

相談シート 小学校 (4~6年生) 用・特別支援学校 小学部用

の  
り  
し  
ろ

の  
り  
し  
ろ

これは、みなさんが楽しく学校生活をおくれるようにするための相談シートです。  
学校生活の中で大人からされておかしな、モヤモヤするな、イヤだなと思って、話した  
いことは、このシートに書いてゆうびんで送ったり、インターネットで回答したりできます。

<だれが困っていますか？>

- 1 自分 2 お友だち ( 年 組 さん )

<どんなことですか？>

- 1 体をさわられた。 2 着がえているところやトイレをのぞかれた。  
3 たたかれたり、けられたりした。 4 くりかえしきずつく言葉を言われた。  
5 つくえをけられるなどのこわいことをされた。  
6 それ以外 (どんなこと? )

<だれからされましたか？>

- 1 知らない人 2 学校の先生 ( 先生 )  
3 それ以外の人 (どんな人? )

<いつのことですか？>

- 1 授業中 2 休み時間や放課後 3 プールや体育の着がえの時間  
4 それ以外 (どんな場面? )

うちがわに  
おる

うちがわに  
おる

大人からされておかしな、モヤモヤするな、イヤだなと思うことのれい

- 学校で、体をさわられる。
- トイレに行くとき、体育着や水着に着がえるときにのぞかれる。
- 用じもないのに、二人きりになろうとする。 など



区市町村名

学校名

(例 練馬区)

年 組 名前

名前は書きたくなくてもだいじょうぶです。

がっこうせいかつ なか  
 学校生活の中でおかしいな、モヤモヤするな、イヤだなと  
 おも  
 思うことがあったら、「なやみごと相談員」の先生や、い  
 ろいろな人にお話しできます。もし知っている人に話した  
 くないときは、こちらの相談先に話すことができます。



163-8001

792

差出有効期間  
 2028年3月31日  
 まで  
 (切手不要)

とうきょうとしんじゅくくにしんじゅく  
 東京都新宿区西新宿2-8-1

じどう せいと きょうしよくいんとう せいぼうりよく まも  
 児童・生徒を教職員等による性暴力から守るための

だいさんしゃそうだんまどぐち  
 第三者相談窓口 行

たいばつなど かん そうだん う っ  
 (体罰等に関する相談もこちらのシートで受け付けできます。)

でん わ そうだん う けつ けい じ かん  
**電話相談受付時間** <東京都の相談先>

げつ か もくようび ごご じ じ  
 月、火、木曜日：午後3時から6時まで  
 どようび ごぜん じ しょうご  
 土曜日：午前9時から正午まで

かくようび だんせい じよせい べんごし たいおう  
 ※各曜日で男性・女性どちらかの弁護士が対応します。

とうばんべんごし か き こかくにん  
 ※当番弁護士は下記のホームページで御確認できます。

とうきょうとうきょういくいんかい じどう せいとせいぼうりよくぼうし けんさく  
 「東京都教育委員会」「児童・生徒性暴力防止」で検索するか  
 みぎ キューアル けんさく  
 右のQRコードで検索してください。

メールアドレス  
 k.tsuho-soudan@section.metro.tokyo.jp

そうだん  
 相談シートはインターネットでも回答できます。

みぎ キューアル けんさく  
 右のQRコードで検索してください。

ねりまく そうだんさき  
 <練馬区の相談先>

じどう せいと きょうしよくいん せいぼうりよくとう まも ねりまくだいさんしゃそうだんまどぐち  
**児童生徒を教職員による性暴力等から守るための練馬区第三者相談窓口**

【電話による相談】  
 080-4574-9845  
 すいようび 水曜日 15:00から18:00まで じよせいしんりし 女性心理士 ※年末年始と祝日は  
 きんようび 金曜日 15:00から18:00まで だんせいしんりし 男性心理士 つながりません

【メールによる相談】  
 nerikyosoudan@city.nerima.tokyo.jp

【フォームによる相談】  
 (小学校) <https://logoform.jp/form/G2rU/437428>  
 (中学校) <https://logoform.jp/form/G2rU/437333>

でんわ いがい ほうほう そうだん  
 ※電話やメール以外の方法で相談したければ、この  
 てがみ つか そうだん  
 手紙を使って相談することもできます。