

# お役立ち情報

## ●子育てについての情報

### 🌸 せたがや子育て応援ブック

妊娠時から小学校入学までの子育てについての情報をまとめたガイドブックです。各総合支所子ども家庭支援センターや健康づくり課などにあります。



### 🌸 せたがやのじどうかん

区内25か所にある児童館についての情報をまとめた冊子です。児童館や青少年交流センターなどにあります。



## 🌸 Cheer! ~わかものライフガイド~

主に中高生から39歳までの若者が利用できる施設の紹介や役に立つ支援情報をまとめた冊子です。青少年交流センター・児童館・図書館などにあります。



## 🌸 ひとり親家庭についての情報

離婚を考えている方にも役立ちます

くらし、年金・手当、すまい、仕事、各種優遇制度、相談など、ひとり親家庭のための支援をまとめた区のホームページがあります。

世田谷区  
ひとり親支援



## こどもの権利をまもる

# せたホッと

かならず必ず守ります。困ったとき、つらい・イヤだと感じたときは、話してみませんか。

「せたホッと」は、世田谷区内に住んでいたり、学校や仕事で世田谷区に通っている18歳未満（※）の子どもの権利を守るところです。

※高校などに通っている場合は、18・19歳も含まれます。

### ◆相談時間 いつ?

げつ ぶんよう ごご じ じょう げんじ ごと じ  
月～金曜：午後1時～8時、土曜：午前10時～午後6時  
(日曜、祝・休日、年末年始をのぞく)

### ◆相談方法 どうやって?

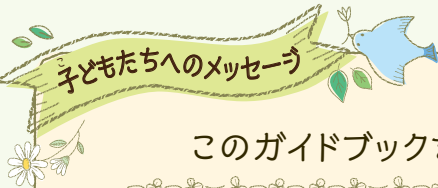
TEL 0120-810-293 (無料)

FAX 03-3439-6777

〒156-0051世田谷区宮坂3-15-15

子ども・子育て総合センター3F  
せたホッと あて

メール ホットにきゅうさいメール



## このガイドブックを読んでいるあなたへ

読んでくれて、ありがとう。

もしかしら、今あなたは、だれにも心配をかけないようにひとりで悩んでいたり、どうせ何も変わらないと思っていたりするかもしれない。

でも、もし困っていたら、あなたのことを少しでもわかってもらえそうな大人児童館や青少年交流センター、学校の人、親せき、家族などをちょっとだけ頼ってもらえませんか。

このガイドブックのマンガのように、すぐにはうまくいかないかもしれない。だけど、困っているあなたがひとりぼっちにならないように、いっしょに考えたい。あなたは、かけがえのない大切な存在だから。



LINE登録募集中!

ヤングケアラーの子どもや若者が、気軽につぶやいたり相談などもできるLINE窓口のことです。元ヤングケアラーや、様々なサポートの専門家の人たちがお返事します。