

ふりがな	
あなたの名前	
学校・学年・組	( ) 小学校 ( ) 年 ( ) 組

へんじ  
返事がほしいときは、  
名前・学校名など  
書いてください



枚方市ひこぼしくん

↓どんなことがありましたか？

いつ	どこで
だれが	だれを

↓どんな気持ちになりましたか？ 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・<sup>かな</sup>悲しい・いやだ・おこっている・<sup>な</sup>泣きたい  
話を聞いてほしい・だれに話したらいいかわからない・<sup>たす</sup>助けてほしい

↓今、こまっていることや、この相談まどぐちにしてほしいことを書いてね。

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

↓この手紙に書いたことをだれが知っていますか？ あてはまるものに○をつけてください。

<sup>かぞ</sup> 家族	先生	友だち	だれも知らない
------------------	----	-----	---------

↓どんなふうに返事がほしいですか？ えらんで○をつけてください。

( ) 手紙がほしい【住所：枚方市 \_\_\_\_\_】

( ) 学校で会いたい ★この用紙の上のらんにある「学校・学年・組」を書いてね

( ) 電話がほしい【電話番号： \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_】

★平日午前9時～午後5時30分の間で、いじめ相談員から電話します

のりづけ

## 小学生（4～6年生）のみなさんへ

れいわ  
令和8年（2026年）1月

### こまったら お手紙書いてね！

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では、手紙でいじめの相談が  
できます。あなたのお話を聞かせてください。

まも  
ひみつは守るので  
あんしん  
安心してね



枚方市ひこぼしくん

### ✿ 手紙を出したらどうなるの？

こまっていることを  
お手紙にかいてください。  
書いたお手紙は、ゆうびんポストに  
入れてください。  
切手はいりません。



とどいたお手紙に、  
市役所のいじめ相談窓口が  
お返事をします。  
お返事があるまで、  
少し待ってください。



### ✿ こんなときはどうしたら？

<p><b>Q</b> ほか 他の人に ひみつにしたい。</p>	<p>ただ話をきいてほしい。 どうしたらいいか わからない。</p>	<p>うまく話せるか 心配・・・。</p>
<p><b>A</b> ひみつは守ります。 学校が終わった後や 昼休みに、ほかの人が いない部屋で 話せます。</p>	<p>お話を聞くだけでも だいじょうぶです。 どうしたらいいか、 いっしょに 考えましょう。</p>	<p>ゆっくりで だいじょうぶです。 何回でも相談できます。 お手紙のやりとりでの 相談もできます。</p>

お話することでつらい気持ちが軽くなったり  
考えが整理できることがあります。  
ひとりでなやまず、相談してください。

切りとって、カードとして使ってね。★うらも見てね！

### こまったら 相談してね！

枚方市  
いじめ相談窓口

電話 072-841-1656  
平日 午前9時～午後5時30分

ファクス 072-841-1700  
メール ijime@city.hirakata.osaka.jp



枚方市  
ひこぼしくん

手紙でなくても相談できます。

ひらかたしやくしょ  
枚方市役所  
そうだん  
いじめ相談窓口

そうだん  
電話で相談

072-841-1656

月曜日から金曜日（平日）  
午前9時～午後5時30分に  
かけてください。



そうだん  
メール・ファクスで相談

ijime@city.hirakata.osaka.jp  
072-841-1700

★いつでも送ってください。  
返信は、待ってください。



そうだん  
会って相談

電話やメールなどでよくを  
おねがいます。

★電話番号やメールアドレスは、  
左に書いてあります。



つらいことや  
なやんでいることがあれば、  
あなたの気持ちを  
聞かせてください。

おおさか ふきょういく  
大阪府教育センター

すこやかホットライン（子どもから）  
06-6607-7361

さわやかホットライン（おうちの人から）  
06-6607-7362

どちらの電話も月曜日から金曜日（平日）  
午前9時30分～午後5時30分

きょういくそうだん  
すこやか教育相談24

0120-0-78310  
毎日 24時間

ほか、LINEの相談もあります。

切りとって、カードとして  
つけてね

他にも相談できることがあります。

<枚方市教育委員会>  
★いじめせんようホットライン  
072-809-7867  
ファクス  
072-851-9335

★教育安心ホットライン  
072-809-2975  
どちらの電話も 平日午前9時～午後5時

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  
教育安心ホットライン  
072-809-2975

どちらの電話も月曜日から金曜日（平日）  
午前9時～午後5時

エスエヌエス  
SNSで相談  
アプリ「ぽーち」

ともだち・べんきょう・いじめ  
などの相談ができます。



タブレット  
にあるよ

相談はいつでも送れますが、  
お返事できるのは  
月曜日から金曜日（平日）の  
午前9時～午後5時30分です。

おく  
手紙の送りがた

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  
上にして、↑で2か所  
たにおりする

★できあがり  
⑤ポストへ入れる

2027年3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。

573-8755

枚方市大垣内町三丁目一番二十号

枚方市役所 いじめ相談窓口 行

（人権政策課内）



差出有効期間  
2027年3月31日まで  
(切手をはらずに  
お出しください)

