

家族や友達、学校の先生にも言えないことってあるよね。時間が経つと、どんどん辛くなってきたり…相談すると誰かに迷惑をかけると思うかもしれないけど、そんなことはないよ。自分だけでなく家族や友達を救うことにもつながるから、一人で抱え込まないで相談してきてね。 ※匿名でも大丈夫だよ

**かながわ子ども・若者総合相談センター** ☎242-8201 火～日曜 9時～12時/13時～16時  
(神奈川県立青少年センター) ※年末年始を除く

悩みことはあるけれど、どこに相談すればいいかわからない…  
そんなときは、まず連絡してみよう。

**よこはま子ども虐待ホットライン** ☎0120-805-240 24時間 365日

親から暴力を振るわれる、親同士のケンカが収まらずに怖い、ご飯を食べさせてもらえない、  
親から性的な関わりを求められる…など  
そんなときは、一人で悩まず相談してね。

**ユーステレホンコーナー** ☎641-0045 平日 8時30分～17時15分  
(神奈川県警察少年相談・保護センター) ☎0120-45-7867 ※祝日、年末年始(12/29～1/3)を除く

いじめや犯罪被害などに関する相談を受けているよ。

**いじめ110番** ☎0120-671-388 24時間 365日  
(教育総合相談センター) ※対象:小・中学生

いじめや困ったこと、悩みなどについて相談員と一緒に考えるよ。

**学校生活あしんダイヤル** ☎663-1370 火・水・木・金曜 9時～12時/13時～16時  
(教育総合相談センター) ※対象:小・中学生 ※年末年始など、お休みをすることがあります

いじめや不登校に悩んでいる。でも、学校には相談しにくい…  
そんなときは一人で抱えず、相談してみよう。  
スクールソーシャルワーカーがどうしたらよいかと一緒に考えるよ。

**にんしんSOSヨコハマ** ☎662-5524 365日 10時～22時

もしかしたら妊娠したかもしれない。でも、誰にも相談できない…  
そんなときは、ここの電話してみよう。看護師さんたちが相談にのってくれるよ。

**横浜市消費生活総合センター** ☎845-6666 9時～18時(土・日曜は16時45分まで)  
※祝日・休日、年末年始(12/29～1/3)を除く

サイトにアクセスしたらいきなり登録完了と表示された(ワンクリック詐欺)、身に覚えのない高額請求がきた(架空請求)、簡単に高収入が得られると言われてだまされた(サイドビジネス商法)などの被害にあったら相談してみよう。

# いそごくせいしょうねんけんぜんいくせいししん 磯子区青少年健全育成指針

子ども向け

学校・家庭・地域とのつながりから未来の磯子を育もう

～大切にしよう! 「きずな」と「ほだし」～



**きずな** … 人と人とのつながり

友達ともっと一緒にいたいなど、相手との関係を心地良く感じるつながりだよ。

**ほだし** … 行動を制限されるつながり

見たいテレビ番組があるのに「早く寝なさい」って言われたり、したいことを制限されたりして、相手との関係をわずらわしく感じるつながりだよ。

## きすなとほだしてなんだろう？

それぞれ異なる意味を持つ言葉だけど、漢字で書くとどちらも「絆」と表わすことができるとともに「深いつながり」を意味する言葉なんだよ。



大切にしよう！「きすな」と「ほだし」って書いてあるけど、わずらわしく感じるのなら「ほだし」は、ない方がいいって思うよね。

けれどもその「ほだし」に感じる行動は、それだけ君のことを大切に思ってくれているからこそなんだ。

つまり、「きすな」と「ほだし」はどちらも「君のためにしている行動」であって、それだけその人と「深いつながり」があるからなんだね。

だから君たちには、この「きすな」と「ほだし」を大切にしていってもらいたいと思っているんだ。

家庭で、学校で、地域でできることをして、一人でも多くの人と深いつながりをつくっていきましょう！



## 家庭でできること

～なんでも相談できる家庭をつくろう～

- 一日の出来事を話してみよう
- 恥ずかしがらずに感謝の気持ちを伝えてみよう
- 困ったときには友達に相談するだけでなく、家族にも相談してみよう
- 決まり事をしっかりと守ろう



## コミュニケーションって何？

「コミュニケーション能力を高めよう」など、コミュニケーションの重要性を目(耳)にすることは、たくさんあるんじゃないかな？

改めて「コミュニケーション」って何か考えてみよう！話すこと、つながること、ふれあうこと…などなど、これらは全て正解だけど、実はもっと大切なことがあるんだよ。それは、お互いの気持ちを共有して、分かち合うこと。

例えば明るく話をしているけれど、悲しげな顔をしていたら心配になるよね。コミュニケーションは会話だけでなく、表情、口調、声のトーン、仕草など、たくさんの情報から相手を理解しているんだね。

コミュニケーションのコツは、上手に話すことでも、滑舌よく話すことでもなく、相手の気持ちを分かち合おうとすることが大切なんだよ。

気持ちを共有して、分かち合うこと。大切にしていこうね。



## 地域でできること

～笑顔あふれる元気な地域をつくろう～

- 元気にあいさつをして、地域の人の関係づくりをしよう
- 困っている人がいたら、できることを手伝おう
- 地域のイベント(防災訓練・お祭り)などに家族や友達を誘って参加しよう



## 学校でできること

～みんなが楽しく過ごせる学校をつくろう～

- 友達の考えや思いをしっかりと受け止めよう
- いじめを見たら、勇気を持って大人に相談しよう
- 誰かが困っていたら手を差し伸べよう
- 自分のことも相手のことも大切にしよう

