

おたすけ ことてん



イラスト
チアキ

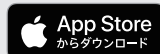
事典アプリ

生きるを応援
10代から大人まで
99コの知恵を掲載

コンテンツ制作
ぶるすあるは



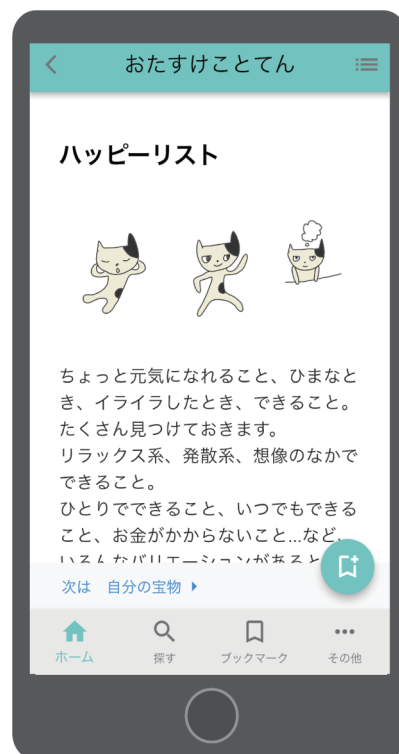
無料



iOS



Android



おたすけことてん

知恵の中身

自分を守る

- ・緊急電話一覧
- ・救急車をよぶかまよったとき
- ・透明バリア
- ・プライベートゾーンのルール
- ・断り文句いろいろ
- ・大人の生息地

ここから

- ・ポジティブワード集
- ・不調のきっかけとサイン
- ・ハッピーリスト
- ・自分の宝物
- ・キョリをとる・負担をへらす
- ・こころと脳[のう]の不調
- ・病院受診[じゅしん]の目安

家と家族のこと

- ・家族のカタチ
- ・家族へのきもち
- ・子ども時間
- ・家族のケア、介護や家事
- ・家を出ること

学校生活

- ・おこられたときの対処法
- ・学校がすごくしんどいとき
- ・家がピンチなことを学校の大人に伝える

ごはん

- ・すぐに食べられる食材
- ・レンジ・オーブントースターの使い方
- ・洗い物とあとかたづけ
- ・外でごはんを食べる
- ・ごはんがないピンチを大人に伝える
- ・ごはん(米)のたき方

相談リスト

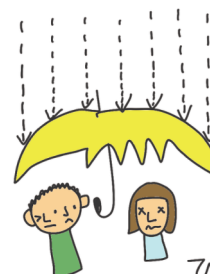
- ・相談のヒント
- ・こんなときにはSOSリスト・自分のこと
- ・相談したくないとき
- ・家族のこころの不調の相談
- ・性暴力被害[ひがい]の相談
- ・虐待[ぎゃくたい]の相談
- ・電話相談先リスト
- ・地域のいろいろな相談先
- ・制度やサービス
- ・自助グループや家族会 ほかいろいろ



機能

- ・ダイヤル機能
- ・ブックマーク機能
- ・検索機能
- ・カスタム機能

※段階的に実装します



子ども情報 ステーション

by ぶるすあるは



知恵の
元サイト

コンテンツ制作 NPO 法人ぶるすあるは

精神科Ns+Drを中心としたプロジェクト。著書に「家族のこころの病気を子どもに伝える絵本」シリーズ(ゆまに書房)、『生きる冒険地図』(学苑社)ほか。



アプリ開発販売元
エルワイス株式会社
elwice



第2回
やなせたかし文化賞
大賞受賞