

# 未来をひらく皆さんへ

いじめられていたり、暴力を受けたり、嫌な思いをしたりして、苦しんでいるあなたは、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、近くに住んでいる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、苦しい思いをしていることを、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はずかしいのなら、電話やメールで話を聞いてもらうこともできます。下書いてあるところなど、どこでもいから、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。



## 『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  
055-931-5021

沼津市家庭児童相談 (沼津市役所 1F こども家庭課)  
こどもの成長・養育・家族関係のこと、  
児童虐待等の相談  
055-934-4828

子ども・家庭110番  
子育て全般の悩み事、親子関係トラブル等の相談  
055-924-4152

こころの電話  
心の問題についての悩み、精神保健に関する相談  
055-922-5562

静岡県性暴力被害者支援センターSORA  
性犯罪や性暴力の被害にあった方・あっている方  
054-255-8710 (24時間)

「いじめ・暴力」相談メールアドレス  
kyoui\_seisaku@pref.shizuoka.lg.jp  
メール・LINE相談  
ID: @shizuokasoudan

沼津市教育委員会  
学校生活全般・いじめ・体罰・発達・非行等の相談  
055-934-4809

沼津市青少年教育センター  
学校生活・対人関係・発達・子育て・進路・非行・不登校等の相談  
055-951-3440

やまびこ電話  
学校生活・人間関係・家族関係・進路・非行・不登校等の相談  
055-951-7330

ハロー電話「ともしび」  
青少年の悩み相談、保護者の教育・悩み相談  
055-931-8686

沼津市いじめ相談ホットライン  
いじめを受けている子ども、他の子がいじめを受けていることを知っている子ども、いじめを受けていることを知っている(見た)保護者・地域の方からの相談  
<https://www.city.numazu.shizuoka.jp/kyurashi/kyoiku/kyoiku/numazushi/hotline.htm>  
沼津市役所(沼津市教育委員会)のホームページからもアクセスできます。

24時間子供SOSダイヤル  
いじめ問題やその他の子供のSOS全般に悩む子どもや保護者  
0120-0-78310