

ほっとルーム通信 第15号

2026年5月発行



©シンエイ/西東京市

★あなたが読み終わったら、お家の人にも読んでもらってくださいね★

るーむ

ほっとルームは **ここ** にあります！

スタート



こ かつどうしつ 子ども活動室は

西東京市の子どもたちが安心して活動できる場所として、住吉会館の中に「子ども活動室」ができました。

ゆったりしたスペースで、本を読んだり、絵を描いたり、ボードゲームもできます。子どもなら、だれでも利用できます。

ほっとルームに私たちがいる時には、声をかけてください！

利用できる時間

平日：午前 9 時～午後 8 時
土曜：午前 10 時～午後 4 時

(日・祝日・年末年始はお休みです)



子ども活動室の中



かい
2階へ



子ども活動室



子ども相談室 ほっとルーム



すみよしかいかん
住吉会館
ルピナス かい
2階

あ たくさん みんなと会えました！ 今年も会いにいくね！

しゅっちょうじゅぎょう 出張授業

しょうがっこう 6ねんせい ちゅうがっこう 1ねんせい じゅぎょう しーびーてーい にしとうきょうし
小学校18校の6年生と、中学校1校の1年生の授業で、C P Tが「西東京市
子ども条例」などについて、お話をしました。

じゅぎょう たい こ かんそう けんり こ わ
授業に対する子どもたちの感想には、権利が子どもにもあることが分かって
良かった、とか、子どもにも権利があることは知っていたけど、「遊ぶ権利」や
「休む権利」があるって、知らなかった、というものがありました。



にしとうきょうし こ じょうれい こ けんりじょうやく せかい やくそくごと
「西東京市子ども条例」は、「子どもの権利条約」という世界の約束事をふま
え、西東京市の子どもたちの意見を聞いて、できたものです。

にしとうきょうし こ じょうれい こ
西東京市子ども条例には、このほかにも、子どもにとって
大切なことが書かれています。

みぎ にしげん こーど よ
右の二次元コードから、読めます。ぜひ、読んでみてね。



しーびーてーい こ けんりようごいん あい ちるどれん ぶろてくと ちーむ りやく
※C P Tは、子どもの権利擁護委員の愛しょう(children protect teamの略)です。

しゅっちょう るーむ 出張ほっとルーム

おお 多くのみなさんに会えるように、出張ほっとルームをやりました。

ねんど しょう ちゅうがっこう かい じどうかん じどうせんたー かい
2025年度は、小・中学校に12回、児童館、児童センターには、7回行
きました。相談に来てくれた人は、62人でした。

いえ がっこう ともだち べんきょう じぶん こころ
家のこと、学校のこと、友達のこと、勉強のこと、自分の心のことなど、
お話をしました。

ことし ばしょ で い はなし き
今年も、いろいろな場所に出かけて行って、みなさんのお話を聞かせ
て欲しいと思っています。



ねん がいつか すみよしかい るびなす さんかしゃ にん
2025年10月5日に住吉会館で、ルピナスまつりがありました。まつりの参加者は1,155人でした。
ほっとルームのアトラクション、ストラックアウトにも、たくさんの人が参加してくれました。待っている間に、「自分がやって
いて楽しいことって？」を書いてもらったところ、たくさんのことを、書いてくれました。

した おも
この下に、そのまましょうかいしているよ。いろんな思いがあるんだね！

るーむ おも き
ほっとルームは、これからも、みんなの思いを聞かせてもらいに、いろいろな場所に出かけて行くよ。



ミセス・めかざ しゅげいをやること アンパンマン おにごっこ えをかくこと カラオケ ようちえんであそぶ
おまつり 野球している時、野球してあそぶこと えほんとしゃかい スプラをすること 小さい子どもと遊ぶこと
トミカ&ブラ ねこをなでる、ねことあそんでいるとき およぐ なんでもすくい アイス おかしのくに 旅行
キティといっしょにいるとき 工作をつくること（剣やマシンガンなど） 先生を怒らせること ポケカかいふう
トランポリンであそんでいるとき おいしいものをたべること シールで元気100倍 家族で遊ぶこと 歩くこと
ミセス・グリーンアップルのライブ 悪口を言うこと（先生の）本を読む ピアノをひくこと しょうかき きめつ
ゲーム スイッチ2 しゃてき あそんでいるとき ゲームとまんが まいくらくじびき スーパーボールゲーム
友だちとあそんでいるとき ポケモンゲーム いちりん車であそぶこと プール サッカー メロンソーダ マイクラ
折り紙 うたをうたう おんがく だんす ドッチ おにご フォートナイト おかしをたべたこと 運動

ほっとルームレター、ここがいいぞ！

2025年度は
76通きたよ！

ポイント1

CP Tが、あなたのために、いろいろ考えて、

お返事を書くよ。そして、何回でもレターでやりとりできるよ。

ポイント2

お返事を受け取る場所は、自分で選べるよ。

ポイント3

ほっとルームレターは、学校や児童館など、身近なところに置いてあるよ。

188-8790

西東京市南町5-1-13
西東京市役所田無庁舎
住吉会館ルピナス2階
西東京市子ども若者部ほっとルーム行

あなたのまわりで
いやな事や、困った事や...
を思うこと、いっしょに解決して
ほしいことがあったら、おしえてお
かけようよ！

ほっとルーム
のやりかた

1. たいさくしたいことを書く
2. ほっとルームの用紙に記入する
3. ほっとルームの用紙を
4. ほっとルームの用紙を
5. ほっとルームの用紙を

0120-9109-77
電話番号は必ずおかけください。
1番・2番・3番・4番・5番
のいずれかを押してください。

ほっとルームの用紙は、
児童館・児童センター・児童会館
など、子どもが利用する施設に
置いてあります。



どんなことでも相談できます。
名前を言わなくてだいじょうぶ。
あなた自身が一番良いと思える方法を
いっしょに考えます。



相談時間

平日 午後2時～午後8時
土曜日 午前10時～午後4時
日曜・祝日・年末年始は休み

相談方法

電話・メール・ほっとルームレター・手紙・FAX・
会って相談ができます。(原則18歳未満の子ど
ものことなら、おとなも相談できます。)

電話

ふりーだいやる く い っ く なやみなし
0120-9109-77

電話も相談も無料です。

けいたい・公衆電話からも無料でかけられます。

FAX

042-439-6646

メール

こちらからいつでも
送信できます。→



手紙

ほっとルーム
レター

〒202-0005

にしとうきょうしすみよしちよう
西東京市住吉町6-15-6

すみよしかいなんるびなすかい
住吉会館ルピナス2階

こども相談室 ほっとルーム 宛

