

9月は「いじめ防止重点月間」です

# 「どうしたの？」一声をかけてみませんか

～ 子どもの不安や悩みに寄り添うために ～

「いじめ」をしない・させない・見過ごさない！



きっかけは、ちょっとした勘違い。  
あのとき、あんな言い方しなきゃよかったです。

なんか、最近友達との距離を感じるなあ…  
私、何かしたのかな？



# 「どうしたの？」「力になれることがある？」

子どもにいつもと違う様子や小さな変化が見られることはありますか？  
不安や悩みなどのストレスを抱えると、心や体に影響がでることがあります。  
大切なのは、子どもの変化「こころのSOS」に気が付くことです。

少しでも気になる様子が見られたときは、まずは学校に相談しましょう。  
保護者の方が相談しやすい教員や、裏面の相談先にお問い合わせください。



# いじめの状況(いじめの態様及びいじめの発見のきっかけ)

## いじめの態様

冷やかしやからかい、悪口や脅し文句、嫌なことを言われる。

仲間はずれ、集団による無視をされる。

軽くぶつかられたり、遊ぶふりをしてたたかれたり、蹴られたりする。

ひどくぶつかられたり、たたかれたり、蹴られたりする。

金品をたかられる。

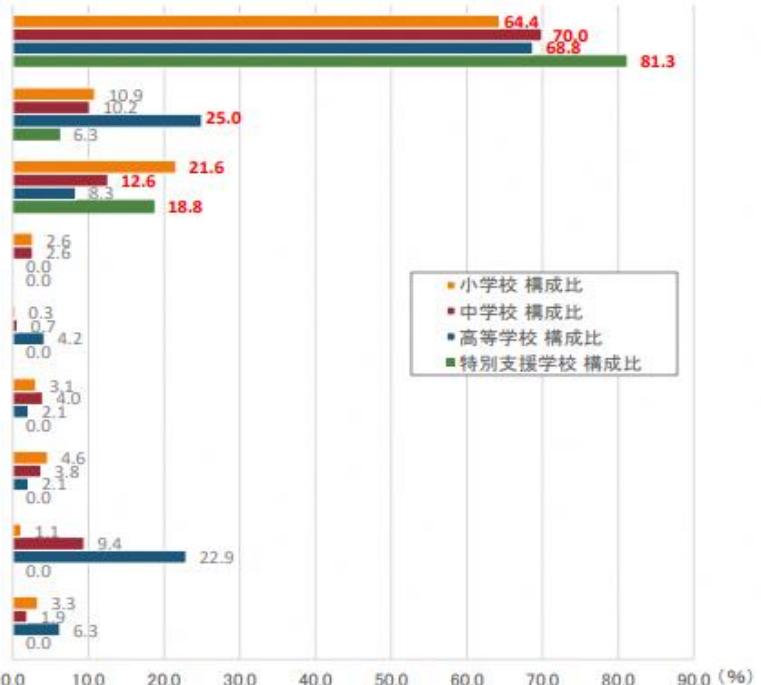
金品を隠されたり、盗まれたり、壊されたり、捨てられたりする。

嫌なことや恥ずかしいこと、危険なことをされたり、させられたりする。

パソコンや携帯電話等で、ひぼう・中傷や嫌なことをされる。

文部科学省の調査では、インターネットやSNS上のトラブルの報告が増加傾向にあると報告されています。

その他



出典：令和2年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査（東京都教育委員会）

いじめ等のトラブルや犯罪に巻き込まれないようにするとともに、学習への悪影響を防ぐため、SNSを利用する際のルールをご家庭でも話し合ってみましょう。

## SNS東京ルール

- ① 一日の利用時間と終了時刻を決めて使おう。
- ② 自宅でスマホを使わない日をつくろう。
- ③ 必ずフィルタリングを付けて利用しよう。
- ④ 自分や他者の個人情報を載せないようにしよう。
- ⑤ 送信前には、相手の気持ちを考えて読み返そう。



右記のQRコードは、東京都教育委員会のサイトです。  
10のストーリーから、いじめを相談することやSNSのことについて考えることができます。  
ご家庭でのご活用にお役立てください。



## 相談窓口

一人で悩まずに、相談してみましょう

○武藏野市教育支援センター（月～金 9:00～17:00） ⇒ 0422-60-1922

○こどものネット・ケータイのトラブル相談 こたエール ⇒ 0120-178-302

○東京都いじめ相談ホットライン（24時間受付） ⇒ 0120-53-8288

○24時間子供SOSダイヤル ⇒ 0120-0-78310

○相談ほっとLINE@東京（東京都教育委員会） ⇒

対象：都内国公私立中・高生

相談時間：午後3時から午後11時

