

小学校3～6年生版

おおつっこ相談チーム 通信

夏号

発行月：2026年6月
発行元：いじめ対策推進室



3～6年生のみなさん、こんにちは！

新学期が始まってから2か月経ちましたが、新しい生活にはなれましたか？
友だちのことや学校のことで困ったり、なやんだりすることがあるかもしれ
ません。

そんなときは、1人でかかえこまず、あなたが安心できる大人の人に、自分の
気持ちを話してみてくださいね。

おおつっこ相談チームも、あなたの気持ちをいつでもききますよ。

電話やメール、手紙での相談をまっています。



おおつっこ相談チームのマスコットキャラクター「てるちゃん」です。よろしくね！

ホッとできる
どうだんまどぐち
相談窓口

おおつっこほっとダイヤル

フリーダイヤル おおつっこ こんにちは
0120-025-528



むりょう
無料
電話

どうだん
相談できる曜日と時間

月曜～金曜：午前9時～午後5時
(火曜のみ：午前9時～午後8時)

※ 年末年始・祝休日はお休みです

おしらせ

6月22日(月)～6月26日(金)は
毎日 午前9時～午後8時 まで
電話相談を受け付けます。

友だちのこと、学校のことで
なやんだりしたときは、電話してね！

チームしょうかい



ホームページ

ホームページや動画で

おおつっこ相談チームをしょうかいして
います！いちど見てみてね♪



YouTube

メンバーしょうかい



みやば



おだ



すぎもと

どうだん
相談
まってるよー！

どうだん どうだんほうほう おおつっこ相談チームへの相談方法



0120-025-528

おおつっこほっとダイヤル

電話で
どうだん
相談する

フリーダイヤルなので
お金はかかりません



左の二次元コードからも相談できます！

学校から配られている
タブレットから相談できます



メールで
どうだん
相談する



てるちゃんの
アイコンをさがして
タップしてね



あすとはまおおつ かい
「明日都浜大津」の2階に
相談室があります

もよ えき けいはん こはまおおつ
最寄り駅：京阪「びわ湖浜大津」

会って
どうだん
相談する

あなたの家の近くの
市民センターなどでも
会うことができます



〒520-8575

おおつしくよ
大津市役所

おおつっこ相談チーム あて

毎年10月頃に
てがみそうだんようし
「手紙相談用紙」を
学校や市民センターに
配っています

手紙で
どうだん
相談する



あなたの大切な **気持ち**

コラム

わたしたちの **気持ち** は、日々変化します。

気持ち は、心の状態を知らせてくれるアンテナです。

気持ち には、楽しい、しあわせ、うれしいなどのポジティブな **気持ち**、怒り、悲しみ、さみしさ
といったネガティブな **気持ち** があります。どの **気持ち** にも良い、悪いはありません。

『ムカつく』『キレそう』という **気持ち** になることは、だれにでもあります。

「それっておかしくない？」「納得できない。」「いやだ。」ということがつづくと、
怒りや悲しみ、くやしさがあふれてしまいます。

自分の正直な **気持ち** を相手に伝えることができず、心の中にモヤモヤがたまっていくと、

『ムカつく』『キレそう』といった **気持ち** に変化していくのです。

大切なことは、心の中の **気持ち** を正直に受け止めて、どう言葉にするかです。

だれに、どんな理由で「ムカついて」いるのか、どうしてほしいのか、
どうしたいのかを言葉にすることで、コミュニケーションが生まれます。

どんな **気持ち** も、あなたの大切な **気持ち** です。

あなたの正直な **気持ち** をおおつっこ相談チームに聴かせてください。



子どもからの相談はどれくらいあるの？

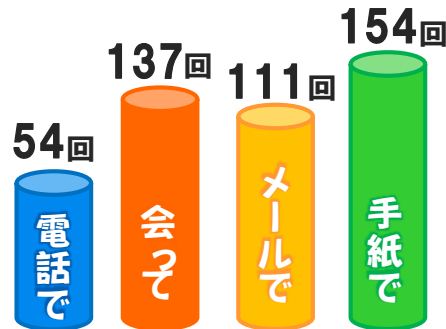


令和7年度は、**136人**の子どもたち（小学生、中学生、高校生など）が、おおつっこ相談チームに相談してくれました。そして、子どもたちとの相談回数の合計は、**456回**となりました。一度話してスッキリする人もいれば、なやみがなくなるまで相談してくれた人もいました。

みんなはどんなふう^{そうだん}に相談してるの？



みんなは**どんな方法**^{ほうほう}で相談しているの？



子どもの相談のうち
半分以上が小学生からの相談だよ！

計 456回



みんなは**どんなとき**^{そうだん}に相談しているの？



友だちのこと、学校のこと、自分のことなんでも話してね！！

- ・いやなことを言われた
- ・いやなことをされた
- ・仲間はずれにされた
- ・たたかれた、けられた
- ・無視された
- ・クラスメイトや友だちとけんかした
- ・SNSで悪口を書かれた
- ・学校に行きたくない
- ・クラスになじめない
- ・ひとりぼっちに感じる
- ・人と話すのが苦手
- ・話を聞いてほしい

相談してくれた子どもたちの声

最初は「初対面の人にうまく話せるかなあ…」と不安だったけど、
ゆっくり話をきいてくれたから、モヤモヤがなくなった！



Aさん



どんなことを話してもいいと思えて、なにかあったときにまた相談したい！

おおつっこ相談チームからみなさんへ



会ったことのない大人に相談するのは、少し勇気のいることかもしれませんが、何かこまったことがあれば、あなたの相談しやすい方法でいつでも連らくしてくださいね。

