

「頼りになりそう」を探してみよう

社会の中にある
あなたにとって「頼りになりそう」な
相談先を調べてみましょう！



このアクティビティでは、インターネットで検索を行います。
なるべく事前に「情報モラル」について学習してから取り組みましょう。

安心して参加できるように

今日の約束



一人ひとりの意見や考えを大切にします。



相手を一方的に否定したり、ばかにしたり、攻撃したりしません。



話したくないことや言いたくないこと、個人的なことは話しません。



今日ここで、だれが何を話したのかを他の人に言いふらしたりしません。



みんなが参加し話せるように協力します。



みなさんは、
こまった時に子どもが相談できる
相談先を知っていますか？

学校や地域のなかで、
相談先のカードやポスターを
見たことはありますか？



1人ではかかえきれない問題も・・・

そんな時、社会の中には、みなさんの力になってくれる人・場所もあります。

このアクティビティの流れ

「こまったこと」を1つ選び、
相談できそうな窓口・団体をオンラインで探す練習をしてみましょう！

1

「こまったこと」を
1つ選ぶ

2

検索ワードを
考える

3

検索して相談先を
見つける



※この後のスライドから選んでも、自分が調べたいことを調べるのでも、どちらでもよいです。

次の3つの「こまったこと」から1つ選ぼう

「もしこれが自分だったら・・・？」
「友だちがこの事で悩んでいたら・・・？」
と想像しながら考えてみましょう

選んだ「こまったこと」について相談できるところを、
この後のステップで調べます。



学校の「こまったこと」

こまったこと
その1

たとえば・・・

友だち

部活動

進路

制服

教材費

勉強

人間関係



家族や家の「こまったこと」

こまったこと
その2

たとえば・・・

プライバシー

塾(じゅく)のお金

習い事

家族の世話

人間関係

十分なお飯

居場所



暴力

社会の「こまったこと」

こまったこと
その3

たとえば・・・

性

見た目

ジェンダー

障害

差別

外国ルーツ

ハラスメント
(パワハラ・セクハラなど)

SNS



「こまったこと」を1つ選んで、 ワークシートに番号を書こう

1

学校のこと

2

家族・家のこと

3

社会のこと



「○○でこまっているAさん」という設定を
自分で作ってみてもいいよ！

「こまったことを話したい」、相談先を探す前に… 自分にとって話しやすい方法を考えてみよう

例えば
次のような方法でも
相談できるよ！



いろいろな相談方法 どれが話しやすそうかな？



対面

- ✓ 直接会って話をする
- ✓ 相手の様子もわかる



電話

- ✓ 顔を合わせずに人と話せる
- ✓ アプリ電話を使っているところも



メール

- ✓ 自分で考えをまとめて送れる
- ✓ 細かなやりとりは不向きかも

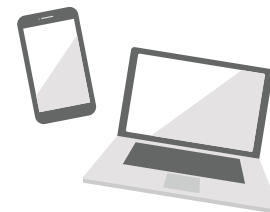


チャット

- ✓ ネット環境があればOK
- ✓ 短いやりとりで話していく



次のステップの前に・・・このウェブページの一番下にある
「困ったときの相談窓口」も見てみよう！



「こまったこと」について「頼りになりそう」な 相談先をオンラインで探してみよう

ワークシートと検索画面を
取り出してみよう！



この後、インターネットで検索を行います。
なるべく事前に「情報モラル」について学習してから取り組みましょう。

オンラインで検索するヒント

1

まず、検索に使う言葉（検索ワード）を考えて、ワークシートに書いてみよう。
「何について」「だれが」「どのように」相談したいかを検索ワードにしてみよう。

例 学校 人間関係 高校生 チャット 相談

3つの
「こまったこと」から

「こまったこと」の
例から

相談する人

相談方法

検索ワードに「相談」は必ず含めておくとうれしそう！

単語の場合、1つ1つのワードの間に空白（スペース）を入れることも忘れずに。

「学校の人間関係について高校生がチャットで相談できる」と文章で検索してもOK。



2

検索画面に、検索ワードを入力して調べてみよう。

今回は、公的な相談窓口やNPO・NGOなどの専門団体を探してみよう。

ワードの間には空白（スペース）を忘れずに！

検索ワードに「相談」は必ず含めよう！

「学校の人間関係について高校生がチャットで
相談できる」と文章で検索してもOK。

頼りになりそうな相談窓口・団体を1つ選んで、相談先の名前を書いておこう。

探したことをグループで共有しよう

① 選んだ「こまったこと」 ② 探した相談先を話そう

探した相談先は、
特に大切な4つの「子どもの権利」を
守っているかな？
お互いにチェックしてみよう！



グループで話し合ったことを 全体で共有してみよう

どのような「頼りになりそう」な
相談先が見つかったかな？



権利を守る「仕組み」について



みなさんに覚えておいてほしいこと

自分1人では対応できない、
どうしたらいいのか
わからない「こまった」とき
「助けて」「手伝って」と
声をあげていい！



何にこまっているのか、うまく言葉にできなかったり、
どうしたいのか決まっていなくても、相談して大丈夫！
「頼りになりそう」な相談先と、一緒に考えていくことも、きっとできます

人権・子どもの権利のキホン

どこにいても

だれであっても

どんな時でも

子どもの権利は、
18歳までのすべての人に、
どこでも・だれでも・いつでも
無条件にあります*

*人権の普遍（ふへん）性、無差別・平等性ともいいます。



人権・子どもの権利は、 国際条約などで法的に定められています

生まれ育った環境や人の気持ちなどの
「偶然(ぐうぜん)」に左右されないよう、
社会の仕組みとして、人権は保障される必要があります



さまざまな権利を保障するための 多くの「仕組み」があります

- ✓ 国の法律、だれでも使える公的な制度
- ✓ 自治体・地域ごとの取り組み
- ✓ NPO・NGOなど民間団体の活動

先ほど調べた相談先も、
この「仕組み」の
一つかもしれないね！



こまっているとき、
自分一人では対応できない
色々なこと…
「助けて」、「手伝って」と声をあげられる
仕組みがあるんだね！

特に大切な4つの権利は どの仕組みにおいても大事

2条

人種・性・国籍・障害
などで差別されない



3条

子どもにとって最も
よいことを考えてもらう



6条

生きる・育つ



12条

意見を聴かれ、
正当に重視される



探した「相談先」は、特に大切な4つの「子どもの権利」を守っているかな？

ふり返し

頼りになりそうな相談先を探すとき、自分が安全に・安心して
相談できる相手か、判断するための“ものさし”としても、
「子どもの権利」を覚えておこう！



このウェブページの一番下にある「困ったときの相談窓口」も、必要な時に活用しよう。