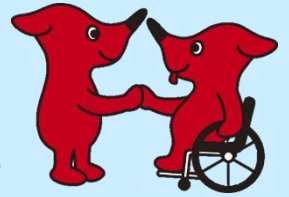




いじめをゆるさない

安全・安心な学校を
つくるために 千葉県教育委員会



チーバくん

ちがいがあってあたりまえ

人は一人ひとり、みんなちがっています。元気な子、静かな子、ゲームが得意な子、本が好きな子・・・いろいろな友達と話をしたり、遊んだり、勉強したりできるから、クラスが楽しくなるのです。自分とちがうからといって意地悪をしたり、仲間はずれにしたりすると、自分も相手も傷つきます。友達同士のちがいを認め合い、大切にしましょう。

これはいじめかな？

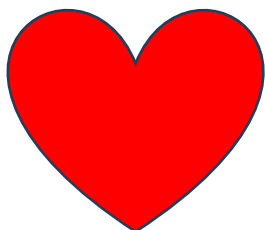
- ① 友達の悪口を言ったり、SNS 上に書きこんだりした。
- ② 友達をたたいた。
- ③ 友達を無視した。
- ④ 友達の写真や動画を許可なく SNS 上にアップした。
- ⑤ 友達におかしを買ってくれるように強くたのんだ。



実は・・・

①から⑤はどれもいじめになるかもしれません。理由は、相手の心が傷ついてしまった時は、いじめになるからです。相手のことを思いやって、悲しい気持ちやさびしい気持ちにならないように、話したり、行動したりできるとよいですね。

自分と相手 心の大きさや強さは同じかな？



自分の心



相手の心

自分は悪口を言われても、ちょっとたたかれても、ぜんぜん平気だよ。

でも、相手はどうだろう。少しの悪口でも、悲しい気持ちやさびしい気持ちになる人もいます。

もし、^{だち}友達の悪口を聞いてしまったら・・・。

◎Bさんから、「Aさんって○○だよね。」
という悪口を聞いてしまった。どうする？



Bさんに「そんなことは言っちゃいけないよ。」と注意する。

だれにも話さず、だまっておく。

悪口をCさんに話す。

Aさんに、Bさんが悪口を言っていたことを教える。

いじめをとめる^{ゆう}勇気を持っていてすばらしいです。

話さないことで悪口は広まらないですね。

うわさ話として広まりそうです。

Aさんは言われたら^{きず}傷つくかもしれないし、BさんもまさかAさんに^{つた}伝わるとは思っていないかもしれません。

BさんがどうしてAさんの悪口を言うのか、理由を聞いてみても良いかもしれません。

自分でこのことを^{かいけつ}解決することが^{むずか}難しい時は、先生に相談してみても^よ良いかもしれません。

先生に知らせることで、「^{だち}友達を^{うら}裏切ってしまう」と心配な場合は、「私が言ったことは、内しよにしてください。」というように先生に相談することもできます。

他の方法も考えてみてください。

◎にもどる。



^{だち}友達とのコミュニケーションの取り方になやんでいる人もいないかもしれません。大人でも、相手と上手にコミュニケーションをとることは^{むずか}難しいです。みなさんは、小学生ですので、上手なコミュニケーションの取り方について学んでいる^{だん}段階だと思います。上手なコミュニケーションの取り方について、友達から、家族から、先生から、^{いき}地域の人から学んで、自分も相手も大切にできるような人になってもらいたいと思います。

《いじめを今すぐやめる》

小さなころにいじめられて、とても大きな心の傷を負ってしまい、大人になった今でもその傷が治らない人がいます。いじめは、取り返しがつかないものです。大人も子どもも、等しく許されないものです。

- ◇ わざとではなくても人を傷つけてしまうことがあります。その時の友達の様子を見て、なるべく早くていねいに謝りましょう。
- ◇ きたない言葉や乱暴な言葉を使い続けていると、心は乱暴になり、知らず知らずのうちに友達の心を傷つけてしまいます。直接、友達に言うだけではなく、タブレットやスマートフォンなどを使って、SNSなどに書きこむことも同じです。
- ◇ 悪口を言いたくなった時は、おなかに手をあてて、手のひらのぬくもりを感じながら、息を吸ったり吐いたりをくり返しましょう。
- ◇ 優しい言葉をかけると、思いもしない反応が返ってきて、自分の心が温かくなる場合があります。

※いじめは、法律にふれる犯罪行為としてあつかわれる場合があります。

- (例)
- ・ 悪口を言う (ぶじょく罪、名よきそん罪)
 - ・ たたく (暴行罪、傷害罪)
 - ・ 物をとる (せつとう罪)
 - ・ いやなことをさせる (強要罪)

《いじめを先生や家の人に相談する》

あなたや友達がいじめを受けている時、そのことを話してもらえなかった先生や家の人は、どんな気持ちになるのでしょうか？先生や家の人などは、みなさんのことを心配しています。いじめを受けたり、いじめに気付いたりした時は、先生や家の人など身近な大人に必ず相談してください。ていねいにみなさんのお話を聞いて、たくさんの方が協力して問題の解決まで責任を持って対応します。

次のような事などを相談してください。

- ◇ いじめを受けている (いじめかどうかわからないけど、友達との関係でいやな気分になっているなどもふくみます)。
- ◇ いじめを見つけた (友達が悲しそうにしている、つらそうに見えるなど、気になる時がある)。
- ◇ 自分がいじめをしている (本当にこんなことしていいのかな？と疑問に思うしゅんかんもあると思います)。



*どうしても先生や家の人に話すことができない時は、

下にあるような他の場所に、相談できます。千葉県子どもと親のサポートセンター
マスコットキャラクター こさぼん



☆子どもと親のサポートセンター 0120-415-446

メール saposoudan@chiba-c.ed.jp

☆24時間^{ども}子供SOSダイヤル 0120-0-78310

☆ヤング・テレホン^{ち ばけんけいさつしょうねん}(千葉県警察少年センター) 0120-783-497

☆こどもの人権^{けん ばん}110番 0120-007-110

☆千葉いのちの電話 043-227-3900

☆チャイルドライン千葉 0120-99-7777

☆よりそいホットライン 0120-279-338

そっとなやみを相談してね

SNS 相談@ちば



LINE で相談

ワストップ・オンライン相談



Zoom で相談

[クリック⇒「子どもと親のサポートセンター」子どものページへ](#)

※国、千葉県、市町村、学校では、いじめを^{ふせ}防いだり、いじめを受けた^{どもたち}子供達を守るためにきまりをつくったり、みんなで^{きょう}協力して行動しています。

気になることは、いつでも相談してください。

