

さがみみ (さがみはら<sup>こ</sup>子どもの<sup>けんり</sup>権利<sup>そうだんしつ</sup>相談室)

はい!  
さがみみです



# さがみみレター

こんにちは、さがみみです。

みなさんは、「困<sup>こま</sup>ったな」「嫌<sup>いや</sup>だな」と感じたときどうしていますか？

そんなときは

## さがみみに

でんわしてみよう!

ちなみに  
0120-  
786-108



4

こまったな...  
どうすれば  
いいんだろう...



1

じぶんのほなしをきいて  
くれるところがありました!

もしもし?



3

いやなことがあったから、  
だれかにそうだんしたいんだ

どうしたの?



2

たとえばこんなとき

\*ほんとうは、なかなかおいしたいんだけど... \*無<sup>む</sup>視<sup>し</sup>されちゃった...

\*「やめて!」といってもやめてくれない \*家<sup>いえ</sup>にいても落<sup>お</sup>ちつかない

**0120-786-108** に電話<sup>でんわ</sup>してみよう!

なまえは言<sup>い</sup>わなくても大<sup>だい</sup>丈<sup>じょう</sup>夫<sup>ぶ</sup>。ひみつは守<sup>まも</sup>るよ。電話<sup>でんわ</sup>や相<sup>そう</sup>談<sup>だん</sup>は無<sup>む</sup>料<sup>りょう</sup>です。

つらいとき、困ったときは、一人でがんばらなくてもいいよ おはなし聞かせて

**さがみみ** ☎ **0120-786-108**

(さがみはら 子どもの権利相談室)

# げんき 元気のないあなたへ

わたし さい むすこ み どうが げんき  
私の4歳になる息子がよく見ているユーチューブ動画は「みんな元気ー？」  
という言葉で始まります。みなさんは元気に過ごしていますか？

もし、げんき ひと、その理由が「仲間はずれにされた」「嫌なことをいつ  
も言われる」とか、「だれも自分の気持ちを分かってくれない」「自分の気持ち  
を話せる大人がいない」という時は、さがみみに電話してね。みんなの「じい  
じ」や「ばあば」くらいの年齢の優しい大人が電話に出て、どうしたら元気が  
出るのか一緒に考えてくれるよ。

なかやすきゅうさいいいん  
(中安救済委員)

さがみはらし  
相模原市のホームページでも  
さがみみレターを公開中！！  
これから時々掲載していくので  
ぜひ見てください



ホームページはこちら

そうだんじかん げつ きんようび ここじ ここじ  
相談時間 月～金曜日は、午後1時～午後8時

どようび ごぜんじ ここじ  
土曜日は、午前10時～午後5時

やす しゅくきゅうじつねんまつねんし  
休みは 祝 休日 年末年始

せいしょうねんがくしゅう きゅうしよび  
青少年学習センターの休所日

