

おとなが知っておきたい 「いじめ」のこと

～「いじめをしない させない 見逃さない」^{みのが} 安心できる社会^{あんしん}を目指^{しゃかい めざ}して～



「いじめ」は、どのグループや学校、子どもにも起こるかもしれない問題です。

「いじめ」は、してはいけないことです。子どもだけの問題にしないで、

おとなもいじめについてできることを考えましょう。

そして、子どもが安心して暮らせる社会を一緒に目指しましょう。

いじめとは

学校の友だちや知り合いから、心や体^{こころ からだ}にいやなことをされて、つらい気持ちになることです。インターネットでいやなことをされる場合^{ばあい}も、いじめに入ります。

ポイント1

本人^{ほんにん}が「悲しい」「つらい」「苦しい」と感じていたら、それは「いじめ」です。

からかいや冷やか^ひしでも、本人^{ほんにん}がつらいと感じたら、それは「いじめ」になります。悪い気持ち^{わるきもち}がなくても同じです。一人ひとりの子どもを守るために、子どもの気持ち^{きもち}を大切にしています。

あれ？大丈夫かな？とおも^{だいじょうぶ}うことが第一歩！



ポイント2

「いじめ」は学校^{がっこう}だけでなく、起こるものではありません。

「いじめ」は学校^{がっこう}だけではなく、公園や塾^{こうえん じゅく}、SNSなどでも起こります。スマートフォン^おでいつでもつながる時代^{じだい}なので、知らないうちに誰かを傷つけたり、傷つけられたりすることがあります。

これっていじめ？

case
01

学校の帰りで、Aさんが
Bさんの給食袋を取って投げ、
Bさんは涙目になっている。



A

「いじめ」になる

- 1対1でもいやな思いをしたら、「いじめ」です。
- 学校の帰り道や公園での出来事も、「いじめ」です。

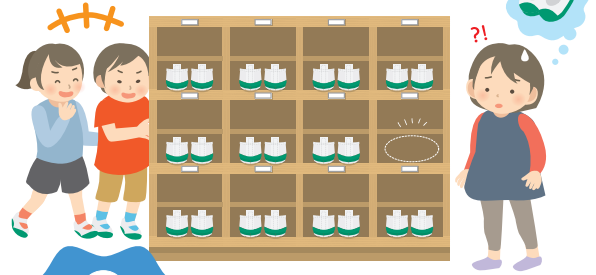
おとなができること

- 心配な様子を見かけたら、その場で声をかけて、注意する。
- 学校などに伝える。



case
02

キッズクラブで、Aさんが
外で遊んでいるときに、
BさんがAさんの上履きを隠した。



A

「いじめ」になる

- 学校以外の居場所での出来事も、「いじめ」です。

おとなができること

- まずは、こどもの気持ちに寄り添って、話を聞く。
- もし、誰かを傷つけるような言葉や行動があれば、注意する。
- その後、こどもの家族の人や学校に知らせる。



case
03

AさんがBさんの顔写真を
加工して、その写真を
許可なくチャットグループに
送った。



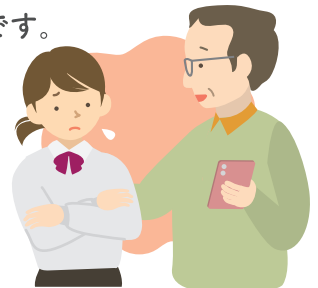
A

「いじめ」になる

- Aさんに悪い気持ちがなくとも、Bさんがいやな思いをしたら、「いじめ」です。
- グループ内での無視や仲間外れは、「いじめ」です。

おとなができること

- SNSを使うときのルールをこどもと一緒に確認する。



SNSいじめの特徴

匿名性

相手が誰か
分からないまま
攻撃されることも
あります

拡散性

一度投稿された
ことは、すぐに
広がります

常時接続

学校が終わっても、
いじめが
終わりません

証拠が

残る
スクリーンショット
などで記録が
残ります

など...

冗談のつもりで送ったメッセージが、他の人を深く傷つけているかもしれません。
見えにくいので、誰にも相談できず一人になってしまうことがあります。

スマホ・SNSの使い方は、
これも参考にしてください。



スマホ・SNS利用
リーフレット
(家族の人向け)

おとなのあなたができること



いつも こどもの話を聞くこと

こどもと話して、いつも感じていることや周りの子のことを聞いてみましょう。話していたら、こどもの気持ちの変化や友だちのことが分かるかもしれません。

いつもとちがう様子に気がつくことができます。

毎日、こどもと話をすることは、こどもを助けるために大切です。「うちの子は大丈夫」と思わず、どの子にも問題が起こることがあると考えましょう。

こどもたちの声

こどものことをよく観察して、変化があれば、何があったか聞いてほしい。



なんでも相談にのってほしい。
最後まで話を聞いてほしい。



相談できるところを紹介する

24時間子どもSOSダイヤル

☎0120-078310(365日24時間体制) フリーダイヤル

学校生活あんしんダイヤル

☎045-624-9081(火～金 ※祝日、年末年始等を除く・9時～17時)

他にも相談できる場所があります。

(横浜市ホームページ)

きょういくそうだん
教育相談



【こども向け】
相談したいと思ったら



見守りを続ける

声をかけることがむずかしいときは、いざというときに、助けられるように見守りを続けましょう。

こどもたちの声

自分から話すタイミングを待ってほしい。



誰にも知られずに話を聞いてほしい。

大丈夫かな?と思ったら...

自分からすすんで

「どうしたの?」と声をかける

こどもに元気がない、話すことが少なくなる、友だちを悪く言うことが増えるなど、心配な様子があったら、声をかけてみましょう。

こどもから相談されたときの

ポイント

- 相手の動きや息づかいに合わせて話を聞きます。
- うなずいたり、相づちをしたりして、ていねいに話を聞きます。
- 相手が話した大事な言葉をくり返します。
- 相手の気持ちを感じとり、それを伝えます。
- うまく言えないことは、言葉にして伝えます。

話を聞いた後、すぐに答えが出せなくても、相談できることを教えたり、つなげたりすることで、こどもの気持ちを助けることができます。

（^{かよ}こどもが^{がっ こう}通っている^{そう だん}学校や相談できる^{つた}ところへ伝える）

こどもの様子が気になったら、学校に話してください。学校に話しにくいときや、どの学校に通っているかわからないときは、教育委員会に伝えましょう。



がっこう

^{せんせい} クラスの先生、^{がく ねんしゅにん} 学年主任の先生、^{せんせい} 専任の先生、^{せんせい} 保健室の先生、^{せいい} スクールカウンセラー、^{だれ} スクールソーシャルワーカーなど、^{そうだん} 誰にでも相談できます。^{か ぞく} 家族の人で、^{ひと} スクールカウンセラーや
^{はな} スクールソーシャルワーカーに話したいときは、^{がっ こう} 学校の先生
^{つた} に伝えてください。

せん にん せん せい
専任の先生って？

^{せんせい} クラスの先生ではなく、^{たす} こともたちを助け
^{おし} たり教えたりする先生です。^{ふせ} いじめを防ぐ
^{はや} ために、早く見つけたり、^{はや} 早く解決したりする
^{しごと} 仕事をしています。^{かぞく} こともだけでなく、家族
^{ひと} の人や^{ちいき} 地域の人も^{ひと} 相談できます。^{よこはまし} 横浜市
^{しょうがっこう} では、すべての^{ちゅうがっこう} 小学校と中学校にいます。



がっこう い がい そう だん
学校以外で相談できるところ

し りつしょう がっ こう ちゅう がっ こう しょう かん かくほう めん がっ こう きょういく じ む しょう
市立小学校・中学校を所管する各方面学校教育事務所

- 東部 (神奈川県、鶴見区、中区、西区、南区)
 ☎045-411-0608
 ● 西部 (旭区、泉区、瀬谷区、保土ヶ谷区)
 ☎045-336-3743
 ● 南部 (磯子区、金沢区、港南区、栄区、戸塚区)
 ☎045-843-6408
 ● 北部 (青葉区、港北区、都筑区、緑区)
 ☎045-944-5978

し りつ こう とう がっ こう ふ ぞく ちゅう がっ こう ふく
市立高等学校(附属中学校を含む)

こう こうきょうい く か
 高校教育課 ☎045-671-3272

し りつ とく べつ し えんがっ こう
市立特別支援学校

とくべつしえんきょういくか
特別支援教育課 ☎045-671-3958

いじめられている・いじめているのサイン



いじめられているこどもの例

- ☒ ^{あさ}朝ななかに^お起きてこない、^{がっこう}学校へ^い行きたがらない
 - ☒ よく^いため息をつく
 - ☒ ^{はな}話すことが^{すく}少なくなる、^{がっこう}学校や^{とも}友だちの^{はなし}話をしなくなる
 - ☒ ^{ばん}ぼんやりしたり、^{ふさぎ}ふさぎ^こ込んだりする
 - ☒ ^{べんきょう}勉強したい^{きもち}気持ちがなくなる
 - ☒ ^{おどおど}おどおどしたり、^{いらいら}いらいらして^{きもち}気持ちが^{ふあんてい}不安定になる
 - ☒ ^{とも}友だちとの^{かんけい}関係が^か変わり、よく^{さそ}誘われたり、
^よ呼び^だ出されたり、^{そと}外に^で出かけたりすることが^ふ増える
 - ☒ ^{もち}持ち^{もの}物に^{らく}落書きや^{こわ}壊れたものが^み見つかる
 - ☒ ^し知らないものを^も持っている、^{だいじ}大事にしていたものが
なくなる
 - ☒ ^{かね}お金を持ち^も出す、よく^{かね}お金を^{ほしがる}ほしが
 - ☒ スマートフォンに^く来る^{れんらく}連絡を^き気にしすぎる
- 



いじめているこどもの例^{れい}

- ☒ 乱暴^{らんぼう}な言葉^{ことば}やふるまい^ふが増える
- ☒ お金^{かね}をたくさん使^{つか}うようになる
- ☒ 時間^{じかん}を失^まうなくなる
- ☒ いつも持^もっていないもの^{もの}を持^もっている
- ☒ 友^{とも}だちを悪^{わる}く言^いうこと^{こと}が増^ふえる
- ☒ 友^{とも}だちとの間^{あいだ}に上^{じょう}下^げ関^{かん}係^{けい}がでさる
- ☒ 学^{がっ}校^{こう}や友^{とも}だちの話^{はなし}をしなくなる

だれ^{ひと}でも、「いじめられる人」「いじめている人」
「いじめを見て楽しんでる人」
「見て見ぬふりをする人^{ひと}」になることがあります。

なに み
何かサインを見つたり、
こどもはな
が話してくれたりしたら
こ きも たいせつ
その子の気持ちを大切に、
いっしょ かんが
一緒にどうしたらいいか考えましょう。



参考:「いじめ」根絶!横濱メソッド 教師のためのいじめ防止・対応マニュアル(横浜市教育委員会事務局)

令和7年12月発行/横浜市教育委員会事務局不登校支援・いじめ対策課 ☎045-671-3296