

こまったときはひとりでがまんしないでだれかに話してみよう

もし、自分の心がきずついてかなしかったり、こまったことがあったら、がまんしないで、だれかに話してみよう。

お話しできる人や場所

学校の先生や家ぞく	こども相談室	こどもの人権110番(法務省)
まずは先生や家ぞくに話してみよう。	学校のそだん室で、カウンセラーに話を聞いてもらえます。	時間：月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分（祝日、年末年始は休み） 電話：0120-007-110

三鷹しやくしょでもお話を聞いてもらえます

ひみつはまもります！

◇人権そうだん

時間：月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分（祝日、年末年始は休み）
電話：0422-29-9032

※ しやくしょの人がお話を聞いて、いっしょに考えます。法律のせんもんかがお話を聞くこともあります。

◇人権ようご委員による人権・身の上そうだん

時間：毎月第3水曜日午後1時30分～4時30分（祝日は休み）受付は3時30分まで
場所：三鷹市野崎1-1-1 三鷹市役所2階 そうだん・じょうほうか

※ よやくはいりません。この時間に来てください。

◇三鷹市子ども家庭支援センターりぼん

時間：月～金曜日、午前8時30分～午後5時（祝日、年末年始は休み）
場所：三鷹市下連雀9-11-7 教育センター2階
電話：0422-40-5925

※ 家ぞくのこと、自分のことなど、こまっていることを聞いてもらえます。



みんなが人権を大切にすれば、三鷹市はもっとすてきなまちになります。わからないことやこまったことがあったら、だれかに話してみてくださいね。みんなでやさしいまちを作ってください！

発行

三鷹市企画部企画経営課 平和・人権・国際化推進係
〒181-8555 三鷹市野崎1丁目1番1号
TEL：0422-29-9032（直通）FAX：0422-29-9279
E-mail：kikaku@city.mitaka.lg.jp

令和7（2025）年3月発行

みんなが大切にされるまち三鷹

～みんながしあわせなまちを作ろう～



みなさんは人権ということばを聞いたことがありますか？

人権とは、みんなが生まれたときからもっている、自分らしく、しあわせに生きるための大切な権利のことです。

令和6（2024）年4月に、三鷹市は『人権を大切にするまち』になるために、まちのみんながまもるべき大切なルール（人権を尊重するまち三鷹条例）を作り、みんなが暮らしやすいまちを目指しています。

