

# おおつつこ そうだんチームつうしん

しょう がく ねん せい 小学1・2・3年生のみなさん こんにちは！

きせつはもうすっかりあきですね。

みなさん、<sup>げん き</sup>元気にすごしていますか？

マスコット  
キャラクターの  
てるちゃんです！



おおつつこそうだんチームは、みんながえがおで生活をおくれるように、おうえんしています！こまったときは、あなたが「話しやすいなあ。」とかんじるおとなの<sup>ひと</sup>人に、<sup>はな</sup>話してくださいね。

おおつつこそうだんチームもいつでもあなたの<sup>はなし</sup>話をきくよ！



おおつつこそうだんチームを  
しょうかいしてるよ。  
ぜひみてね！ ➡



ホーム  
ページ



どうが

こんなときは、おおつつこそうだんチームにそうだんしてね

なかまはずれにされた

<sup>がっこう</sup>学校に行くのがいやだ

クラスにいろいろ

いやなことを言われたり、  
されたりした



ともだちとけんかした

<sup>ひと</sup>クラスの人が  
いじめでこまっている



きもちがモヤモヤする

イライラすることがあった

<sup>はなし</sup>話をしてみたら、きもちがちょっとラクになるかもしれないよ



うらの

どうしたらいいか  
いっしょに  
かんがえます



おだ

ひみつは  
まもります



じっくりあなたの  
<sup>はなし</sup>話をききます



あらい

あなたがあんしんできるまでなんどでも<sup>はなし</sup>話をきくよ。

ひとりでなやまずに<sup>はなし</sup>話してみてね。あなたからのれんらくをまっています！



# 「おおつっこそうだんチーム」へのそうだんほうほう



でんわ で



フリーダイヤルは  
おかけがからない  
でんわだよ！

あって



まずは、<sup>ひと</sup>あうちの人と  
いっしょにでんわしてね！

てがみ で



〒520-8575  
おおつっこ  
そうだんチームあて

メール で



コードをよみこんで  
うけつけフォームに  
もじをかいてね

## 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**

けつ すい もく きん ござん じ ござん じ  
月・水・木・金：午前9時～午後5時

か  
火

ござん じ ござん じ  
：午前9時～午後8時

※ <sup>どにち</sup>土日・<sup>しゅくきゅうじつ</sup>祝休日・<sup>ねんまつねんし</sup>年末年始はお休みです

コラム

## きんちょうとのつきあいかた



あなたはどんなときに、きんちょうしますか？  
はっぴょうのとき、はじめてチャレンジするとき…

きんちょうすると、  
しんぞうがドキドキしたり、てにあせをかいたりするよね

そうすることでね、あなたをまもうと、  
からだがじゅんびしているんだよ

きんちょうすることは、わるいことじゃないんだ  
あなたがそのことを「がんばりたい」というきもちでもある  
きんちょうとたたかうよりも、  
きんちょうしているじぶんとなかよくなれたらいいな

オススメは、まわりの<sup>ひと</sup>の人に

「わたし(ぼく)、いまきんちょうしているんだ」  
と<sup>い</sup>言ってみること

まわりの<sup>ひと</sup>人は、あなたのことをおうえんしてくれるとおもうよ

オススメ！ ★「しんこきゅう」(いきをすって、ゆ～っくりはく)

★「おまじないをとる」(あなたがあんしんすることば)もやってみてね！





# こまったときは、たすけてもらっていいんだよ



こんなとき、どうする！？

あめがふってきた！かさがない



じてんしゃがパンクした



たとえばこんなとき、  
あなたならどうする？

- ①ひとりでなんとかする
- ②まわりの<sup>ひと</sup>人にたすけてもらう
- ③そのほか

こまっていることを話してみよう

なにかこまったとき、ひとりでかいけつできそうなら、じぶんのちからでやってみる。  
でも、ひとりだとむずかしいときは、まわりの<sup>ひと</sup>人にたすけてもらっていいんだよ。

かさもってないんだ  
どうしよう



2本あるから  
1本かしてあげるよ



じてんしゃが  
パンクしちゃった！  
たすけて～



あらたいへん！  
おかえにいくね

こまったときに、人をたよったり、  
たすけてもらうことは、はずかしいこと  
でも、わるいことでもない。  
むりをして、ひとりでぜんぶやろうとし  
なくていいんだよ。

あなたがこまっていることを、まわりの  
人はきがついていないかもしれないの  
で、じぶんから話してみよう。

だれに話したらいいの？

あなたのまわりには、あなたをたすけてくれる人がいるよ



たとえば…

おうち



おとう  
さん

おかあ  
さん

きょうだい  
しまい

おじい  
さん

おばあ  
さん

しせつの<sup>ひと</sup>  
人

友だち



クラス  
の友だち

じどうクラブ  
の友だち

ならいごと  
の友だち

きんじょ  
の友だち

学校



たん<sup>せんせい</sup>にん  
の先生

子ども<sup>せんせい</sup>しえん  
コーディネーターの先生

ほけん<sup>せんせい</sup>しつ  
の先生

きょう<sup>せんせい</sup>とう  
先生

こう<sup>せんせい</sup>ちよう  
先生

スクール  
カウンセラー

ちいき



じどう<sup>せんせい</sup>かんの  
先生

じどう<sup>せんせい</sup>クラブ  
の先生

スクール<sup>せんせい</sup>ガード  
先生

あなたが「話しやすいなあ。」とかんじる<sup>ひと</sup>人に話してみてね。

だれに話したらいいかわからないときは、おおつこそうだんチームにれんらくしてね



…など





★ <sup>した</sup>下の    のてるちゃんのじゃんばんで、ゴールしてね！

てるちゃん  
めいろ



スタート



ナナメのみちはおれないよ



ゴール



← こたえはこのページをみてね！



## 保護者の方へ



「おおつつこ相談チーム」は、大津市教育委員会とは別の部署にある市の相談窓口です。

子ども本人からの相談のほか、保護者の方からの子どものいじめに関する相談も受け付けています。

### 相談方法

- ・お電話で
- ・直接会って



相談内容を許可なく  
学校などに話すことは  
ありません(守秘義務)



### 親子面談

お子さんの気持ちや意向を  
じっくり聴かせてもらい  
解決方法を探します

子ども担当と保護者担当が  
それぞれ話を伺います



### 関係調整

お子さんが望んだ場合、  
問題解決に向けて、学校と  
話し合いをしたり、  
お子さんの気持ちや意向を伝える  
お手伝いをすることもあります



### 悩みや問題の解決

お子さんが、「もう大丈夫！」「もう安心！」と思えるまで何度でも相談できます！

