

こころの鈴 通信



こんにちは。夏休みは、どうでしたか？
海や山に行って、真っ黒に日焼けした人もいるでしょうね。
また、たくさん本を読んだ人や、勉強をがんばった人もいるでしょうね。
夏休みが終わって、先生や友だちに会うのが楽しみで登校できましたか？
気が重いこともあったかもしれませんね。
これからも、こころの鈴では、みなさんからのお電話やメールをお待ちしています。
あなたのこころの声をきかせてくださいね。



こんな時👉こころの鈴に相談してみよう

夏休みが明けたらなんとなく学校へ行きたくない。

受験生だけど成績が下がってきて心配。

進路を親が決めてしまう。

友だちにLINEで嫌なことを言われた。

好きな子がいるんだけど…。どうしたら良い？

グループで仲良かったのに、私だけひとりぼっちになる。

授業中うるさくて勉強に集中できない。

こころの鈴では一所懸命に皆さんのお話を聞かせていただきます。スッキリした気持ちになったり、解決策が浮かぶかもしれません。私たちと一緒に考えましょう。
秘密は守ります。名前や学校名は言わなくていいですよ。



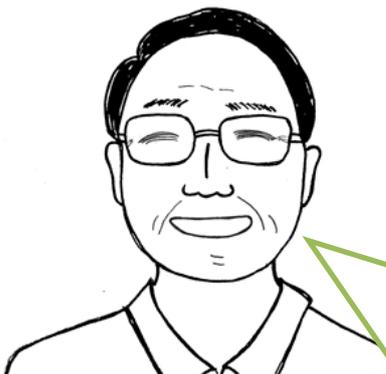
相談員からMessage



メッセージ

松本市子どもの権利擁護委員は、専門的な立場で、子どもの権利を守るため活動しています。

4月より新しい擁護委員の石曾根先生をお迎えしました。



いしぞねまさお
石曾根正勇 先生

私達には毎日いろいろなことが起こります。どうすればいいか悩んでしまうこともよくありますね。
そんな時こそ、“こころの鈴”に電話をしてください。一緒に考えましょう。きっと心が軽くなりますよ。



きたがわかずひこ
北川和彦 先生

他の人に自分の思いや考えを話すことはとても大事なことです。話すことで発見があり、納得があります。
あなたの話は誰にも知られません。一度電話をしてみてください。



ひらばやしゆうこ
平林優子 先生

秋が近くなるとふと思えます。「私ってどんな人？」自分は「私」のことをほんとはよく知っているんでしょうか。
でも、誰かに質問されてみると、これまで考えて見なかった「私」が見えてくることがあります。
「こころの鈴」はあなたとお話するのを待っています。



松本市子どもの権利に関する条例で、大切にしている権利ってどんなことですか？

特に大切にしている権利の中から、今回は、「安心して生きる権利」についてお話します。

それは、戦争や紛争がなく、平和や安全が確保されている中で、子どもみなさんが、「あらゆる差別や虐待、いじめなどを受けて安心して生きていくことができること」です。

自分の嫌なことをされない、いじめを受けない、理不尽な暴力や精神的、性的な虐待を受けないことを約束され、安心して成長することを保障しています。

安心とは、「不安や心配がないこと」です。もし不安な時は、近く信頼できる大人であるお父さんお母さん、先生や子どもの権利相談室「こころの鈴」などに伝えることで、子どもの意思を大切に解決方法を考えていくことができます。

今、そこで起きている嫌なことが、自分の我慢や努力では乗り越えられないこともあります。皆さんが、勇気を持って、気持ちを伝えてみましょう。松本市の大人は、子どもたちの安心を守る責務があり、皆さんの育ちを支援していきます。

安心して生きるって
どんなことだろう？

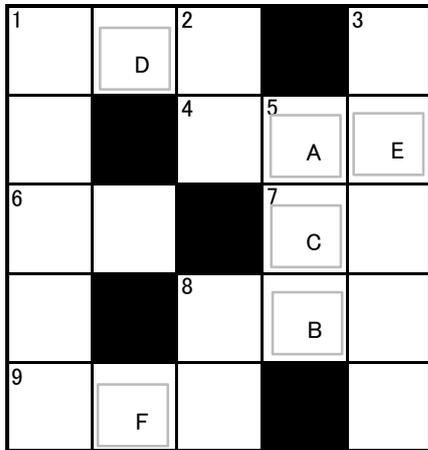
たとえば…

- 命を ⇒ 大切にされる。
- 災害から ⇒ 守られる
- 差別を ⇒ されない
- 暴力を ⇒ 受けない
- いじめを ⇒ 受けない
- 虐待を ⇒ されない
- 嫌なことを ⇒ されない
- ご飯を ⇒ 食べることができる
- 病気の時 ⇒ 適切な手当を受けることができる
- 自分の思いを ⇒ 伝えることができる。聞いてもらえる。
- 未来を ⇒ 考えることができる

～自分のことを、見直してみましょう～



クロスワードパズル



【タテのかぎ】

- 1 私たちが住んでいる市。
- 2 地球の表面で、水におおわれていない部分。地球表面積の約1/4
- 3 イソップ童話では、夏の間歌って過ごし、冬になると食べ物がなくなる昆虫
- 5 丸くて、緑色と黒の縞のある野菜。切ると赤や黄色。波田の〇〇〇は有名。
- 8 動物の中で最も脳が発達していて、言語を持ち、手を巧みに使える。

【ヨコのかぎ】

- 1 おみこしや夜店も出て、にぎやか。花火もあがる。
- 4 病気や傷を治したり、健康を保つために使う。飲んだり注射したりするもの。
- 6 言葉を伝える手段として使われる符号、点、線を組み合わせたもの。象形〇〇なんてのもある。
- 7 「同音〇〇語」。よく漢字検定に出てきます。
- 8 これがないと世の中はまっくら。相対性理論にこの速さが出てきます。
- 9 日本語では「座席、席、観客席」といいます。

A～Fの6つのキーワードを並べた言葉が正解！高さ634mの電波塔。正解は通信のどこかにあります。

保護者の皆さんへ

子どものこと、一緒に考えてみましょう。
そして、子どもと一緒に考えてみましょう。

夏休み、子どもと話す機会がありましたか？
中高生になると、もう、親とは話すことない…って感じの子もいるかもしれませんね。
でも、子ども達はいつも誰かに聞いてほしいことをしまい込んでいても、言葉にするのは難しいことのようにです。
日々の変化を見守りながら、「いつでも、どんなことでも一緒に考えるよ」ってメッセージが伝わると、子どもは心強いと思います。
子どもと一緒に考えて、そして悩んだらお電話下さい、私達も一緒に考えます。

松本市子どもの権利相談室『こころの鈴』

～秘密は守ります～

- 受付時間 月～木・土曜日 午後1時～6時
金曜日 午後1時～8時
- 場所 松本市大手3-8-13
松本市役所大手事務所2階
- 電話で相談 0120-200-195 (無料)
- 会って相談 こころの鈴までお越しいただくか、お電話をください。
- メールで相談
kodomono-s@city.matsumoto.lg.jp



メールアドレスQRコード ⇒