



# 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
- じゆく 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すか？

- いじめられているとおもう
- からだのことが気になる
- べんきょうがしんぱい
- かぞくの人のことがしんぱい
- 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けられる
- 学校にいきたいけどいけな
- 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。

# 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 なるように がんばります。



鳴門市イメージキャラクター (にるみけ)

### ◎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 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)
- と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 0120-0-78310 (むりょう・いつでも)

### ◎ほかのそうだんさをさがす

- ◀ 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(内閣官房)
- ▶ おやこのための そうだんライン(※) (こども家庭庁)



◀ 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



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
- こわい人ひとやあいたくない人ひと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できること  
そして大人おとなにまもってもらえることです。



おとな 大人がやくそくを  
まもらなかったら どうしよう...?



おとな 大人にもやくそくをまもれない人ひとや  
まもらない人ひとがいます。

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大人おとなが  
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  
やくそくをまもる大人おとなや  
たすけてくれる大人おとなが  
ぜったいいます。



こまったときやつらいときは  
いろいろな大人おとなにそうだんを  
してみてください。

