

子どもの人権 SOS

ミニレター

悩みを教えて！
必ず力になるよ！

小学生用



人権イメージキャラクター
「人KENあゆみちゃん」

人権イメージキャラクター
「人KENまもる君」

悩みがあったら
手紙を書いてね

ひみつは
守るよ

子どもの人権 SOSミニレターって？

あなたの悩みを、あなたの力になってくれる人が読んで必ず返事をくれる手紙だよ。
どんな悩みでもいいから、この裏面に相談したいことを書いて、気軽に送ってね。
お友達が困っているときも相談してね。(切手はいらないよ!)

どんな人が返事をくれるの？

みなさんの人権を守る仕事をしている法務局の職員や人権擁護委員が返事をするよ。

人権ってなに？

人権とは、人が幸せに生きるための権利で、みんなが生まれたときから持っている大切なものだ。みんなが思いやりの心を持って守られるものだ。でも、言葉や暴力で傷つけられたり、仲間外れにされたりするのは、人権が守られていないということ。そんなときは、このミニレターを使ってね。

この冊子には、SOSカードの横に音声コードが印刷されています。
専用の読み上げ装置で読み取ると、記録されている情報を音声で聞くことができます。

東京法務局・東京都人権擁護委員連合会

SOSミニレターはこんなふうにつかってね!

- 1 困っていること、悩んでいることがある人は...
- 2 それをSOSミニレターに書いて、送ろう!
- 3 手紙が電話であなたに返事が来るよ!

例えば

- 友だちからいじめられている
- SNSやインターネットで悪口を書き込まれた
- 暴力を受けて悩んでいる
- 学校や家、その他のことで悩みがある

SOSミニレターの他に、電話やメールで相談することもできるよ。

電話で相談

電話料金はかからないよ。携帯電話・スマートフォンからもかけられるよ。

子どもの人権 110番

フリーダイヤル 0120-007-110

通話無料

相談時間：月曜日～金曜日 午前8:30～午後5:15 ※土曜日、日曜日、祝日、平日の時間外は留守番電話です。

メールで相談

法務省のホームページでも相談を受け付けているよ。

子どもの人権 24時間受付 SOS-eメール

https://www.jinken.go.jp/kodomo

インターネット人権相談

こちらからでもアクセスできるよ

LINEでも相談を受け付けているよ。

LINE

LINEじんけん相談

@snsjinkensoudan

こちらから友だち追加してください

子どもの人権 SOS カード

いつでも持っていてね!

困ったことをなんでも相談してください。

通話無料 子どもの人権 110番

フリーダイヤル 0120-007-110

相談時間：月曜日～金曜日 午前8:30～午後5:15

※携帯電話・スマートフォンからもかけられます。
※あなたの近くの法務局につながります。
※土曜日、日曜日、祝日、平日の時間外は留守番電話です。



SOSミニレターの送り方

①メッセージを書いたら、真ん中のきりとり線で切りはなします。

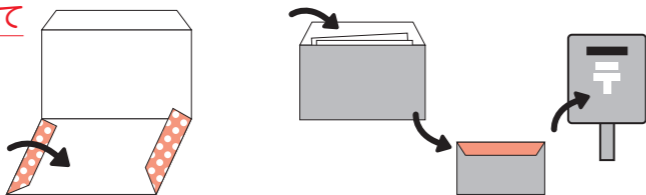
②下のカードを切りはなし、封筒を切り取ります。

きりとり
やまおり
番号順に折って、封筒を作ってね。



③やまおり線を順番に折り、「のりづけ」と書いてあるところにのりをつけて封筒を作ります。のりをつけて、しっかりはってください。

④のりが乾いてから手紙を封筒に入れて封筒の中から手紙が出てしまわないように、しっかりのりではってからポストに入れてください。



切手は2021年6月30日までいりません。

やまおり③

きりとり①

きりとり②

1028790

209

東京都千代田区九段南1-1-15
九段第2合同庁舎

東京法務局人権擁護部
(小学生用)

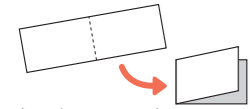
切手は2021年6月30日までいりません。

やまおり④



困ったときに相談できる
連絡先カードです。

切り取って、
いつも持っていてね。



切り取って2つ折りにすると
カードになるよ。

インターネットでも相談できます。

子どもの人権 **SOS=eメール** 24時間受付

インターネット人権相談 **検索**

<https://www.jinken.go.jp/kodomo>

※申し込んだ後に、相談内容を書き込むためのURLアドレスが送られてきます。

こちらからでも
アクセスできるよ



東京法務局
東京都人権擁護委員連合会

あなたのことを 教えてください。	ふりがな 名前	性別
学校名	年	組
返事はどの方法が いいですか?	<input checked="" type="radio"/> 手紙がよい <input type="checkbox"/> あなたのお家 <input type="checkbox"/> 学校 <input type="checkbox"/> その他 () <input checked="" type="radio"/> 電話がよい(お電話できるのは月曜日～金曜日午前8時30分から午後5時15分までです) <input type="checkbox"/> あなたのお家 <input type="checkbox"/> 自分の携帯電話(メールでは返信できません) <input type="checkbox"/> その他 ()	
返事がほしい場所の住所や電話番号を間違えないように最後まで書いてね。 〒住所	電話番号 ()	(ここには何も 書かないでね。)

困っていること、悩んでいることは?

いじめのこと いじめ以外の学校のこと お家のこと その他

今の気持ちは?

こまったー 😞 こわい… 😬 いやだ! 😡 かなしい 😔

今、困っていること、悩んでいることを書いてね (いつ、だれに、何をされましたか?)

Handwriting practice area with multiple horizontal dashed lines for writing.

手紙に書いた内容を誰が知っていますか?

家族: 誰が? () 先生 友だち
 その他: 誰が? () 誰も知らない

書ききれないときは別の紙に書いて一緒に送ってね。