

せたがやくこ じんげんようご きあかん
世田谷区子どもの人権擁護機関

せた ホツ と

はがき相談

ひとりがんばらなくて
いいんだよ
あなたからのはがき、待ってるね！
そのほかに
電話、メール、手紙、FAX、
会っても相談できるよ
ひみつはまもるから安心してね



マスコットキャラクター
なちゅ

電話



フリーダイヤル ホツとにきゅうさい
0120-810-293

※携帯電話・公衆電話からも無料でかけられます。

FAX



03-3439-6777

メール



子ども相談メール携帯用
入力フォーム
<https://www.city.setagaya.lg.jp/mobile/inquiry/mailform999992.html>



会って
手紙



〒156-0051 世田谷区宮坂3-15-15
子ども・子育て総合センター3階
せたがやホツと子どもサポート あて

相談
時間

月～金：午後1時～午後8時
土：午前10時～午後6時
(日曜・祝日・年末年始をのぞく)

郵便はがき

1 5 6 8 7 9 0

料金受取人払郵便



差出有効期間
2025年5月
31日まで

(切手不要)

(受取人)

世田谷区宮坂3-15-15

子ども・子育て総合センター3階

せたがやホツと子どもサポート あて



コーナーカット

せた ホツ と はがき相談の出し方

1 相談したい
ことを書く



2 ひだりめん
左面のシールを
はがす



3 書いたところが
かくれるように
はりあわせる



のりは
つかわ
ないでね

4 「キリトリ」の
点線で切り取る



5 ポストに出す



切手は
はらないで
だせるよ



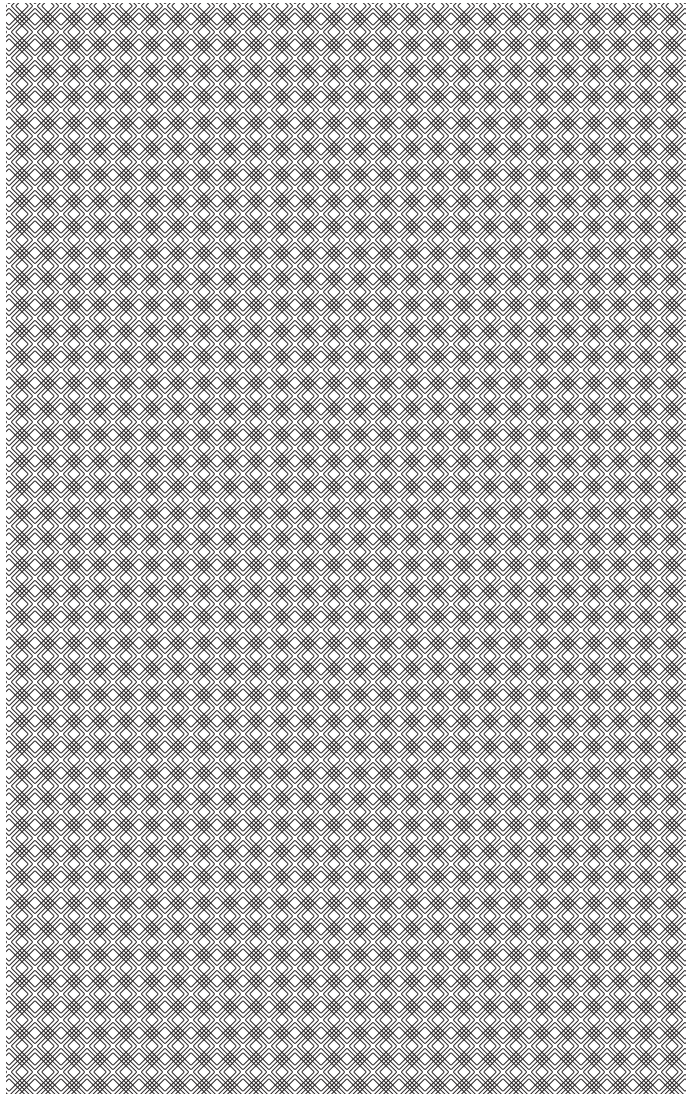
困っていることを
すぐにかいけつしたいとき、
返事が早くほしいとき、
はがきを出してから2週間まっても
返事がこなかったとき、
そんなときは電話してね！



※このはがきは一度開けると、跡が残ります。

子どもの人権擁護啓発ハガキ 表

M C M Y K 304×6inc 230410 修正/初校



いやだったことや困っていること、「せたホッと」と一緒にいかいけつしたいことを書いてね。
返事が早くほしいときは、電話で相談してね。

「せたホッと」から返事がほしい人はなまえや連絡先をわすれずに書いてね。

「せたホッと」からの返事は？〈○をつけてね〉

てがみ手紙がほしい 住んでいるところに 電話がほしい 返事は いらぬい

がっこう 学校に

| | | | |
|-----------------|---------|---------|--|
| みょうじ | なまえ | | |
| がっこうめい 学校名 | ねん 年 | くみ 組 | |
| ず 住んでいるところ | | | |
| でんわばんごう 電話番号 | | | |

せたホッと?? とは?



せたがやホッと子どもサポート
困っている子どもを助け子どもの権利をまもる相談機関です。

こんなときは相談してね

| がっこう 学校で | かてい 家庭で | ほか その他にも |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 仲間はずれやいじめ 友だちとケンカした 先生のこと | <ul style="list-style-type: none"> 家でのつらいこと、嫌なこと 家族に話せないこと | <ul style="list-style-type: none"> 自分のこと 習い事、アルバイトのことなど |

なんでも相談してね!

「せたホッと」にできること

一緒に考える

あなたの気持ちや意見をじっくりきくよ。いちばん ほうほう 一つだけ 一番よい方法を一緒に考えるよ。

調べる、協力してもらう

まわりのおとなや友だちから話をきいたり、協力をお願いすることができるよ。あなたの意見や気持ちをかわりに伝えることもできるよ。

要請、意見表明

もっとよくしていくために、関係する機関などにかいぜんようせい いけんようめい 改善要請や意見表明をすることもできるよ。

もう大丈夫。安心できたよ。

困ったらまた相談してね。安心できるまで見守るよ。

きにゅうれい
記入例

いやだったことや^{こま}困っていること、「せたホツ」と
いっしょにかいけつしたいことを書いてね。
返事が早くほしいときは、電話で相談してね。

おともだちからいやなことをいわれて
「やめて」といっても、やめてもらえない。
せんせいやおやにもはなしていない。
じぶんでなんとかしたいんだけど、どうし
たらいいかわからない。

「せたホツ」から返事がほしい人はなまえや連絡先
をわすれずに書いてね。

「せたホツ」からの返事は？〈○をつけてね〉

手紙がほしい
 住んでいるところに
 学校に
 電話がほしい
 返事は
 いらない

みょうじ **せたほ**

なまえ **なちゆ**

がっこうめい
学校名 **○▲小学校**

ねん
1 年 10 組

す
住んでいるところ

せた谷区宮坂 3-15-15

でんわばんごう
電話番号 **0120-810-293**

ここからはがしてください