

あなたのこころの空は  
。今、どんな空？

# こころの鈴 ニュース第3号

さわやかな 青い空  
どんより くもり空  
ざわめく嵐の空  
静かな雨の空  
虹がかかる光の空...

どんな空もみんな大切...  
あなたのこころの空  
聴かせてください。

## こころの鈴は...

どの子も自分らしく、すこやかにのびのびと生きていけるよう  
高校生までのみなさんからの **相談** を受けつけています。

苦しい時、困っている時、うれしい時、なんとなく誰かと話したい時  
お気軽に **お電話** や **メール** をください。

また保護者や地域のみなさんの相談も受けつけ、  
共に子どもたちを支えていきます。

**New** 平日の午後の他 **土曜日** も相談できるようになりました。

## 私たちが

## お話しききます

つかほろ ふみこ  
塚原 文子

かけがえのない  
一瞬を大切に  
しよう

かま たえこ  
鎌 妙子

あなたの夢は  
なんですか

中学生の時はバレエ部、高校生の時  
はギター部で、エレキギターを弾いていたよ。  
数学が好きで、古文は苦手だったなあ。

中学生の時はバレエ部をやめて  
英語クラブに転部、英語劇、楽しかったです。  
高校は女子校で、オペラ班の男役にあこがれたナ。

かみじゆ じゅんこ  
上条 順子

誰かに話すと  
楽になるよ

やこう ひとみ  
矢向 ひとみ

恋の相談を  
してね

中高生の時に、いっぱい本を読みました。  
太宰治はほとんど読破!!  
でも成績はあがらなかったなあ...

中学はバレエ部で、厳しいのが嫌だったけど、  
高校は、校則もなくて、先生も信頼してくれて  
楽しかった! 海外も一人で行きました。

子どもの権利侵害に対して、子どもの気持ちを中心に救済や回復を支援します。  
必要がある時は、権利擁護委員の方が、関係者と調整などを行います。

北川 和彦 (弁護士)

平林 優子 (信州大学教授)

こころの鈴が開設した平成25年7月から平成27年3月までの相談件数は300件、  
相談内容が多かったのは、いじめ29%、交友関係21%、心身の悩み16%です。  
話すことによって、心が軽くなり、自分で解決する力がわいてきたり、  
一緒に考えていくうちに、出来事をちがう角度からとらえることができたりします。  
気になることがありましたら、早めにご相談してくださいね



すずちゃん

「つらいな…」「悲しいな…」と思うことの中には、『子どもの権利』を侵害していることがあります。  
 少し勇気を出して『こころの鈴』に相談してみませんか。  
 自分のことでなくても大丈夫です。秘密は必ず守ります。

例えば、こんなことで悩んでいたら…

**学校で…**

- 仲間はずれやいじめ
- 先生のこと、友だちのこと



**家庭で…**

- 家でつらいこと、嫌なこと
- 家族には話せないこと



**部活や習い事で…**

- 怒られること
- 先輩や先生、コーチのこと



電話で・メールで・会って…

**相談する**

どんなことでも、  
まずは相談してみましょう。



**一緒に考える**

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。



**調べる・協力依頼**

解決に向けて関係する人や機関に  
話を聞いたり、協力やお願いをし  
ます。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。



**要請・意見表明**

関係する機関などに改善  
要請や意見表明をすることが  
できます。



**もう大丈夫！安心できたよ**

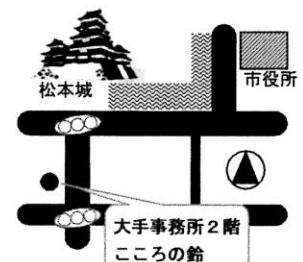
困ったことが出てきたら、また相談  
してください。  
相談が終わっても、必要があれば  
見守り支援をします。



松本市では、すべての子どもにやさしいまちづくりを目指すため、平成25年3月に『松本市子どもの権利に関する条例』をつくりました。子どもの権利相談室『こころの鈴』は、条例第15条により開設しています。

**子どもの権利相談室『こころの鈴』**

- 受付時間 月～木・土曜日 午後1時～6時 / 金曜日 午後1時～8時
- 電話で相談 TEL 0120-200-195
- メールで相談 kodomo-s@city.matsumoto.nagano.jp
- 会って相談 松本市大手3-8-13 松本市役所大手事務所2階 までお越しください。



「こころの鈴ニュース」についてのお問い合わせは 松本市役所 こども部 こども育成課 育成担当(TEL0263-34-3291) まで