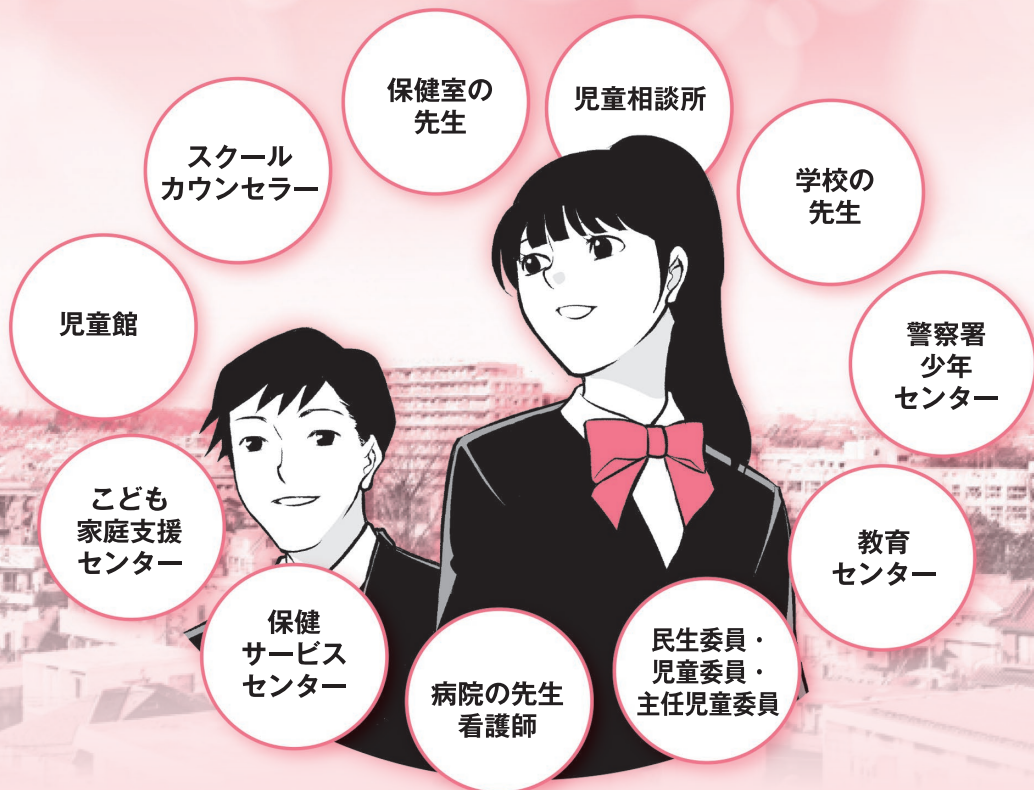


あなたを見守っている
身近な機関は文京区にいろいろあるよ。
ガマンしないで相談しよう!



安心して相談してね。 危険な時は安全に避難できる場所があるよ。
ひとりひとりの状況に合わせた支援を受けることができるよ。

保護者の皆様

思春期のおさんは様々な悩みを抱えています。
「こどものため」と暴言や暴力、罰を与えることは、しつけにはなりません。
こどもの心と身体を傷つけるだけです。
お子さんへの対応でお困りの方は、どうぞご相談ください。

— ご相談先 —

文京区こども家庭支援センター

☎ 03-5803-1109 FAX 03-5803-1987

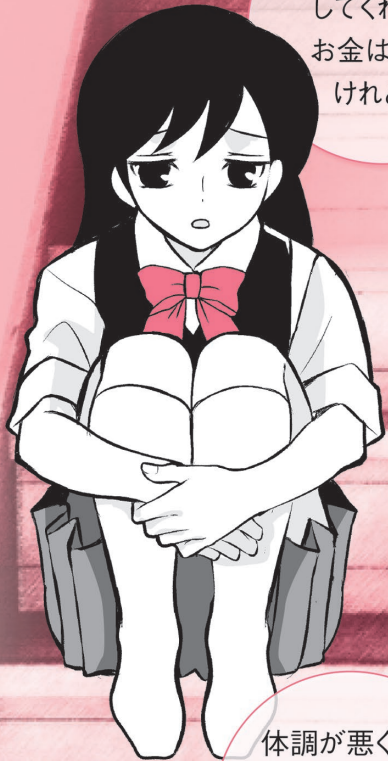
月～金 9:00～17:00(土・日・祝日・12/29～1/3を除く)

1人で悩まないで相談してね



ガマンしていませんか
中学生のみなさんへ

家庭の中で...



食事の世話を
してくれない
お金はくれる
けれど...

生活や学校に
必要なものを
用意して
もらえない

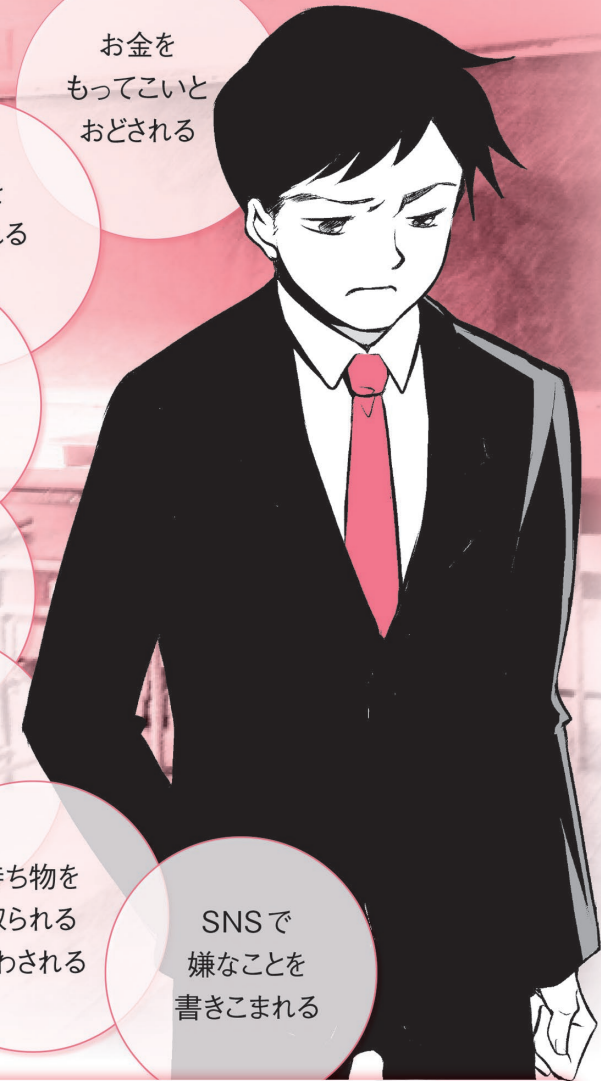
進路や将来の
相談ができない

私ばかり
妹や弟の世話を
している

体調が悪くても
病院に
つれて行って
くれない

家族の介護や
家事をやる人が
自分しかない...

友達から...



お金を
もってこいと
おどされる

暴力を
ふるわれる

嫌なことを
させられる

ムシされる

嫌なことを
言われる

持ち物を
取られる
こわされる

SNSで
嫌なことを
書きこまれる

**家庭のことで困っているのは
恥ずかしいことではないよ。**

こんな時は、ガマンしないで相談してね。
学校の先生や、まわりにいる大人が力になってくれるよ。

**あなたをイジメたり、傷つけたり
していい人は誰もいないよ。**

こんな時は、学校の先生やまわりにいる大人に相談してね。
スクールカウンセラーも一緒に考えてくれるよ。

親から……



勉強のことで
叩かれる
なぐられる

きょうだいで
比べられて
自分ばかり
おこられる

両親のケンカが
たえない

頑張っているのに
ひどく怒られる

お前なんか
生まなきゃよかった
と言われる

家に帰ってくるな
と言われる

悲しい

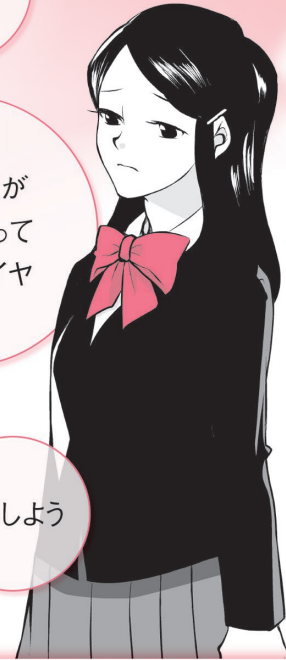
怒られるのは
自分が悪いんだ
私なんて
いない方が
いいのかな…

つらい

親しい人が
体をさわって
くるのがイヤ

どうしよう

こんな気持ち……



家族の介護や
家事をしないと
いけないけれど、
自分の時間が
ほしい…

写真をとられたり
見せられたり
するのもイヤ

こわい

家に
帰りたくない

家では 安心して過ごしたいよね。

こんな時は1人で悩まないで相談してね。
どうしたら辛い思いをしないですむか、一緒に考えてくれるよ。

あなたは、かけがえのない 大切な人間だよ。

自分の気持ちを話すのは勇気がいると思うけれど、
学校の先生やまわりにいる大人に相談してね。

君たちからの相談を待っています 話した内容は守られます

相談先	電話	開設曜日時間など
文京区児童相談所 友人関係・学校に行きたくない・虐待等	03-3811-5241 <small>こによい</small>	月～金 9:00～17:00 (祝日・12月29日～1月3日除く)
児童相談所虐待対応ダイヤル 虐待等	189 <small>いちばやく</small> ※通話料無料	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
文京区教育センター いじめ・友人関係・学校生活等の悩み	なんでも話せる電話教育相談 03-5800-2595 いじめ電話相談 03-5800-2596	24時間対応(年中無休)
東京都教育相談センター いじめ・友人関係・学校生活等の悩み	教育相談一般 東京都いじめ相談ホットライン 0120-53-8288 ※通話料無料	24時間対応(年中無休)
警視庁 ヤング・テレホン・コーナー いじめ・親との関係等の悩み	03-3580-4970	24時間対応(年中無休)
東京都いのちの電話 誰かに聞いてほしい	03-3264-4343	24時間対応(年中無休)
話してみなよ一東京子供ネット 子供の権利擁護専門相談事業 いじめ・体罰・虐待等	0120-874-374 <small>はせしてみなよ</small> ※通話料無料	月～金 9:00～21:00 土・日・祝 9:00～17:00 (12月29日～1月3日除く)
こどもの人権110番 法務省 いじめ・体罰・虐待等	0120-007-110 ※通話料無料	平日 8:30～17:15 ※一部のIP電話からはつながりません
こどもの人権SOS-eメール 法務省 いじめ・体罰・虐待等	https://www.jinken.go.jp/goriyouannai_ch/ アクセスはこちらから⇒ 	SOSミニレーターでも相談できます。 ミニレーターは5月～7月の間に 学校で配られます。
チャイルドライン どんな悩みでも・話したいだけでも	0120-99-7777 ※通話料無料	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

あなたは、
かけがえのない
大切な
人間です。

家族のこと
自分のこと
友達のこと…
1人で悩んでいませんか？

自分さえがまんすれば…
なんて思わないで
まず相談しよう！



あなたの気持ちが伝わるように応援します。

【相談先】こども応援サポート室

☎ 03-5803-1900 (電話相談)
月～金 9:00～17:00 (祝日・12月29日～1月3日除く)
(時間外は留守番電話で対応しています。)

✉ b-kodomosupport@city.bunkyo.lg.jp (メール相談)
※右のホームページに相談フォームがあります。



ホームページ

こどもの権利を知っていますか？

こどもの権利は、全てのこどもたちが生まれたときから持っているもので、
こどもたちが健やかに、自分らしく育つために必要なものです。
こどもの権利は、こども、大人、みんなが正しく知って守っていくものです。

こどもの権利 4つの大切な考え方

差別の禁止

こどもの最善の利益

命を守られ成長できること

こどもの意見の尊重



詳しくは区HP
こどもの権利について

LINEなどのSNSやチャットでも悩みの相談ができます

厚生労働省「まもろうよ ころろ」

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/soudan/>



アクセスはこちらから