

へんじがほしいときは、  
なまえ・がっこうなど  
かいてください

ふりがな			
あなたのなまえ			
がっこう 学校・学年・組	( )	しょうがっこう 小学校 ( )	ねん 年 ( ) ぐみ 組 ( )
↓どんなことがありましたか？			
いつ		どこで	
だれが		だれに	
↓どんなきもちになりましたか？あてはまるものがあれば、いくつでも○をつけてね。			
こまった ・ つらい ・ かなしい ・ いやだ			
はなしをきいてほしい ・ なきたい			
だれにはなしたらいいかわからない ・ たすけてほしい			
↓いま、こまっていることや、このそうだんまでぐちにしてほしいことをかいてね。			
↓どんなふうにへんじがほしいですか？ えらんで○をつけてください。			
( )	てがみがほしい【じゅうしょ: ひらかたし	】	
( )	がっこう 学校であいたい	かみ うえ かつこう がくねん くみ ★この紙の上のらんにある「学校・学年・組」をかいてね	
( )	でんわがほしい【電話番号: - -	】	
★へいじつごぜん9じ〜ごご5じ30ぶんのあいだで、そうだんまどぐちから でんわします			
( )	へんじはいらない		



たにおり  
1かいめ

たにおり  
2かいめ

しょうがく せい ねん せい  
小学生 (1~3年生) のみなさんへ

れいわ ねん ねん がつ  
令和6年(2024年) 11月

**こまっていることなどをおしえてください。**

~てがみでいじめのそうだんをうけつけています~

11がつになり、これからさむくなっていきますね。  
2がっきはいろんなぎょうじがありますが、  
「げんきがでないな…」ということは  
ないですか？  
もし、こまっていることがあれば、  
なんでもあなたのきもちを きかせてください。

ひみつは  
まもるので  
あんしんしてね



ひらかた し やくしよ そうだんまどぐち  
枚方市役所 いじめ相談窓口より

**てがみがいでも そうだんできます。**

ひらかた し やくしよ そうだんまどぐち  
枚方市役所 いじめ相談窓口

**でんわでそうだん**  
**072-841-1656**  
げつよう から きんよう (へいじつ)  
ごぜん9じ〜ごご5じ30ぶんに  
かけてください。

**あってそうだん**  
でんわやメールなどでよやくを  
おねがいします。  
★でんわばんごう はうえのばんごうです。

**メール・ファクスでそうだん**  
ijime@city.hirakata.osaka.jp  
072-841-1700  
★メール、ファクスはいつでも うけつけています。  
へんじは、まってください。

エスエヌエス  
**SNSでそうだん**  
アプリ「ぽーち」



そうだんは、いつでもおくることができますが、  
おへんじできるのは、げつよう から きんよう (へいじつ)  
ごぜん9じ〜ごご5じ30ぶんです。

きょういく いんかい こ えがおも  
枚方市教育委員会「子どもの笑顔を守るコール」  
**いじめせんようホットライン**  
**072-809-7867**  
(ファクス 072-851-9335)

きょういく あんしんホットライン  
**072-809-2975**  
どちらのでんわも げつよう から きんよう (へいじつ)  
ごぜん9じ〜ごご5じ  
おおさか ぶ  
大阪府「すこやか教育相談24」  
**0120-0-78310**  
まいにち 24じかん

たにおり  
1かいめ

たにおり  
2かいめ

のりづけ

のりづけ

のりづけ

のりづけ

のりづけ

# 「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。



いまのあなたの「こころ」はどうですか？

- げんきがでない
- かなしい、しんぱいなきもちになる日ひが おおい
- すきなことが、たのしくない
- がっこうに いきたくない



いまのあなたの「からだ」はどうですか？

- 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
- おなかやあたまが、よくいなくなる



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！



573-8755

枚方市大堰内町二丁目一番二十号

枚方市役所 いじめ相談窓口 行

(人権政策課内)

## てがみのおくりかた

①「きりとり」のせんに そって きる

②てがみをかく

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

⑤ポストへいれる

※枚方市2026年3月31日まで きてはならないよ

もらったおてがみをしやくしよの いじめそうだんいんがよんで、 あなたといっしょにかんがえます。

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 できます。

ホームページはこちら



枚方市役所 いじめ相談窓口

072-841-1656