

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	くみ () 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: <small>ひらかたし</small>	】	
()	がっこう 学校であいたい <small>かみ うえ</small> ★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: <small>でんわ ばんごう</small>	-	-
★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

のりづけ
のりづけ

のりづけ

しょうがくせい 小学生 (1~3年生) のみなさんへ

れいわ ねん 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 枚方市役所
そうだんまどぐち 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 枚方市役所
そうだんまどぐち 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 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 大阪府「すこやか教育相談24」
0120-0-78310
まいにち 24じかん

タブレット
にあるよ



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・・・



いじめを受けている・・・



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、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、よくいたくなる



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！



おてがみありがとうございます！

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



そうだんまどぐち
枚方市役所 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
⑤ポストへいれる

※
2026年3月31日まで
きってはもらえないよ

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。

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)



郵便
料金取戻私郵便
発行有効期間
2026年3月31日まで
(印手形は必ず
お出しください)

