

「たすけて！」のサインがあるか、^{かくにん}確認してみよう！

仲間はずれにされる・・・

悪口を言われる・・・

学校でつらい、いやな思いをする・・・



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。



今のあなたの「こころ」はどうですか？

- やる気がでなかったり、集中しにくい
- 悲しかったり、不安な気持ちになる日が多い
- 好きなことを楽しめない
- すぐカッとしたり、イライラする
- 学校にあんまり行きたくない



今のあなたの「からだ」はどうですか？

- ずっと体が重かったり、つかれたりしている
- 夜になかなか眠れない
- 食欲がわかなくなったり、食べ過ぎることがよくある
- お腹や頭がよく痛くなる
- 心臓のあたりが、なんとなく苦しい



もし、このようなサインで困っていたら お手紙ください！



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)

手紙の送りかた

①「きりとり」の線にそって切る

②手紙を書く

③「のりづけ」にのりをぬる

④手紙を書いた面を表にして、↑で2か所たにおりする

★できあがり

⑤ポストへ入れる

2006年9月31日まで
切手はいらないよ



もらったお手紙を 市役所のいじめ相談員が読んで、あなたと一っしょに考えます。

お手紙ありがとうございます。

このお手紙の用紙は、

ホームページから

印刷できます。

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