

## ひとりでなやんでいないで、メールでそうだんしよう！

ならしのし  
習志野市では、いじめメール相談そうだんを行っています。友達ともだちにされて「嫌いやだな」「つらいな」と思うことがあったら、がまんしないで、メール相談そうだんをしてください。

### いじめメール相談 Q & A



Q 何を相談できるの？



A 学校の仲間や友達ともだちにいじめられて『学校がっこうに行きたくない』とか『つらい』『嫌いやだ』  
と思うことがあったら何でも相談そうだんできます。



Q 時々、嫌いやなことを言いわれたりするけど、まだいじめじゃないと思う！



A 自分でいじめではないと思おもっても、「つらくて嫌いやだな」と思おもったら、遠慮えんりょせずに  
相談そうだんしてください。



Q 相談そうだんしたことがいじめた子こにわかるのが怖こわいです！



A あなたが相談そうだんしたことの秘密ひみつは絶対ぜったいに守まもります。いじめた子こに伝つたわることはあ  
りません。



Q 名前なまえを知られたくないです！



A 設定せっていを変かえると、匿名とくめいでも相談そうだんができます。設定せっていについては、習志野市総合  
教育センターきょういくのホームページを見て下さい。



## ひとりでなやんでいないで、 メールでそうだんしよう！

〈いじめメール相談アドレス〉  
tsunagaru@city.narashino.lg.jp

- ・つらいもちを、だれかにそうだんしよう。
- ・そうだんは、ひきょうなことでも、はずかしいことでもありません。
- ・おどなは、あなたのはなしを、しっかりうけとめます。  
(千葉県教育委員会 絶対にいじめ許さない!!はなす勇氣より)

※名前や相談内容についての秘密は守ります。  
※アカウントで設定した送信者名でメールが送られますので、  
匿名を希望する人は送信者名(名前)を変えて送信してください。  
※匿名メールのやり方がわからない人は総合教育センターホームページをご覧ください。

いじめや  
友だちとのトラブルで、  
つらい思いを  
していませんか？



〈いじめメール相談アドレス〉  
[tsunagaru@city.narashino.lg.jp](mailto:tsunagaru@city.narashino.lg.jp)