

तिमी एकलै छैन्। कुराहरु सुन्नुहोस्।

"कोसँग सल्लाह गर्दा हुन्छ थाहा छैन"

"कसैसँग सल्लाह गर्ने कुरालाई लिएर अफर्यारो महसुस हुन्छ।"

त्यस्तो लाग्न पनि सक्छ। तर कोहि पनि मान्छे एकलै बाचिराखेको छैन।
जिज्ञासा लागेको कुरा, चिन्ता लागेको कुरा आदि जस्तो सुकै कुराहरु
भए पनि तिमी कुराहरु सुनाए हुन्थ्यो।
ठिक छ। एकलै चिन्तित नहुनुहोस्।

कुरा गरेर हेरौं - टोकियो बालबालिका नेट

८०१२०-८७४-३७४ जापानिज भाषामा मात्र उपलब्ध छ।

बिहान ९ बजे बाट राति ९ बजे सम्म (सोमबार देखि शुक्रबार) / बिहान ९ बजे बाट साँझ ५ बजे सम्म
(शनिबार, आइतबार र बिदाका दिनहरु) * डिसेम्बर २९ तारिख देखि जनवरी ३ तारिख सम्म बन्द

सल्लाह हट लाइन (LINE) @ टोकियो

जापानिज भाषामा मात्र उपलब्ध छ।

तलका चार सल्लाह केन्द्रहरुले संयुक्त रुपमा लाइन सल्लाह सञ्चालन गरिरहेका छन्।
काउन्टर अनुसार खुल्ने समय फरक हुने भएकोले विस्तृत जानकारीको लागि QR कोड बाट हेर्नुहोस्।



- जिउन गाह्रो छ जस्तो लाग्दाको समस्याहरुको बारे सल्लाह
- भविष्यको कामको बारे, जिस्काउने तथा कुटपिट गर्ने गरेको आदि शिक्षा सम्बन्धित समस्याहरुको बारे सल्लाह
- युवाहरुको इन्टरनेट / मोबाइलफोनको समस्याहरुको बारे सल्लाह
- युवाहरुको विभिन्न समस्याहरुको बारे सल्लाह

सल्लाह गरेको कुराहरु तपाईंको अनुमति बिना कुनै पनि तेस्रो पक्षलाई भन्ने छैन।

* सल्लाहको पैसा लाग्दैन।



बालबालिका
सम्पादक

आखारी (कक्षा १२), आयाको (कक्षा ९), कोकोरो (कक्षा ८), तोमोआकी (कक्षा ११), नाओ (कक्षा ७), नोजोमी (कक्षा ९), हिना (कक्षा ८),
युना (कक्षा ११), रिसा (कक्षा १०), योमा (कक्षा ७)

यस पुस्तिकाको प्रत्येक पेजमा
अडियो कोड "Uni-Voice"
छापिएको छ।
मोबाइल फोनको एप आदि
प्रयोग गरेर हेर्नु भयो भने सुनेर
लेखिएको कुराहरुको जाँच गर्न
सक्नुहुन्छ।

२०२३ साल मार्च महिनामा प्रकाशित
सम्पादन/प्रकाशन
टोकियो महानगरपालिका बालबालिका नीति सहयोग कार्यालय
बालबालिका नीति सहयोग प्रवर्द्धन विभाग योजना महाराखा
हलाक नं. १६३-८००१
२-८-१ निशी-शिन्जुकु, शिन्जुकु-कु, टोकियो
फोन नं.: ०३ (५३८८) २१६५

* पोस्ट गरिएको जानकारी २०२३ साल मार्च महिनाको हो।
* रेखाचित्र र चित्रहरु सबै काल्पनिक मात्र हो।
* यस पुस्तिकामा प्रकाशित रेखाचित्रहरु र चित्रहरुको नक्कल गर्ने,
प्रतिलिपि बनाउने, कपी गर्ने, अरुलाई पठाउने आदि प्रतिलिपि
अधिकार कानून अन्तर्गतका अपवादहरु बाहेकका कुराहरु गर्न निषेध
गरिएको छ।

माध्यमिक र उच्च माध्यमिक
विद्यालयका विद्यार्थीहरुको लागि

अधिकार द्वारा निर्मित वर्तमान र भविष्य

टोकियो महानगरपालिकाको बालबालिका सम्बन्धित
आधारभूत अध्यादेशको भूमिका र अर्थ बुझौं!

के राश्रो कुरा पनि नराश्रो कुरा पनि ठुलो
मानिसहरुले निर्णय गर्नु पर्ने हो र?
त्यसो हो भने मैले सोच्ने र महसुस गर्ने
कुराको कुनै अर्थ हुन्छ र।

विभिन्न सोच तथा विचारहरुलाई
प्राथमिकता दिने संसार भए हुन्थ्यो।

घरमा पनि विद्यालयमा पनि मेरो आफ्नो
ठाउँ छैन जस्तो लागेर गाह्रो महसुस हुन्छ।

मनपर्ने वातावरणमा पढेर,
मन लागेको कुराहरु गर्न चाहन्छु।

मलाई बच्चा जस्तै व्यवहार नगरी मेरो
विचार सुनेर मेरो व्यक्तित्वको पहिचान गरि दिए हुन्थ्यो।

टोकियो महानगरपालिकाको बालबालिका सम्बन्धित आधारभूत अध्यादेश भनेको के हो?

बालबालिका समाजका सदस्य हुन्। ठुलो मानिसहरु जस्तै धेरै किसिमको अधिकारहरु हुन्छ र बालबालिका सँग मात्रै भएको अधिकारहरु पनि हुन्छ। बालबालिकाको अधिकारको सम्मान गरि, सबैजना खुसी भएर बाँच्न सक्नु भन्ने हेतुले टोकियो महानगरपालिकाको बालबालिका सम्बन्धित आधारभूत अध्यादेश बनेको हो। यो अध्यादेश बाल अधिकार सम्बन्धी महासन्धिको आधारमा लेखिएको छ।



ठुलो मानिसहरुले भनेको कुराहरु महत्त्वपूर्ण भएको बेला पनि हुन्छ। तर मेरो पनि आफ्नै सोच छ। मैले सोचेको कुरा, महसुस गर्ने कुरालाई कसैले सुनेर त्यसलाई साकार बनाउने तरिकाको बारे सँगै सोचिदिए हुन्थ्यो किनभने म सँग पनि अधिकार छ।

धारा ४, धारा ७, धारा ८, धारा १०, धारा ११ र धारा १३ हेर्नुहोस्!

म पनि समाजको एक सदस्यको हैसियतले स्वतन्त्र रूपमा आफ्नो विचार व्यक्त गर्न सक्छु।
विद्यालय र स्थानीय समुदायका विभिन्न ठाउँहरूमा आफ्नै विचार
र विवेक अनुसार भाग लिन सक्छु।
पढेर मात्र थाहा पाउन नसक्ने कुराहरू पनि छ जस्तो लाग्छ।
सानो आवाज हुन सक्छ, तर मेरो "आवाज" ले परिवर्तन गर्न सक्ने कुराहरू हुन सक्छ।
त्यस्तो अवसरहरू धेरै भए हुन्थ्यो र आफ्नो वरपर भएको अवसरहरू गुमाउन चाहन्न।

धारा १० र धारा ११ हेर्नुहोस!



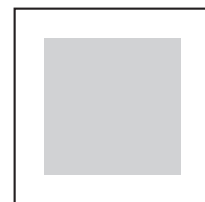
मेरो आवाजले परिवर्तन
गर्न सक्ने कुराहरू हुन्छ।



सहज रूपमा समय बिताउन सक्ने
ठाउँ हामी आफैले बनाएर लगाउँ

हामीहरू भेला भएर बस्दा बाधा गरिराखेको छ भनेर हेरेको जस्तो लाग्छ।
पार्कमा भेला हुन गाह्रो छ र पुस्तकालयमा सिटहरू पाउन पनि गाह्रो छ।
खाराओके तथा पारिवारिक रेस्टुरेन्टहरू पनि छ, तर पैसा नतिरे समय बिताउने ठाउँ
छैन?
साथीहरूसँग खुलेर कुरा गर्न अथवा एकलै समय बिताउने ठाउँ नभए एकदमै गाह्रो
हुन्छ।
समय बिताउने ठाउँ पनि मेरो शारीरिक तथा मानसिक विकासको लागि आवश्यक
छ।

धारा ७ हेर्नुहोस!



अडियो कोड

A vibrant, colorful illustration of a group of children playing in a park. In the center, a boy in a blue jacket and black pants has his arms outstretched, looking up at a sky filled with various floating objects. To his right, a girl in a light blue school uniform with a pink bow is also looking up. Other children are scattered around the green grassy field. The sky is a bright blue with white clouds, and numerous items are floating in the air, including a paint palette, a laptop, a backpack, a globe, a watch, headphones, a soccer ball, a book, a calculator, a pencil, a pen, a pencil sharpener, a globe, a watch, headphones, a soccer ball, a book, a calculator, a pencil, a pen, a pencil sharpener, a globe, a watch, headphones, a soccer ball, a book, a calculator, a pencil, a pen, a pencil sharpener. In the background, there are modern city buildings and green trees. The overall scene is one of joy and freedom.

धारा ५, धारा ८ हेर्नुहोस्!