

令和8年（2026年）7月24日

保護者の皆様

札幌市教育委員会

令和8年度「相談窓口周知カード」の配付について

保護者の皆様におかれましては、日頃より本市の学校教育に御支援と御協力をいただき、感謝申し上げます。

各学校においては、児童生徒一人一人の立場に立って、不安や悩みを抱える児童生徒の把握に努めるとともに、教育相談体制の充実を図っているところですが、令和7年度に実施した「悩みやいじめに関するアンケート調査」においては、誰にも相談せずに一人で抱え込む児童生徒の割合が、全体として6.7%という結果となりました。その理由として「相談しても改善が期待できない」「親に心配をかけたくない」「うまく伝えられない」などの回答が挙げられており、このような児童生徒への支援が課題となっています。

このため、学校や家庭以外にも様々な相談先があることを児童生徒に周知し、不安や悩みをより相談しやすくするため、例年、小学校4年生以上の全ての児童生徒に標記カードを配付しています。

小学校4年生以上の保護者の皆様におかれましては、カードを参考にしながら、様々な相談先があることをお子様と一緒に確かめていただくとともに、小学校1～3年生の保護者におかれましても、家庭において誰かに相談することの大切さについての指導に御協力いただけますようお願いいたします。

あなたの相談先は？

【性暴力を受けたら…】
●性暴力被害者支援センター北海道
SACRACH(さくらち)
TEL: 0120-8891-77(通話無料)
TEL: 局番なし #8891 24時間対応
メール: sacrach20191101@leaf.ocn.ne.jp

【体罰・性被害を受けたら…】
●体罰・性被害相談窓口
TEL: 011-272-6034 平日10時15分～16時45分(年末年始を除く)
メール: taibatsu.seihigai@city.sapporo.jp

【困ったり悩んだりしたら…】
●子どもアシストセンター
TEL: 0120-66-3783(通話無料)
平日10時～20時、土曜日10時～16時(年末年始を除く)
メール: assist@city.sapporo.jp

●24時間子供SOSダイヤル
TEL: 0120-0-78310(通話無料)

●親のための相談LINE
平日9時～17時(年末年始を除く)

●札幌弁護士会子どもの権利110番
TEL: 011-281-5110
平日9時～12時、13時～16時30分(年末年始を除く)
木曜日は16時から18時まで弁護士と直接話せます。

《相談窓口周知カード》

～安心して相談を～

あなたは、かけがえのない大切な存在です。自分のことや友達のこと、心配なことがあったら、一人で抱え込まないで相談してください。

家族や友人、先生、スクールカウンセラーはもちろんのこと、学校以外にもあなたをサポートしてくれる相談先があります。多くの大人をぜひ頼ってください。

あなたの相談先は？

【いじめられたら…】
●いじめ電話相談(少年相談室)
TEL: 0120-127-830(通話無料)
平日9時～17時(年末年始を除く)

【虐待かもと思ったら…】
●虐待対応ダイヤル(通話無料)
TEL: 局番なし 189(いちばや)
札幌市教育委員会

いじめのサインチェックポイント

気になる様子が見られるときには、大人も子どもも学校に相談してください。

本人の様子

- ☐元気がなく落ち込んでいる
- ☐視線を合わせず、おどおどしている
- ☐表情が暗く、硬い
- ☐沈み込んだり泣いたり情緒不安定
- ☐登校を嫌がるそぶりが見られる
- ☐傷やあざ、鼻血を出した跡がある
- ☐大人に何かを訴えたいような態度
- ☐服が汚れたり破れたりしている
- ☐朝、腹痛や頭痛を訴え登校を決る
- ☐必要以上のお金を欲しが
- ☐食欲がなくなる
- ☐寝付きが悪くなったり、寝不足が続いたりする

友達と関わる様子

- ☐自分の部屋に閉じこもり、遊びに行かなくなる
- ☐学校や友達のことを話さなくなる
- ☐ささいなことでイライラしたり、物に当たったりする
- ☐突然連絡が来て外出する
- ☐仲間に入れず一人でぼつんとしている
- ☐他の子どもに冷やかされたり、悪口を言われたりする様子が見られる
- ☐他の子どもに指示されたり、いかくされたりする様子が見られる
- ☐おに遊びで常におにになるなど、遊びの中で不自然な状況が見られる
- ☐集団対一人の構図が見られる

子どもたちをたくさん目で見守ることで、変化にいち早く気づき、不安や悩みの解消につなげよう。

<https://www.city.sapporo.jp/kyoiku/ijime/soudan.html>

(担当 児童生徒担当課)