

बालबालिकाका लागि **आठ** सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण **अधिकारहरू** भनेको...

- 1 शान्तिपूर्वक बाँच्ने अधिकार
- 2 आफू जस्तो हुनुहुन्छ त्यस्तै हुर्कने अधिकार
- 3 खेल्ने अधिकार
- 4 आराम गर्ने अधिकार
- 5 आफ्नै इच्छाले सिकने अधिकार
- 6 आफ्नो भावनाको सम्मान गर्ने अधिकार
- 7 विचार व्यक्त गर्ने र सहभागी हुने अधिकार
- 8 भेदभावबाट मुक्त भएर बाँच्ने अधिकार



बाल अधिकार वकालत केन्द्र भनेको के हो ?

“मुसाशिनो सिटी बाल अधिकार अध्यादेश”-अनुसार बाल अधिकारको रक्षा गर्न स्थापित भएको, बालबालिकाको लागि परामर्श र राहत संस्था हो। हामी बालबालिकाको भावनाको सम्मान गर्दै उनीहरूसँगै उत्तम समाधानको बारेमा विचार गर्नेछौं। बालबालिकालाई आफू ठीक छु जस्तो महसुस गर्ने, आफ्नै समस्या समाधान गर्ने कुरामा ध्यान केन्द्रित गर्दै परामर्श लिने व्यक्तिलाई सहयोग गर्नेछौं।

आवश्यक परेमा हामी सम्बन्धित संस्थाहरूसँग अनुसन्धान र समन्वय गर्न सक्छौं र सिटीलाई हाम्रा विचारहरू राख्न पनि सक्छौं। बाल अधिकारको बारेमा जनचेतना अभियान आदिमार्फत हामी एउटा यस्तो शहर सिर्जना गर्ने लक्ष्य राख्छौं, जहाँ सबै बालबालिका आफू जस्तै बन्न सक्छन् र शान्तिपूर्वक बस्न सक्छन्, जहाँ बालबालिकाको अधिकारको सम्मान गरिन्छ।

कसरी परामर्श
गर्न सकिन्छ?



फोनमा वा भेटेर

बालबालिकाको लागि टोल-फ्री नम्बर

0120-634-331

मोबाइल फोन र सार्वजनिक फोनबाट नि:शुल्क कल गर्न सकिन्छ

वयस्कहरूको लागि **0422-60-1951**

परामर्श दिन र समय
सोमबार, मंगलबार, बुधबार, शुक्रबार
दिउँसो १:०० बजे देखि दिउँसो ५:०० बजे
(बिहीबार, शनिबार, आइतबार, सार्वजनिक बिदा, वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदाको समयमा बन्द)

इमेलमा

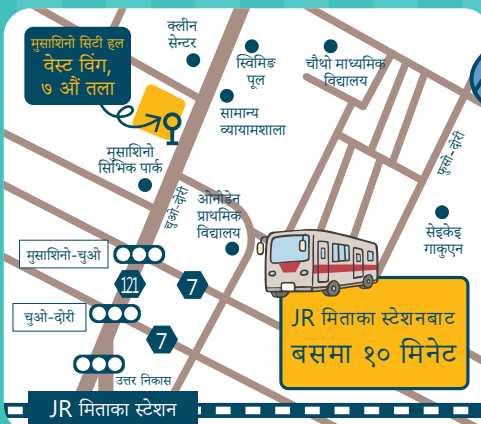
परामर्श इनपुट फारम प्रयोग गरेर परामर्श गर्न सकिन्छ



पत्रद्वारा

〒180-8777

むさしのし みどりちよう 武蔵野市緑町 2-2-28 武蔵野市役所西棟 7 階
こどもの権利擁護センターあて



मुसाशिनो सिटी
बाल अधिकार अध्यादेश
मस्कट क्यारेक्टर
मिमि वान

अक्टोबर 2025
मा प्रकाशित

मुसाशिनो सिटी बाल तथा परिवार विभाग, बाल हेरचाह सहयोग कक्ष

बाल अधिकारको सम्मान गर्ने

मुसाशिनो
सिटी

बाल अधिकार वकालत केन्द्र

まもルーム

मलाई आफ्नो कुरा भन्नु न
सगैं विचार गरौं



बालबालिकाको लागि टोल-फ्री नम्बर

0120-634-331

मोबाइल फोन र सार्वजनिक फोनबाट नि:शुल्क कल गर्न सकिन्छ



कस्तो बेला परामर्श लिन सकिन्छ?

कसैले मेरो
कुरा सुनेको
चाहन्छु

मलाई
असहज
लाग्छ

मलाई के
गर्ने थाहा
छैन

अग्रिय घटना
भएकोले
मलाई दुःख
लागेको छ

उदाहरणका लागि...

मलाई नराम्रा कुराहरू भनियो मलाई
साथी जस्तो व्यवहार गरिएन

मलाई पिटियो

"म बच्चा भएकोले" मेरो
कुरा सुनिएन

मसँग खेल्ने
समय छैन

के म अरुहरूभन्दा फरक हुनु नराम्रो हो?

मलाई SNS-मा समस्या भएको छ

म धेरै कुरामा सहयोग गरेकोले
मसँग आफ्नो समय छैन

अरु कुनै पनि कुरा गर्न
नहिचकिचाउनुहोस् न
तपाईंको "समस्या" "अहिले ठीक छ"
भन्ने अवस्था नभएसम्म समाधान
गर्न सँगै विचार गर्नेछौं



परामर्श गर्ने

फोनमा

भेटर

इमेलमा

पत्रद्वारा

- ✓ गोपनीयता कायम राखिनेछ
- ✓ कुनै शुल्क लाग्दैन



अहिले
ठीक छ!

मलाई के
गर्ने थाहा छ!

मलाई राम्रो
भयो!

शान्ति र समाधान



के गर्न सकिन्छ?

मैले के
गरेको चाहनुहुन्छ?

सँगै विचार गर्ने

उत्तम समाधानको बारेमा सँगै विचार गर्ने



अनुसन्धान गर्ने र समन्वय गर्ने

बाल अधिकार वकालत समितिले सम्बन्धित
व्यक्तिहरूको कुरा सुन्नेछ र उनीहरूको सहयोगको लागि
अनुरोध गर्नेछ
तपाईंको तर्फबाट तपाईंको भावना पनि व्यक्त गर्न पनि
सक्छ



आफ्नो विचार भन्ने

परिस्थिति सुधार गर्न सिटीलाई आफ्नो विचार भन्न पनि
सकिन्छ