

ふりがな			
あなたのなまえ			
がっこう がくねん くみ 学校・学年・組	()	しょうがっこう 小学校	() 年 () 組
↓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。			
こまつた • つらい • かなしい • いやだ おこっている • なきたい • はなしをきいてほしい 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、このそだんまどぐちにしてほしいことをかいてね。			
たおり 1かいめ			
たおり 2かいめ			
↓このてがみにかいたことをだれがしゃっていますか? あてはまるものに○をつけてください。			
かぞく	せんせい	ともだち	だれもしらない
↓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】			
() 学校であいたい ★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、いじめそだんまどぐちのひとからでんわします			

のりづけ

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



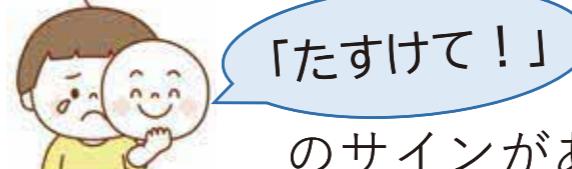
しょうがくせい
小学生 (1~3年生) のみなさんへ

れいわ ねん ねん がつ
令和7年(2025年)11月

こまつたら おてがみかいてね!

ひらかたしやくしょ いじめそだんまどぐちでは、
てがみでいじめのそだんができます。
あなたのおはなしをきかせてください。

ひみつはまるので
あんしんしてね



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...



たたかれたり、けられたりする...
つらい、いやなおもいをする...

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。

きりとり

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がおおい
- すきなことが、たのしくない
- なきたくなる

のりづけ

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たくなる

このようなサインで
こまついたら
おてがみください!



こまつたら そだんしてね!

ひらかたし
いじめそだんまどぐち

でんわ 072-841-1656

へいじつ ごぜん9じ~ごご5じ30ぶん

ファクス 072-841-1700

メール ijime@city.hirakata.osaka.jp

きりとて、カードとしてつかってね。★うらもみてね!



枚方市
ひこばしくん

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

♪

