



## オレンジリボン運動って？

「オレンジリボン運動」は、子ども虐待防止のシンボルマークとしてオレンジリボンを広めることで子ども虐待をなくすことを呼びかける市民運動です

**ママ・パパ** 子育てに悩んでいたら、子育てが辛くなったら、SOSを出しましょう  
☎189（児童相談所全国共通ダイヤル）

**妊婦さん** 赤ちゃんを妊娠したけれど、いろいろな不安を抱えている方は  
「妊娠SOS」という電話相談があります  
東京都 妊娠相談ほっとライン 03-5339-1133

**地域の方々** ぜひ温かい目で、親子を見守ってください  
ママやパパの気持ちへの寄り添いをお願いします

知って！知らせて！NPO法人子育てパレットがいます ☎03-5888-6943  
足立区を拠点とし、『大丈夫！ひとりじゃないよ』をモットーに子育て支援活動をしています



## フードバンク

セカンドハーベストジャパンさんより支援フードが運ばれ  
食料提供を毎月開催  
足立区在住のシングルマザー家庭限定

どちらかをお持ちいただければお渡し可能

●児童扶養手当受給証 ●ひとり親医療証

ご予約や詳細は...

- 子育てパレット 03-5888-6943
- セカンドハーベストジャパン 03-5822-5371
- 足立区くらしとしごとの相談センター 03-3880-5705

日々の子育てや生活への不安や迷い、  
ご自身のことをお話してスッキリ  
していただくお時間も設けています

