

おおつっこ相談チーム通信

つうしん



発行月: 2026年2月

発行元: いじめ対策推進室

冬 からだんだん温かい 春 へと季節が変わろうとしています。

学年末は友達や先生との別れ、そして新しい学年への期待や不安で気持ちがゆれ動く時期ですね。もし、「こころがもやもやする…」「なんだかいつもどちがう…」を感じたときには、いつもより早くねたり、おふろにゆっくりつたり、おいしいものを食べたりするなどして、あなたの「こころ」と「からだ」を休ませてあげてね。何かこまつたことになったり、友達との関係などでなやんだりしたときは、一人でかかえこまづに、あなたが安心できる大人の人に話してみてください。おおつっこ相談チームも、みなさんからの相談を待っています！



ホット
とできる
相談窓口



おおつっこほっとダイヤル

0120-025-528

フリーダイヤル おおつっこ こんにちは

むりょう
無料
電話



お金がかかる
電話なので
安心してね！



相談できる日時

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

チームしょうかい



ホームページ



YouTube

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！
一度見てみてね♪

相談してくれた小学生の声



悩みや不安がなくなるまで、何度も電話で話をきいてもらえた！

自分の気持ちをだれかに話していいんだと思えた！

最初は「初対面の人にうまく話せるかな…」と不安だったけど、
ゆっくり話をきいてくれるので、自分のペースで話すことができた！



おおつっこ相談チーじへの相談方法

ほうほう



左の二次元コードからも相談できます！

電話で 相談する

0120-025-528

おおつっこほっとダイヤル

フリーダイヤルなので
お金はかかりません



メールで 相談する

学校から配られている
タブレットから相談できます



おおつっこほっと
てるちゃんの
アイコンをさがして
おおつっこ相談チーム
タップしてね

会って 相談する

あすとはまおおつ
「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
あすとはまおおつ
最寄り駅：京阪「びわ湖浜大津」

あなたの家の近くの
しみん
市民センターなどでも
会うことができます



手紙で 相談する

〒520-8575
おおつしあくしょ
大津市役所

おおつっこ相談チーム あて
毎年10月頃に
「手紙相談用紙」を
学校や市民センターに
配っています



コラム

あなたの心を大切に

人には、「思い」や「考え」、「気持ち」、「感情」などがあります。

そういったものを、【心】ということばで表すことができます。

あなたの【心】は、ほかのだれかと同じときもあれば、ちがうときもあるよね。

まわりの人の【心】と自分の【心】がちがうとき、「本当にこれでいいのかな」

「みんなに合わせた方がいいのかな」と不安になることがあると思います。

そんなときは、学校の先生やおうちの人など、あなたの話しやすい人に

話を聞いてもらうと、少し安心できるかもしれません。

どんな「思い」や「気持ち」であっても、あなたにしかない【心】を

大切にしてね。

かんじょう



こんな時、あなたならどう思う？



それぐらい
だいじょうぶやろ？

そんなつもりじゃ
なかったのにっ！



えっ！ なんで！ ？



そんなに気にすること？

それぞれの場面で、
あなたならどう思うか
考えて、×・△・○・◎
を書いてみてね。

あなたはこんな経験
ありませんか？



ぜったいイヤ ⇒ × あんまり気にならない ⇒ ○
ちょっといや ⇒ △ ぜんぜん気にならない ⇒ ◎

場面 1

あなたがAさんに貸した本を
AさんがBさんにまた貸しをしている

場面 2

なかよしグループで公園に行くやくそくをして
いたのに、あなたの知らないうちにCさんの家に
行くことになっていた

場面 3

Dさんがあなたのえんぴつをだまって使った

場面 4

あなたのお気に入りのTシャツとおなじものを
ともだちが着ていた

場面 5

なかよしのEさんからSNSで「宿題を見せて」と
言われた

場面 6

いっしょに帰るやくそくをしていたのにFさんが
何も言わずに先に帰ってしまった

場面 7

Gさんはいつも、何もしてないのにたたいたり、
おしたりしてくる

どうでしたか？ 人によって「イヤだ」と思うことはちがいます。

自分がだいじょうぶなことでも、気が付かないうちに相手にイヤな思いをさせてしまうことがあります。

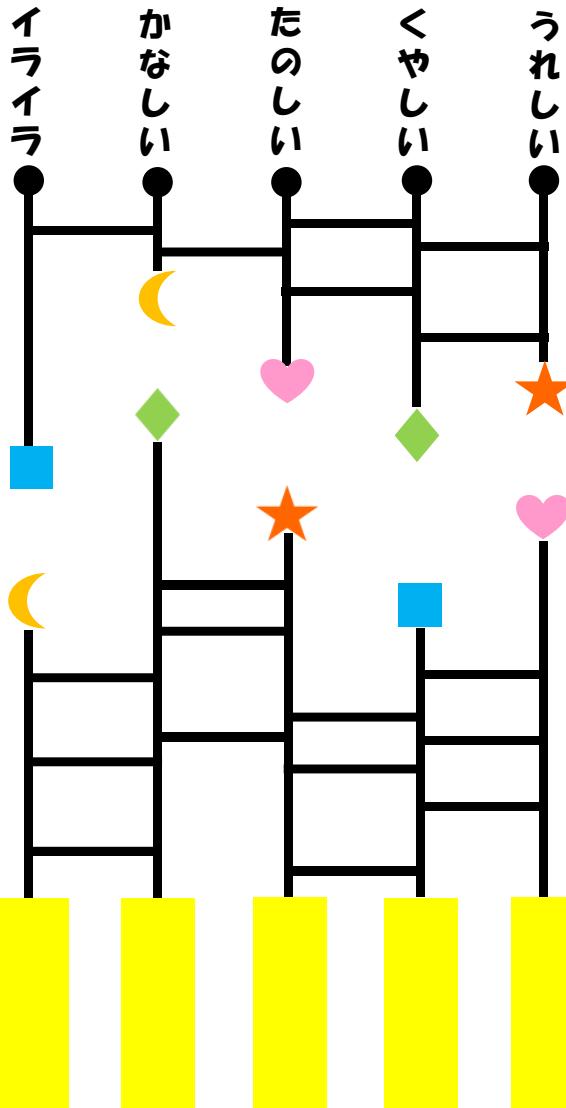
「相手とのきより」や「相手がどう思うか」などを考えながら、おたがい気持ちよくすごしたいですね。



二次元コードを読みこむとこたえが見れるよ！

1

あみだくじをたどって

かんじょう
黄色のわくに当てはまる感情を書いてね！マークにぶつかったら同じマークまで
ジャンプ！！

2

? に文字を入れて左から読んでください。

に あ ぎ り ま

? ? ? ? ?

ね う げ れ む

こたえ

<input type="text"/>				
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

? と上下の【ひらがな】はタテに
じゅんぱん ある順番にならんでいるよ！

3

わくに入る言葉はなんでしょう？

/	-	ト
カ	タ	ン
レ	キ	シ

線に注目



こたえ

<input type="text"/>				
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

保護者のみなさまへ

「おおつっこ相談チーム」は、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・お問い合わせ

まずは
下記ダイヤルまでお電話ください

0120-025-528
おおつっこほっとダイヤル

相談内容を許可なく
学校等に話すことはありません



面談

お子さんの気持ちや意向に沿った
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

お子さんが望まれた場合、問題解決に向けて
学校等と話し合いをすることもあります

※保護者の方の代弁は行いません



悩みや問題の解決

お子さんが「もう大丈夫！」「安心できた！」と思えるまでサポートします！

