

「たすけて！」のサインがあるか、かくにんしてみよう！

なかまはずれにされる・・・

わるぐちをいわれる・・・

つらい、いやなおもいをする・・・



いじめをうけている・・・



そんなとき、あなたの「こころ」や「からだ」には、「たすけて！」のサインがかくれているかもしれません。



あなたの「こころ」はどうなっていますか？

- げんきがでない
- かなしい、こわいきもちになる日ひが おおい
- しんぱいで なみだが でのる
- がっこうに いきたくない



あなたの「からだ」はどうなっていますか？

- からだが、ずっと つかれている
- よるに、あんまり ねむれない
- おなかが すかない
- しんぞう（むね）のあたりが、なんとなくくるしい



もし、このようなサインでこまっていたら おてがみください！



おてがみ ありがとう！

この おてがみの かみは、

ホームページから

いんさつも できます。

ホームページはこちら



枚方市 いじめ相談窓口

072-841-1656

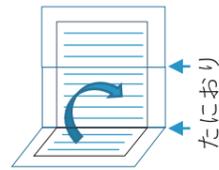
てがみのおくりかた



①「きりとり」のせんに
そって きる



③「のりづけ」に
のりをぬる



④てがみをかいた めんを
おもてにして、↑で2かしょ
たにおりする



★できあがり

2025年7月31日まで
切手はいらないよ



⑤ポストへいれる

573-8755

枚方市大垣内町二丁目一番二十号

枚方市 いじめ相談窓口 行

(人権政策室内)



差出有効期間
2025年7月31日まで
(切手をはらずに
お出しください)

