

# あなた の まわり で そうだん できる大人は・・・

- かぞく や しんせき の人 ひと
- 学校の先生 がっこう せんせい
- スクールカウンセラーさん ひと
- けいさつ の人 ひと
- びょういん の人 ひと
- きんじょ の人 ひと
- じどうクラブの先生 せんせい
- じゅく や ならいごと の先生 せんせい
- しやくしょ の人 ひと



## こんな ことは ありませんか？

- いじめられている と おもう
- からだ の こと が 気になる き
- べんきょう が しんぱい
- かぞく の人 の こと が しんぱい ひと
- じぶん の こと や せいかく が いやになる
- ネット に いやな こと を かかれる
- 学校に いきたい けど いけない がっこう
- なやみ が ある・ すぐにおちこむ
- だれか に はなし を きいて もらいたい
- だれか に そばに いて もらいたい



大人に そうだん を してみてください。でんわ を かけてみてください。

### ◎そうだん を したい とき の でんわ ばんごう

- うずっ子ダイヤル こ  
0800-200-7830 (むりょう)
- よりそいホットライン  
0120-279-338 (むりょう・いつでも)
- こころ と からだ の サポートセンター  
088-672-5200
- 子ども SOS ダイヤル エスオーエス  
0120-0-78310 (むりょう・いつでも)

### ◎ほか の そうだん さき を さがす (※は大人も使えます)



◀そうだんマップ(※)  
(鳴門市)

そうだん まどぐち を さがす ▶  
(こども家庭庁)



◀あなたはひとりじゃない  
チャットボット(内閣府)

おやこ の ための ▶  
そうだんライン(※)  
(こども家庭庁)



# な る と し うずっ子 じょうれい

な る と し うずっ子 じょうれい は  
大人が子どもにするやくそく

かぞく や しんせき の人、先生 や  
きんじょ の人、おみせ や かいしゃ の人、  
しやくしょ の人、  
大人 みんなで あなた が しあわせに  
なれるように がんばります。



鳴門市イメージキャラクター  
(こなるひげ)



◀うずっ子じょうれいのサイト



◀鳴門市の子ども・子育て支援情報のサイト

かぞく の人にも この パンフレット を 見せて あげてね



やくそくってどんなこと？

## 子どもはだれでも...

- きちんといえにすみごはんがたべられます
- じゆうにあそんだりべんきょうしたりやすんだりできます
- ともだちやなかまをつくることができます



## 子どもはだれでも大人に...

- じぶんのはなしをきいてもらえます
- いやなことばからまもってもらえます
- こわい人<sup>ひと</sup>やあいたくない人<sup>ひと</sup>からまもってもらえます
- びょうきやけがをびょういんでなおしてもらえます
- じぶんのかぞくをたすけてもらえます



これはぜんぶあなたが<sup>おとな</sup>できること  
そして大人にまもってもらえることです。



<sup>おとな</sup>大人がやくそくを  
まもらなかつたらどうしよう...?



<sup>おとな</sup>大人にもやくそくをまもれない人<sup>ひと</sup>や  
まもらない人<sup>ひと</sup>がいます。

あなたのかぞくも  
つかれていたり  
いそがしかったりして  
やくそくをまもれない  
ことがあるかもしれません。



そんなときはほかの<sup>おとな</sup>大人が  
きょうりよくしてあなたと  
かぞくをたすけます。

あなたのちかくには  
やくそくをまもる<sup>おとな</sup>大人や  
たすけてくれる<sup>おとな</sup>大人が  
ぜったいいます。



こまったときやつらいときは  
いろんな大人<sup>おとな</sup>にそうだんを  
してみてください。

