

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」安心できる社会を目指して～



「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も、いじめに入ります。

ポイント1

本人が「悲しい」「つらい」「苦しい」と感じていたら、それは「いじめ」です。

からかいや冷やかしても、本人が「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、子どもの気持ちを大切にしています。

あれ？大丈夫かな？
思うことが第一歩！



ポイント2

「いじめ」は学校だけでなく、起こるものではありません。

「いじめ」は学校だけではなく、公園や塾、SNSなどでも起こります。スマートフォンいつでもつながる時代なので、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

学校の帰り道で、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。

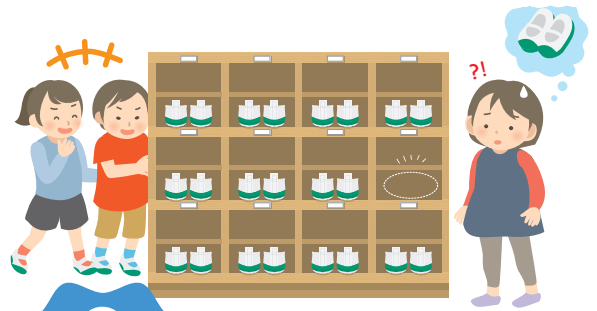
おとなができること



- 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。



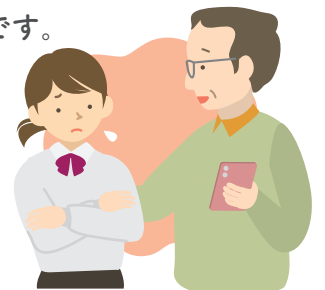
A

「いじめ」
になる

- Aさんに悪い気持ちがあっても、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 はなし き 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
に大事です。「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。

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、相づちをしったりして、
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。

相談できるところを紹介する

話を聞いた後、すぐに答えが出せなくても、相談できるところを教え
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。

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

右にある2次元コードから、相談できます。

他にも相談できる場所があります。

(横浜市ホームページ)

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。

こどもが通っている学校や相談できるところへ伝える

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。



学校

クラスの先生、学年主任の先生、専任の先生、保健室の先生、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーなど、誰にでも相談できます。家族の人で、スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーに話したいときは、学校の先生に伝えてください。

専任の先生って？

クラスの先生ではなく、こどもたちを助けて教えたりする先生です。いじめを防ぐために、早く見つけたり、早く解決したりする仕事をしています。こどもだけでなく、家族の人や地域の人とも相談できます。横浜市では、すべての小学校と中学校にいます。



学校以外で相談できるところ

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（神奈川区、鶴見区、中区、西区、南区）
☎045-411-0608
- 西部（旭区、泉区、瀬谷区、保土ケ谷区）
☎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

市立高等学校（附属中学校を含む）

高校教育課 ☎045-671-3272

市立特別支援学校

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

- 朝なかなか起きてこない、学校へ行きたがらない
- よくため息をつく
- 話すことが少なくなる、学校や友だちの話をしなくなる
- ぼんやりしたり、ふさぎ込んだりする
- 勉強したい気持ちが悪くなる
- おどおどしたり、いらいらしたりして気持ちが不安定になる
- 友だちとの関係が変わり、よく誘われたり、呼び出されたり、外に出かけたりすることが増える
- 持ち物に落書きや壊れたものが見つかる
- 知らないものを持っている、大事にしていたものがなくなる
- お金を持ち出す、よくお金をほしがる
- スマートフォンに来る連絡を気にしすぎる



いじめているこどもの例

- 乱暴な言葉やふるまいが増える
- お金をたくさん使うようになる
- 時間を守らなくなる
- いつも持っていないものを持っている
- 友だちを悪く言うことが増える
- 友だちとの間に上下関係ができる
- 学校や友だちの話をしなくなる

誰でも、「いじめられる人」「いじめている人」
「いじめを見て笑んでいる人」
「見て見ぬふりをする人」になることがあります。

何かサインを見つけたり、こどもが話してくれたりしたら、その子の気持ちを大切にして、一緒にどうしたらいいか考えましょう。

