

ペペとはなそう
だいじなおはなし

Vamos a hablar con Pepe.
Un mensaje muy importante

保護者の方へ

あなたは今まで、たくさん傷つき、たくさん悩み、

大変な思いをしてきたと思います。

今もいろんな不安をかかえているかもしれません。

しかし、あなたが今、この場所で、この絵本を手に行っている
ということは、あなたとお子さんが、安全で、安心な生活を
はじめているということです。

この絵本は、住み慣れた家から離れてきたお子さんに
向けたメッセージとなっています。

そして、私たちは、あなた自身にも同じメッセージを
伝えたいと思います。

あなたとお子さんの、これからの新しい生活に向かって、
私たちも一緒に歩んでいけたらうれしいです。

Queridos padres/tutores.

Suponemos que ha pasado por mucho dolor, muchas preocupaciones
y muchas dificultades.

Es posible que todavía tenga muchas angustias.

Sin embargo, el hecho de que ahora esté aquí, con este libro en la mano,
significa que usted y su hijo/a han comenzado una vida segura.

Este libro dedica un mensaje a sus hijos
que han dejado su hogar familiar.

Y nosotros queremos transmitirle el mismo mensaje
a usted.

Estaremos encantados de acompañarles a usted y a su hijo/a
hacia su nueva vida juntos.

はじめまして！ ペペです！

_____さん と おはなしがしたくて

あいにきたよ

ペペは 子どもと おはなしをすることが

大すきなんだ

¡Hola! ¡Soy Pepe!

He venido a verte

porque quiero hablar con _____.

A mi me encanta hablar

con los niños.

_____月_____日_____曜日

きょうのてんき_____

_____さんの きょうのきぶん

ドキドキ もやもや ルンルン

イライラ しくしく

わくわく ざわざわ プンポン

そのほか

_____Día de la semana_____Día_____Mes

El tiempo de hoy es _____.

El estado de ánimo de hoy de _____es

Nervioso/a Pensativo/a Alegre

Irritado/a Triste

Excitado/a Proocupado/a Enfadado/a

y otros

きゅうに おうちをはなれてきて
びっくりしたね
おともだちに さよならがいえず
さみしい気持ち
これから どうなるんだろうと
しんぱいな気持ち
ちょっとだけ ほっとした気持ち

Te sorprendió tener que dejar tu casa
de repente.

Te sientes triste porque no pudiste despedirte
de tus amigos.

Te preocupa lo que te pueda pasar en el futuro,
pero también te sientes un poco aliviado/a.

いろんな 気持ちがあるよね
だいじょうぶ
あなたは あなたのままで いいよ

Hay muchos sentimientos, ¿verdad?

Pero no te preocupes.

Estarás bien tal y como eres.

おうちの中に ぼうりよくが あったのは
とっても くるしかったね
だから そこから はなれてきたよ
Era muy molesto
tener violencia en casa.
Por eso has salido de ella.

ぼうりよくとは…

あいてに いやな思いをさせることを
「ぼうりよく」と言います
たたく ける ものをなげる ムシをする
大きな声でどなる など
ほかにも たくさんの ぼうりよくが あります
ぼうりよくは してはいけないことです

¿Qué es Violencia?

"Violencia" es hacer cosas
que no les gusta otra persona.
Hay muchos tipos de violencia,
como pegar, dar patadas, tirar cosas,
ignorar, gritar, etc.
La violencia está mal.

いままで たくさん
こわいおもい かなしいおもいを してきたね
まもってあげられなくて ごめんね
これからは まもってくれる 大人たちが いるよ
あなたは わるくないよ

Sé que has pasado
por muchos momentos difíciles y tristes.
Siento no haber podido protegerte.
Pero a partir de ahora, hay adultos que te protegerán.
No es tu culpa.

きゅうに なみだが出てくる
よる こわいゆめを見る
おなかがいたい
イライラする

De repente, salen lágrimas.

Tienes pesadillas.

Te duele la barriga.

Te sientes irritado/a.

だいじょうぶ
そうなるのも しぜんなこと
あなたの **おまもり**が まもられていないときの
こころや からだからの サインなんだ

No te preocupes.

Es normal que pase eso.

Es que es una señal de tu mente y de tu cuerpo
cuando no están protegidos tus **Omamori**.

人はみんな 4つのおまもりをもって
生まれてくるよ
このおまもりは けんりっていうんだ

Todos nacemos con 4 *Omamori*.
Estos *Omamori* se llaman *Derechos*.

あんしんして 生きるけんり
たいせつにされるけんり
のびのびと そだつけんり
じぶんの気持ちで さんかするけんり
あなたも みんなも
4つのおまもりを もっているよ

El derecho a vivir con tranquilidad.

El derecho a ser cuidado

El derecho a vivir en paz

El derecho a participar y ser aceptada tu opinión.

Tú y todos los demás

tenéis 4 *Omamori*.

これから たいせつな あなたの
4つのおまもりが まもられて
あなたが あんぜんに あんしんして
のびのびと くらせるよう
みんなで かんがえていくよ

A partir de ahora,

tus 4 *Omamori* importantes estarán protegidos
y todos cuidaremos de ti
para que puedas vivir con seguridad y tranquilidad.

いま しんぱいしていること
気になっていること
がまんしていること
どんなことでも だいじょうぶ
おはなししてごらん
あなたは ひとりじゃないよ

Cuéntanos

cualquier cosa que te preocupe,
que te angustia,
y que estás aguantando.
Ya que tú no estás solo/a.

これから どんなせいかつが
まっているかな？
たのしいときは たくさん わらおう
かなしいときは おもいきり なこう
いやなことは いやって いっていいよ
わからないことは きいたっていいんだよ

¿Qué clase de vida te esperará
a partir de ahora?
Cuando estés contento/a,ríete mucho.
Cuando estés triste, llora lo que quieras.
Puedes decir lo que no te gusta.
Está bien hacer preguntas sobre cosas que no entiendes.

まわりには
おうえんしてくれる人が
たくさんいるよ
あなたは とっても たいせつな人
あなたのことが だいすきだよ

Hay mucha gente
a tu alrededor
que te van a apoyar.
Eres una persona muy importante.
Todo el mundo te quiere mucho.

やってみよう！

¡Pruébalos!

イライラしたとき

- ・おとなに はなしを きいてもらう
- ・はなから たくさん いきをすって
くちから ゆっくりいきをはく(しんこきゅう)
- ・いらないかみを やぶる
- ・くちぶえをふく
- ・お風呂にはいって リラックスする

Cuando te sientas irritado/a

Pedir a adultos que te escuchen.

Inspirar mucho por la nariz

y espirar lentamente por la boca (respiración profunda).

Romper un trozo de papel que no necesites.

Silbar.

Tomar un baño y relajarse.

きんちょうしたとき

ギューっと からだに力をいれて パツ！と力をぬく

じぶんの むねやおなかに そっと手をあててみる

おちゃをのんだり あめをなめたりする

Cuando estés nervioso/a

Poner tu cuerpo en tensión y luego relajarse en seguida.

Colocar suavemente las manos sobre los pechos y el estómago.

Tomar té o caramelos.

うまくおはなしできないとき

おてがみにしてみる

えにかいてみる

おきにいりの めいぐるみに はなしかけてみる

Cuando no puedas expresarte bien

Escribir una carta.

Dibujar.

Hablar con tu peluche favorito.

いやなことを思い出してしまったとき

すきな えほんを よむ

こころのなかで「だいじょうぶ」といいながら ゆっくり たくさん

いきをすって ながくはく

おもいっきり そとであそんだり はしったりする

Cuando recuerdes cosas desagradables

Leer tu libro favorito.

Inspirar mucho y espirar despacio,

diciendo dentro de tu corazón 'estoy bien'.

Salir a jugar y correr con todas tus fuerzas

かんがえてみよう！

すきなたべものすきないろ

すきなあそびとくいなこと

これからやってみたいこと

そうだんできる人(あなたをおうえんしてくれる人やたすけてくれる人)

¡Vamos a pensar!

Comida que te gusta / Color que te gusta

Juego que te gusta / Cosa que te va bien

Cosas que te gustaría hacer en el futuro

Persona que puedes consultar (personas que te apoyan y te ayudan)

4つのおまもり(なごや子どものけんりじょうれい より)

あんぜんに あんしんして 生きる けんり

まわりから あいされて そだてられます。

あんしんして すごす ばしょがあります。

いのちが まもられます。

こまったことや つらいことがあったら

たすけてもらえます。

4 *Omamori* (por ordenanza de Nagoya sobre los derechos del niño)

El derecho a vivir con tranquilidad

Los que te rodeen te querrán y te cuidarán.

Tendrás un lugar donde vivir con seguridad.

Tu vida estará protegida.

Recibirás ayuda

cuando tengas problemas o estés amargado/a.

ひとりひとりが たいせつにされる けんり

じゆうにかんがえ ひょうげんできます。

ありのままのあなたが たいせつにされます。

じぶんのことで 人にしられたくないときには

それがまもられます。

El derecho a ser cuidado

Puedes pensar y expresar libremente.

Te respetarán tal como eres.

Cuando no quieres que los demás sepan de ti,

se respetará tu decisión.

のびのびと ゆたかに そだつ けんり

あそぶことができます。

まなぶことができます。

ゆっくり 休むことができます。

El derecho a vivir en paz

Puedes jugar.

Puedes aprender.

Puedes descansar tranquilamente.

じぶんの気もちで さんかする けんり

おもったことや かんじたことをまわりにいい きいてもらえます。

じぶんのかんがえや 思いが たいせつにされます。

じぶんのかんがえや 思いをいうために

まわりの人に てつだってもらえます。

El derecho a participar y ser aceptada tu opinión.

Puedes decir a la gente lo que piensas y sientas y te escucharán.

Respetarán tus pensamientos y sentimientos.

Puedes pedir ayuda a los que te rodean

para expresar tus pensamientos y sentimientos.

子どものけんりをまもるためのそうだんしつ「なごもっか」

でんわ: **0120-874-994**

こまっている子どもの おはなしを ききます。

小さい子どもも おはなししやすいように ゆっくり おはなしを ききます。

どうなるのが あなたにとって いちばんいいか いっしょに かんがえます。

あなたのおまもりが まもられるように なごもっかは あなたのきもちを

たいせつにします。

Oficina del Defensor de los Derechos del Niño “Nagomokka”

Teléfono: 0120-874-994

Escuchará al niño que tiene problemas.

Escuchará con atención para que los niños pequeños se puedan expresar con facilidad.

Pensarán juntos qué es lo mejor para ti.

“Nagomokka” respetará tus sentimientos

para que tus *Omamori* estén protegidos.

このでんわを

かけるときは

でんわのおかねが

かからないよ。

La llamada

es gratuita.

(4行が2行になります)

子どもがえがおで

くらせるように

なごやしがつくった

やくそくごと

Las normas y reglamentos

hechos por Nagoyashi

para que los niños

puedan vivir feliz.

[なごやしの](#)

[子どもにかんする](#)

[じょうほう](#)

[Información](#)

[sobre los niños](#)

[de Nagoya](#)

「なごもっか」マスコットキャラクターなごもん

Nagomon, Carácter de mascota de “Nagomokka”

なごやこどものけんりじょうれい（キッズコーナー）

Ordenanza sobre los derechos del niño de Nagoya(Sección de niños)

「なごやこどものけんりじょうれい」

Ordenanza sobre los derechos del niño de Nagoya

マスコットキャラクター

Carácter de mascota

なごっち

Nagocchi

子どもせいしょうねんきょく

Departamento de Infancia y Juventud

ツイッターアカウント

Cuenta de Twitter

令和 5 年 3 月発行一名古屋市子ども青少年局子ども福祉課

Publicado en marzo de 2023 por la División de Bienestar Infantil, Departamento de Infancia y Juventud, Ciudad de Nagoya