

たい  
せつ  
大切なあなたへ

～こどものけんりノート～



なまえ

たいせつ

## 大切なあなたへ

こどものけんりじょうやくでは、あなたが家で  
のびのびと生活できるよう、あなたとあなたのかぞくを  
おうえんすることが大切だとされています。

しかし、家で生活することがあんぜんでない場合、  
じどうそうだんじょの人は、かぞくの人とお話をして、  
あなたが里親さんの家やしせつでくらすことをきめます。

そして、あなたがまた自分の家で過ごすことができるよう  
あなたとあなたのかぞくを おうえんしていきます。

このノートには、

大切なあなたの『けんり』について書いてあります。

『けんり』ってなに？

あなたらしく

あんしん・あんぜん・じゅう

でいられること

あなたの これからの生活を、  
たくさんの方が おうえんしています。

# こどもたちがもっているけんり

～こどものけんりじょうやく～

(じどうのけんりにかんするじょうやく※)

※じょうやく…<sup>くど</sup>国どうしのとりきめ

こどものけんりじょうやくは、せかいじゅうのこどもたちがもっている「けんり」について書<sup>か</sup>かれたじょうやくです。

<sup>おお</sup>大きくわけて4つのけんりをまもるようにさだめられています。

## 生きるけんり

ごはんを<sup>た</sup>食べたり、  
おふろに<sup>はい</sup>入ったり、  
けんこうでゆたかに  
くらすことができます。

## そだつけんり

べんきょうして  
<sup>じぶん</sup>自分の<sup>し</sup>知りたいことを  
<sup>まな</sup>学んだり、<sup>じぶん</sup>自分らしく  
せいちょうすることができます。

## 4つの けんり

## まもられるけんり

みんなのプライバシー  
<sup>たいせつ</sup>は大切にまもられ、  
あらゆるしゅるいの  
ぼうりょくから  
まもられます。

## さんかする けんり

<sup>じぶん</sup>自分の<sup>おも</sup>思ったことや、  
<sup>かんが</sup>考えたことを  
じゅうに<sup>い</sup>言え、それを  
そんちょうされます。



# もくじ

01	ひとりの人として <sup>ひと</sup> <sup>たいせつ</sup> 大切にされるけんり	4
02	どうして <sup>さとおや</sup> 里親さんの家や <sup>いえ</sup> しせつで <sup>せいかつ</sup> 生活するのか <sup>し</sup> 知るけんり	5
03	<sup>さとおや</sup> 里親さんの家や <sup>いえ</sup> しせつでの <sup>せいかつ</sup> 生活について <sup>し</sup> 知るけんり	6
04	あなたのことや <sup>し</sup> かぞくについて <sup>し</sup> 知るけんり	7
05	あなたの <sup>かんが</sup> 考えや <sup>い</sup> きぼうを <sup>い</sup> 言うけんり	8
06	かぞくに <sup>し</sup> れんらくするけんり	9
07	あなたの <sup>し</sup> ひみつが <sup>し</sup> まもられるけんり	10
08	ぼうりよくから <sup>し</sup> まもられるけんり	11
09	<sup>からだ</sup> 体と <sup>こころ</sup> 心の <sup>し</sup> けんこうが <sup>し</sup> まもられるけんり	13
10	<sup>じぶん</sup> 自分の <sup>し</sup> ものをも <sup>し</sup> つけけんり	14
11	いろいろなことや <sup>かんが</sup> <sup>かた</sup> 考え方を <sup>し</sup> 知るけんり	15
12	きょういくを <sup>し</sup> うけるけんり	16
13	じゆうに <sup>かんが</sup> 考えたり <sup>し</sup> しんじたりするけんり	17
14	あそんだり、 <sup>やす</sup> 休んだり、 <sup>たの</sup> すきなことを <sup>し</sup> 楽しむけんり	18
15	いろいろな人として <sup>ひと</sup> <sup>し</sup> すごすけんり	19
16	<sup>さとおや</sup> 里親さんの家や <sup>いえ</sup> しせつを <sup>で</sup> 出たあとも <sup>し</sup> そうだんするけんり	20
	こまったときに <sup>し</sup> そうだんするところ	21



# 01 ひと ひと たいせつ ひと ひととして大切にされるけんり

あなたは、<sup>たいせつ</sup> <sup>ひと</sup>大切な人です。

せかいには、<sup>ひと</sup>たくさんの人<sup>ひと</sup>がいて、  
<sup>ひとり</sup>一人ひとり <sup>ひと</sup>ちがっています。

みんな <sup>ひと</sup>ちがっているけれど  
<sup>ひと</sup>ひとりの人として <sup>たいせつ</sup>大切に<sup>ひと</sup>されます。



02

どうして <sup>さとおや</sup>里親 <sup>いえ</sup>さんの家や <sup>せいかつ</sup>しせつで  
生活 <sup>せいかつ</sup>するのか <sup>し</sup>知る <sup>けんり</sup>けんり

あなたにとって、  
いま <sup>いちばん</sup>一番 <sup>せいかつ</sup>あんしんして <sup>せいかつ</sup>生活 <sup>せいかつ</sup>できるところが  
「<sup>さとおや</sup>里親 <sup>いえ</sup>さんの家や <sup>し</sup>しせつ」だと、  
まわりの <sup>ひと</sup>人 <sup>かんが</sup>たちが <sup>かんが</sup>考えました。

あなたは、<sup>さとおや</sup>里親 <sup>いえ</sup>さんの家や <sup>し</sup>しせつで <sup>くらす</sup>くらすことになっ  
りゆう <sup>ひと</sup>について、<sup>ひと</sup>じどう <sup>き</sup>そう <sup>き</sup>だん <sup>き</sup>じょ <sup>き</sup>の <sup>き</sup>人 <sup>き</sup>に、  
いつでも <sup>き</sup>聞く <sup>き</sup>ことができます。

- わたしが <sup>せいかつ</sup>ここで <sup>せいかつ</sup>生活 <sup>せいかつ</sup>することになったのは <sup>なん</sup>なんで？
- いつまで、<sup>せいかつ</sup>ここで <sup>せいかつ</sup>生活 <sup>せいかつ</sup>するのかな？
- <sup>かえ</sup>帰 <sup>かえ</sup>りたい <sup>かえ</sup>って <sup>かえ</sup>いたら、<sup>かえ</sup>帰 <sup>かえ</sup>れるのかな？



03

里親さとおやさんの家いえやしせつしでの  
生活せいかつについて 知るしけんり

あなたは、

里親さとおやさんの家いえやしせつしについて、知りしたいと 思おもったことは

里親さとおやさん、しせつや じどうそうだんじょひとの人に

なんでも 聞きくことができます。

○どんなところで くらすんだろう。○聞きいてみたいことは あるかな？

できないことがある場合ばあいは  
そのりゆうを せつめいして  
もらえるよ。



04

## あなたのことや かぞくについて 知るけんり

あなたは、  
あなたが生まれてから これまでのことや、  
はなれてくらす かぞくのこと などについて、  
知りたいことがあれば、  
里親さん、しせつや じどうそうだんじょの人に  
いつでも 聞くことができます。

○知りたいことは あるかな？

もちろん、知りたくないきもちも 大切にされるよ。

かぞくは 元気にしているかな？  
小さいころは どうだったんだろう。



05 あなたの<sup>かんが</sup>考えや <sup>い</sup>きぼうを 言うけんり

あなたは、「なんでだろう」、「こうしてほしいな」  
と <sup>おも</sup>思ったときは、  
なんでも <sup>はな</sup>じゆうに 話すことができます。

○あなたの<sup>か</sup>きもちを 書いてみよう。



<sup>さとおや</sup>里親さん、しせつや <sup>ひと</sup>  
じどうそうだんじょの人、  
アドボケイト…。  
<sup>はな</sup>だれに話してもいいよ。

※アドボケイトは、あなたの<sup>はなし</sup>話をきき、  
あなたが<sup>おも</sup>きぼうすれば、あなたの<sup>おも</sup>思いを  
とどけたい<sup>ひと</sup>人につたえるおてつだいを  
する<sup>ひと</sup>人です。



## 06 かぞくに れんらくするけんり

「かぞくに れんらくしたい」と <sup>おも</sup>思ったときは、  
<sup>さと</sup>里親さん、<sup>おや</sup>しせつや <sup>ひと</sup>じどうそうだんじょの人に  
<sup>おし</sup>教えてください。

とくべつなりゆうが <sup>ない</sup>かぎり、  
あなたは、かぞくに <sup>てがみ</sup>手紙を <sup>か</sup>書いたり、  
<sup>でんわ</sup>電話を <sup>あ</sup>かけたり、<sup>あ</sup>会ったりすることができます。

もしも、あなたが  
「かぞくと <sup>あ</sup>会いたくない」「<sup>はな</sup>話したくない」と  
<sup>おも</sup>思うときは、あなたの <sup>たいせつ</sup>きもちを大切にします。



## 07 あなたのひみつが まもられるけんり

あなたが  
人に <sup>ひと</sup> <sup>し</sup> 知られたくないと思<sup>おも</sup>っているひみつは、  
大切<sup>たいせつ</sup>に まもられます。

たとえば、  
まわりの人<sup>ひと</sup>は、あなたのへやに <sup>はい</sup> かってに入ったり、  
手紙<sup>てがみ</sup>などを <sup>み</sup> かってに見たりすることはできません。



## 08 ぼうりょくから まもられるけんり

ぼうりょくは、  
どんなりゆうであっても ゆるされません。

おとな  
大人からだけではなく、こどもからでも ゆるされません。

ぼうりょくには、

からだ  
① 体 の ぼうりょく

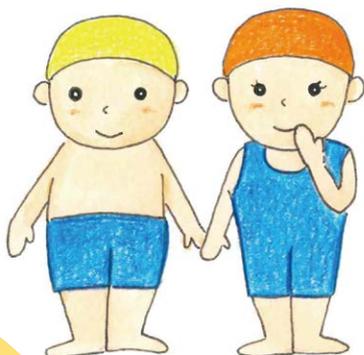
こころ  
② 心 の ぼうりょく

③ せい の ぼうりょく

④ せわを し ない

が あります。

もしも、ぼうりょくをうけたら、  
さとおや 里親さん、ひと しせつや じどうそうだんじょの人など  
まわりの大人に おとな はな 話してください。



みず 水ぎで ぶぶん かくれる部分と  
くち 口もとを  
「プライベートゾーン」と  
いうよ。

チェックがいたら、すぐにまわりの大人に  
そうだんしてください。

### からだ 体の ぼうりょく

- たたかれる
- なぐられる
- けられる
- 首くびをしめられる
- 外そとに出だされる など

### こころ 心の ぼうりょく

- いやなことや わるくちを い言われる
- 自分じぶんばかり おこられる
- さべつ されている
- むし される
- 友だちが たたかれるのを見みたことがある など

### せい の ぼうりょく

- おふろを のぞかれる
- はだかの シャしんをとられる
- むねや せいきなど プライベートゾーンを さわられる など

### せわを しない

- ごはんを た食くわせて もらえない
- びょういんにつれていって もらえない
- しょくいんが ちか近じかんくにいない 時間がある
- きれいなふくを よういして くれえない
- そうじをして もらえない など



09

からだ ころ  
体と心のけんこうが まもられるけんり

あなたが、

からだ  
体のどこかが いたかったり、

イライラしたり、しんぱいごとで ねむれなかったりしたら、

さとおや ひと はな  
里親さんや しせつの人に 話してください。

びょういんに つれていってもらったり

おくすりを のんだりすることができます。

からだ ころ  
あなたの体と心が けんこうで  
いることは とてもたいせつなことだよ。



## 10 じぶん 自分のものをもつけんり

あなたは、  
たいせつ大切にしているものや ひつようなものを  
じぶん自分でもつことができます。

ただし、  
もっていると しんぱいなものや あぶないものは、  
さとおや里親さんや ひとしせつの人と よくそうだんして きめます。

○あなたの たいせつ大切にしたいもの、 おも思い出はなんだろう。  
かじゆうに書いてみよう。

おなあなたと同じように、 ひとまわりの人  
にも たいせつ大切にしているものがあるよ。  
ひとその人のものも たいせつ大切にしよう。



11

## いろいろなことや <sup>かんが</sup> <sup>かた</sup> <sup>し</sup> 考え方を 知るけんり

あなたは、

テレビ・<sup>ほん</sup> <sup>しんぶん</sup> 本・新聞・インターネットなどをつかって、  
いろいろなことや <sup>かんが</sup> <sup>かた</sup> <sup>し</sup> 考え方を 知ることができます。

ただし、

あなたの<sup>からだ</sup> <sup>こころ</sup> 体や心を きずつけることは  
しらべることが できません。

<sup>し</sup> 知りたいことがあれば、<sup>さとおや</sup> 里親さんや  
<sup>ひと</sup> <sup>はな</sup> しせつの人に 話してください。



## 12 きょういくを うけるけんり

あなたは、  
ちゅうがっこう  
中学校を そつぎょうしてからも、  
こうこう や せんもん がっこう 学校、たんき だいがく 大学、大学などで  
べんきょう することが できます。

がっこう い  
どの学校に行くかは、  
あなたが きめることが できます。

もしも、わからなかったり、まよったりしたら、  
さとおや ひと がっこう せんせい  
里親さんや しせつの人、学校の先生などに  
いつでも はな 話してください。

○好きなこと、しょうらい やってみたいことは あるかな？



13

じゆうに <sup>かんが</sup>考えたり しんじたりするけんり

あなたは、  
じゆうに なにかを <sup>かんが</sup>考えたり、しんじたり、  
しゅうきょうを えらんだり することができます。

<sup>さとおや</sup>里親さんや <sup>ひと</sup>しせつの人 が しんじる しゅうきょうに  
むりに さんかする ひつようは ありません。

まわりにいる人も <sup>ひと</sup>同じように、  
<sup>かんが</sup>いろいろな <sup>かた</sup>考え方を もっていますので、  
<sup>ひと</sup>その人の <sup>かんが</sup>考え方も <sup>かた</sup>大切に <sup>たいせつ</sup>しましょう。



14

あそんだり、<sup>やす</sup>休んだり、すきなことを  
<sup>たの</sup>楽しむけんり

あなたは、

じゆうに あそんだり、

<sup>やす</sup>休みたいときに <sup>やす</sup>休んだりすることができます。

また、すきなことを <sup>たの</sup>楽しむことができます。

もしも、

じゆうな時間 <sup>じかん</sup>が <sup>すく</sup>少ないと思っただきは、

<sup>さと</sup>おや <sup>ひと</sup>里親さんや しせつの人に、そうだんしてください。

○あなたは、どんなあそびが すきかな？



## 15 いろいろな人と <sup>ひと</sup>すごすけんり

あなたは、  
<sup>とも</sup>友だちや <sup>き</sup>気の合う人<sup>あ</sup>と <sup>ひと</sup>

いっしょにすごしたり、あそんだりすることができます。

<sup>おも</sup>思いやりや <sup>たいせつ</sup>やさしさを大切にして  
<sup>たの</sup>楽しい時間<sup>じかん</sup>を <sup>すご</sup>すごしてください。



16

16 <sup>さとおや</sup>里親さんの家や <sup>いえ</sup>しせつを <sup>で</sup>出たあとも  
そうだんするけんり

あなたは、  
<sup>さとおや</sup>里親さんの家や <sup>いえ</sup>しせつを <sup>で</sup>出たあとも、  
<sup>さとおや</sup>里親さんや <sup>ひと</sup>しせつの人に  
そうだんすることができます。

かなしくなったこと、わからないこと、うれしかったこと…。  
どんなことでも、いつでも れんらくしてください。

たくさんの <sup>おとな</sup>大人が、  
あなたのことを おうえんしています。



## こまったときに そうだんするところ



あなたが、

なにか こまったり、<sup>い</sup>言いたいことが あったりするときは、  
<sup>はな</sup>話しやすい人に <sup>ひと</sup>話して（れんらくして）ください。

### ■ じどうそうだんじょ

	くまもとけん ちゅうおう じどうそうだんじょ	☎096-381-4451
	くまもとけん やつしろ じどうそうだんじょ	☎0965-32-4426
	くまもとしじどうそうだんじょ	☎096-366-8181

### ▼ たんとうの<sup>ひと</sup>人

ねん 年	がつ 月から	さん さん
ねん 年	がつ 月から	さん さん
ねん 年	がつ 月から	さん さん

### ■ くまもとけん

こどもかていふくし か ※ <sup>さとおや</sup> 里親さんや <sup>ひと</sup> しせつの人に <sup>い</sup> いやなことを されたとき	☎096-333-2228
--	---------------

### ■ くまもとし

こどもかていふくし か ※ <sup>さとおや</sup> 里親さんや <sup>ひと</sup> しせつの人に <sup>い</sup> いやなことを されたとき	☎096-366-3030
--	---------------

さとおや  
 ■ 里親かんけい

	くまもとけん <small>さとおや</small> 里親 <small>かい</small> きょうぎ会	☎096-201-4295
	くまもとけん ファミリーホーム <small>かい</small> きょうぎ会	☎096-380-4666
	アグリ	☎096-227-6892
	きらきら	☎096-383-8100
	ゆうりの会 <small>かい</small>	☎0965-62-8998

ひと  
 ■ あなたが そうだんしたい人

<small>なまえ</small> 名前	<small>でんわ</small> 電話ばんごう

## ■そのたの そうだんさき

<p><small>じかん</small> 24時間 こどもSOSダイヤル <small>しょうちゅうがくせい</small> ※小中学生の いじめや そのたの なやみそうだん</p>	<p><b>☎0120-0-78310</b></p>
<p>チャイルドライン ※18さいまでの こどものためのそうだんさき ※<small>まいにち</small>毎日 16:00～21:00</p>	<p><b>☎0120-99-7777</b></p>
<p><small>こ</small>子どものじんけん110番<small>ばん</small> ※こどものじんけんにかんすること ※<small>げつ きん</small>月～金 8:30～17:15</p>	<p><b>☎0120-007-110</b></p>
<p>アドボケイト ※<small>はなし</small>あなたの話を きき、あなたがきぼう すれば、あなたの思いを とどけたい人<small>ひと</small>に つたえる おてつだいを する人<small>ひと</small></p>	



～フリーページ～

---



～フリーページ～

---



～フリーページ～

---

たい  
大切<sup>せつ</sup>なあなたへ

～こどものけんりノート～

れいわ ねん がつ  
令和 5 年 3 月

くまもとけんこ かていふくしか くまもとし かていふくしか  
熊本県子ども家庭福祉課、熊本市子ども家庭福祉課、  
くまもとけんちゅうおうじどうそうだんじょ くまもとけんやつしろじどうそうだんじょ  
熊本県中央児童相談所、熊本県八代児童相談所、  
くまもとしじどうそうだんじょ くまもとけんようごきょうぎかい  
熊本市児童相談所、熊本県養護協議会、  
くまもとけんさとおやきょうぎかい くまもとけん きょうぎかい  
熊本県里親協議会、熊本県ファミリーホーム協議会、  
くまもと きかんきょうぎかい  
熊本フォスタリング機関協議会、  
くまもとけんじどうかていしえん きょうぎかい  
熊本県児童家庭支援センター協議会