

相談シート 中学校用

東京都教育委員会 練馬区教育委員会

生徒のみなさんが性暴力やセクハラ被害を受けることはあってはならないことです。性暴力は、身体に対する暴力に限られませんし、親しい人からされる場合もあります。学校生活の中で大人からされておかしいな、モヤモヤするな、イヤだなと思って、話したいことがあったらこのシートに書いて、送ることもできます。

<誰のことを話したいですか。>

- 1 自分のこと 2 友達のこと ( 年 組 さん )

<どんなことですか。当てはまる番号を○で囲んでください。>

- 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 個人的なやり取りのため、連絡先の交換を求められた。
4 用事もないのに、自分一人だけ密室になるような場所に呼び出された。
5 食事や自宅にしつこく誘われた。 6 恋愛対象として見ていると伝えられた。
7 叩かれたり、蹴られたり、突き飛ばされたりした。 8 傷つく言葉を言われた。
9 机を蹴られるなど恐怖感を与えられた。
10 それ以外 ( )

誰からされましたか。当てはまる番号を○で囲んでください。>

- 1 知らない人 2 学校の先生 ( 先生 )
3 それ以外の人 ( )

<いつ、ありましたか。当てはまる番号を○で囲んでください。>

- 1 授業中 2 休み時間や放課後 3 プールや体育の着替えの時間
4 部活動中 5 土・日曜日等の休日
6 それ以外 (どんな場面? )

ひとりで抱え込まないで、

信頼できる大人に話してみましよう。

あなたは決して悪くありません。



区市町村名

[Blank box for district/city/village name]

学校名

[Blank box for school name]

[Blank box] 年

[Blank box] 組 名前

[Blank box for name]

名前は書きたくなければ匿名での提出も可能です。

内側にお折る

内側にお折る

がっこうせいかつ なか こま  
 学校生活の中で困ったことがあったら、信頼できるおとな  
 (ようごきょうゆ など そうだん)  
 (養護教諭、スクールカウンセラー等)にも相談できます。  
 もし自分の知っているひとに相談したくないときは、以下の  
 そうだんさき そうだん  
 相談先に相談できます

料金を取らず郵便

163-8001



434

差出有効期間  
 2026年3月  
 31日まで  
 (切手不要)

とうきょうとしんじゅくにしんじゅく  
 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じかん  
**電話相談受付時間**

とうきょうと そうだんさき  
 <東京都の相談先>

げつ、ひ、もくようび、こごし  
 月、火、木曜日：午後3時から6時まで  
 どようび、こぜん、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、じょせい  
 ※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  
 ※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 けいようかい 「児童・生徒性暴力防止」で検索するか  
 「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 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](mailto:k.tsuho-soudan@section.metro.tokyo.jp)

この相談シートはインターネットでも回答できます。

みぎ 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 水曜日15:00から18:00まで 女性心理士 ※年末年始と祝日は  
 金曜日15:00から18:00まで 男性心理士 つながりません

【メールによる相談】  
[nerikosoudan@city.nerima.tokyo.jp](mailto:nerikosoudan@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>

<小学校> <中学校>

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いときは、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。