



こども・ほっとそうだん 通信 第7号



一学期もあと少しで終わり、もうすぐ夏休みですね。みなさんは、夏休みをどうすごしますか？

『こども・ほっとそうだん』が大切にしている、「こどもの権利」のひとつに、「休み、遊ぶ権利」があります。

こどもは、休んだり、遊んだり、スポーツや文化・芸術活動に参加したりする権利をもっています。



(「子どもの権利条約」第31条)自分の時間を持てずに、いそがしく過ごしていませんか。つかれていませんか。

みなさんは、自分で、心身の調子を整えるために、何かしていますか？睡眠時間をしっかりとる、栄養をとるなどのことから、だれかと話す、歌う、趣味のことでいいですし、推し活も、気持ちがあがりますよね。

自分の心身の調子を、まずは良く観察し、気持ちが落ち着くこと、あがることを知り、自分のために取り入れてみてください。自分で自分をご機嫌にする方法を知っていることは、これからの強みになると思います。

せっかくの夏休み、誰かに決められたことや、やらなきゃということだけでなく、あなた自身がやってみたいことをする(休むことも)時間をとってみてくださいね。

さて、**問題です！**この通信の中に、ぽぼたんはいくついる？答えは、アンケートフォームにいくとわかります。

アンケートフォーム



★夏休みも『こども・ほっとそうだん』は開いています。話したいことがあったら、いつでもお話を聞かせてください。

こどもの権利4つの原則

差別の禁止

性別・人種・障害あるなし・宗教・親がどんな人かなど、どのような違いがあっても差別されない

ミニレター、とどいた？
ミシン目にそって切り取り、折ると、
カードの大きさになるよ。かばんなどに
入れて、とっておいてくれると
うれしいな。

こどもの最善の利益

こどもにとって最も良いことは何かを
いつも一緒に考える

命を守られ成長できること

安全なところで、生まれ持った力を伸ば
しながら教育をうけて成長できる

こどもの意見を大切にすること

こどものことについて自由に意見を言い、成長
にあわせて大切にされる



©むさしのフロントあさか

☎ 048-423-4120

専門の相談員は水曜日・金曜日

午前9時30分～午後4時30分 ※祝日、年末年始はお休みです。



相談フォーム

◆相談方法◆

電話

会って相談
(予約してね)

手紙

相談フォーム

