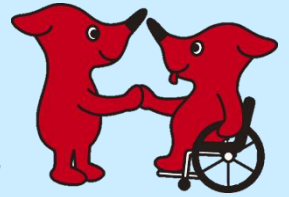


いじめをゆるさない

安全・安心な学校を
つくるために 千葉県教育委員会

ちがいがあってあたりまえ

チーバくん



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、ゲームがとくいな子、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。友達の中にあるちがいを認めて、大切にしてください。

これはいじめかな？

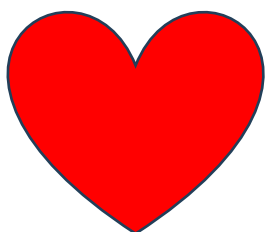
- ① 友達の悪口を言ったり、SNS 上に書きこんだりした。
- ② 友達をたたいた。
- ③ 友達を無視した。
- ④ 友達の写真や動画を許可なく SNS 上にアップした。
- ⑤ 友達におかしを買ってくれるように強くたのんだ。



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るかもしれません。

オンラインゲームで、こんなことがあったら・・・。

◎いっしょにプレーするはずだったのに、
友達が約束の場所に来ない。どうする？



様子を^{かくにん}確認するための
メッセージを送る。

来なかったことを理由に
アイテムやコインを
^{ようきゅう}要求する。

悪口を書きこむ。

☆返事が来ない。

次の日、友達を^{だち むし}無視する。

何か事^{じょう}情があったの
かも。友達^{だち}の心を傷
つけてしまうかもしれ
ません。

次の日、直接、
^{じじょう}事情を聞いてみる。

きちんと^{じじょう}事情を聞いて
自分の気持ちを話すこ
とが大切です。

もう一度
考えてみて。

^{だち}友達を責めないで、
でも自分の気持ちは
^す素直に話してみてください。

もう一度考えてみて。

◎にもどる。

☆にもどる。

「そういう^{じじょう}事情があったんだね。でも、ぼく（私）も
いっしょにプレーできなくて残念だったよ。」こんな
ふう^{だち}に話せば、友達とこれからも仲良^{なかよ}く過^すごせるはず。



オンライン上では、相手の顔が見えないので、悪口を書きこみやすくなる
場合もあるようです。直接^{せつ}会ってきちんと話すことが大切です。

《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^{きず}を負ってしまい、大人になった今でもその傷^{きず}が治^{なお}らない人がいます。いじめは、取り返し^{きず}がつかないものです。大人も子供^{ども}も、等しく許^{ゆる}されないものです。

◇ わざとではなくても人を傷^{きず}つけてしまうことがあります。その時の友達^{だち}の様子を見て、なるべく早くていねいに謝^{あやま}りましょう。

◇ きたない言葉^{らんぼう}や乱暴^{らんぼう}な言葉^{つづ}を使い続けていると、心は乱暴^{らんぼう}になり、知らず知らずのうちに友達^{だち}の心^{きず}を傷^{きず}つけてしまいます。直接^{せつ}、友達^{だち}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^すを言いたくなかった時は、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^はを吸^すったり吐^はいたりをくり返しましょう。

◇ 優しい言葉^{やさ}をかけると、思いもしない反応^{のう}が返ってきて、自分の心が温^{ぬか}くなる場合があります。

※いじめは、法律^{ほうりつ}にふれる犯罪^{はんざい}行為^いとしてあつかわれる場合があります。

(例) ・悪口^{れい}を言う (ぶじょく罪^{ざい}、名よきそん罪^{めいざい}) ・たたく (暴行罪^{ぼうこうざい}、傷 害罪^{しょうがいざい})
・物をとる (せつとう罪^{ざい}) ・いやなことをさせる (強 要罪^{きょうようざい})

《いじめを先生や家の人に相談する》

あなたや友達^{だち}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、どんな気持ちになるでしょうか？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^ついたりした時は、先生や家の人など身近な大人^{かなら}に 必^{かなら}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、たくさんの人が協力^{きょうり}して問題^{かい}の解決^{せきにん}まで責任^{おう}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^{だち}との関係^{かん}でいやな気分になっているなどもふくみます)。

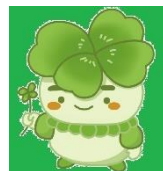
◇ いじめを見つけた (友達^{だち}が悲しそうにしている、つらそうに見えるなど、気になる時がある)。

◇ 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^ぎ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

☆千葉県警察^{けいさつ}少年センター（ヤング・ヘルプ） 0120-783-497

☆こどもの人権^{けん}110^{ばん}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。

