

みらい みんな  
未来をひらく皆さんへ

いじめられていたり、暴力を受けて苦しんだりしているあなたは、決して一人ぼっちではありません。

お父さん、お母さん、学校の先生、近所のおじさんやおばさん、友達、みんなあなたの味方です。一人で苦しまないで、いじめられていることを勇気をもって話してみましょう。必ずまわりの大人が助けてくれるし、なにより自分が楽になります。

もし、相手の顔を見て話すことがむずかしいのなら、電話やメールで話を聞いてもらうこともできます。

下に書いてあるところなど、どこでもいいから、ぜひ相談してください。そこで待っているたくさんの大人が、あなたの苦しい心を受け止めて、解決に向けて力を貸してくれます。



ぼうりょく

# 『いじめ・暴力』

## しない！させない！ゆるさない！

あなたの学校の電話番号  
(055-977-1052)

あなたの市町の教育委員会の電話番号  
(055-983-2670)

あなたの市町の家庭児童相談窓口の電話番号  
(0800-200-7576)

ハロー電話「ともしび」

沼津地区	055-931-8686
静岡地区	054-289-8686
掛川地区	0537-24-8686
浜松地区	053-471-8686

子ども・家庭110番

賀茂地区	0558-23-4152
東部地区	055-924-4152
中部地区	054-273-4152
西部地区	053-458-4152

こころの電話 (精神保健福祉センター)

賀茂地区	0558-23-5560
東部地区	055-922-5562
中部地区	054-285-5560
西部地区	0538-37-5560

「いじめ・暴力」対策メール

ホームページ

<http://www.pref.shizuoka.jp/kyouiku/ijime/>



24時間子供SOSダイヤル

0120-0-78310