さがみみ（さがみはら子どもの権利相談室）
2026年度　No.2
（小学生版）

さがみみレター





こんにちは！ **さがみみ**です

みなさんこんにちは
さがみみでマスコットキャラクターをしている
「さがみみちゃん」です。
もうすぐ1歳になります。
さがみみは、みなさんの気持ちを大切にする相談室です。
つらい時、困った時は一人でがんばらなくてもいいのです。
おはなしきかせてくださいね。待っています。
今回は、さがみみの相談の流れを紹介します。

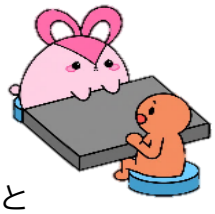
★ 相談の流れ ★

1 相談する

あなたのお話をじっくり聴きます。
あなたの気持ちを受け止め大切にします。

2 一緒に考える

どうしたらいいか、一番いい方法は何かを一緒に考えます。



3 安心・解決する

あなたが納得できる、安心できることをめざします。

4 調べる・調整する

さがみみが解決のために関係する人にお話や協力をお願いすることもあります。



あなたの大切な子どもの権利（抜粋）

安心して生きる権利
命が守られ、安心してくらせること

心身ともに豊かに育つ権利
学んだり、遊んだりして、のびのびと成長できること

自分を守り、守られる権利
いじめや体罰など心や体が傷つくことから守られること

地域および社会に参加する権利
自分の意見を言ったり、地域や社会の活動に参加したりできること



ウラもみてね

「権利の木～あなたの声を聴かせて～」
プロジェクト第２段
「あなたの夢」を教えて？



○ 電話番号:0120-786-108(通話無料)

○ 受付期間:11月30日(月)まで

○ お話の長さ:1分くらいで OK！

○ 名前は言わなくても大丈夫！

集まった声は「権利の木」にデザインして、青少年学習センター内「ラウンジ」に掲示します。受付に「電話したよ」と声をかけてくれればプレゼントをさしあげます。

まってるよ～！

○ 電話のかけかた

▸ あなた:0120-786-108に電話をします。

▹ 相談員:「こんにちはさがみみです」

▸ あなた:「私の夢は○○です」

▹ 相談員:「聴かせてくれてありがとう」

▸ あなた:電話を切る。

・相談員があなたの声をしっかり受けとめます。
・相談室がお休みの日は留守番電話が流れるので、そのまま録音してください。
☆困ったことがあったら相談もできます。

自分の意見を言う練習、
困ったときにさがみみに電話をする
練習だと思って
気軽に参加してね！



＜保護者の方へ＞
昨年も行いましたがこの取り組みは、子どもが自分の意見を自由に表現すること、「意見表明」が権利であることへの理解を育むことを目的としています。
また、「困ったときに誰かに話す」ための電話相談の練習でもあります。
ぜひご家庭でもお子さんの参加にご協力ください。

つらいとき 困ったときは 1人でがんばらなくていいよ おはなし聴かせて

さがみみ(さがみはら子どもの権利相談室)

子ども専用
(通話無料)

0120-786-108
(大人の方 042-786-1894)



相談時間　月～金 13:00～20:00 土 10:00～17:00
※祝・休日、年末年始、青少年学習センターの休所日は お休みです。

相談方法　電話か面談 ※面談は予約制

場所　相模原市立青少年学習センター内
(中央区矢部新町3-15)

相談の予約ができます

どんなお悩みも聴いています。
うまくいかないこと、
モヤモヤする気持ち、
イライラやさびしさ‥
名前は言わなくても大丈夫。
秘密を守ります。