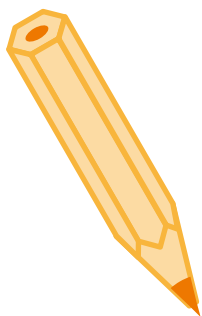


いじめ

そう ごう たい さく
総合対策
こ ども ばん
【子供版】

しょう がく ねん せい ねん せい む
小学1年生から3年生向け



れい わ ねん がつ
令和7年6月
とう きょう と きょう いく い いん かい
東京都教育委員会

もくじ

- どんないじめが「いじめ」なのだろう??・・・1
- あやまれば「いじめ」はおしまい??・・・3
- 「『いじめ』かどうか」や
「『いじめ』の^{かいしょう}解消」はだれが
きめるの??・・・3
- 「いじめ」が^お起きないように、
^{がっこう}学校ではどんないじめを
しているのかな??
・・・4
- 「いじめ」を^{はや}早く^み見つけるために、
^{がっこう}学校ではどんないじめを
しているのかな??
・・・8
- もし「いじめ」が^お起こったら、^{せんせい}先生たちは
どんないじめをしてくれるのだろう??・・・11
- みんなで^{かんが}考えよう・・・12

こどもばんの^{さくせい}作成に^あ当たって

^{がっこう}学校は、みなさんが、^{あんしん}安心してすごすことができる^{ばしょ}場所であることが
ひつようです。そのために、「いじめ」は、^{ぜったい}絶対あってはならない
ものです。このデジタルブックを^よ読んで、みなさんが、^{あいて}相手の^{きも}気持ちを
^{いま}今よりも^{かんが}考えて^{こうどう}行動することができるようになることを期待しています。

どんなことが「いじめ」なのだろう??

^{あい て}相手が、^{おも}いやな思いを ^{ば あい}した場合は、「いじめ」となるよ。

おにごっこで おにを
^き決めるときに、いつも
^{おな こ}同じ子をおににする。

^{なに い}何も言わずに、^{かって}勝手に
ともだちの えんぴつや
^け消しゴムを ^{つか}使う。

^{おな こ}同じ子に ^{こ も もの}ぶつかったり、
その子の持ち物を
^およく落としたりする。

^{えす えぬ えす}SNS などや
オンラインゲームなどで、
^{わる ぐち い}ともだちの悪口を言う。

※ ^{すべ}これらは、全て「いじめ」だよ。



ポイント

- ^{おこな こ}「行った子」の ^{にんずう}人数は ^{かんけい}関係ないよ。
(^{ひとり}一人でも、^{ふくすう}複数でも ^{おな}同じだよ。)
- ^{ぼうりよく}暴力が「あった」、「なかった」は ^{かんけい}関係ないよ。
- ^{こう い}行為の ^{かいすう}回数は、^{かんけい}関係ないよ。
(^{かい}1回だけでも、^{なんかい}何回やっても ^{おな}同じだよ。)
- ^{こう い}行為の ^{ないよう}内容ではんだんせず、^{あい て}相手がどう感じて
^{かん}いるかではんだんするんだよ。

たとえば…

1 ^{しんせつ}親切の つもりで やったのに…

^{はつげん}発言の ^{にがて}苦手な子に、^こ「〇〇さんも ^{なに}何か ^い言いなよ。」と ^い言った。

2 ^{わる ぎ}悪気は なかったのに…

リレーで バトンを ^お落とした子に、^こ「何やってんだ！」と ^な大きな声で ^い言った。

3 つい、かっとなって…

うっかりぶつかってきた子に、^こ悪口を ^{わるくち}言い、にらんだ。

うっかりぶつかってきた子に ^こ対して、^{たい}その場で ^ばたたいた。

4 ^こあの子には ^たらが立つから…

^{たいいく}体育の ^{じ かん}時間などで、「あなたのせいで ^ま負けた！」と ^こその子に ^い言い続けた。

しっばいをするたびに、「きもい!」、^{あし}「足をひっぱるな！」
など ^{わるぐち}悪口を ^い言った。

^も持ち物を ^{もの}かくして、「かくされた子」^こが ^みないている
ようすを ^みわらって見ていた。

^{し あい}試合で ^ま負けたかわりに、^{ぜんいん}メンバー全員に、^{かね}お金を ^{めいれい}はらう
よう ^{めいれい}命令した。

^{かね}お金を ^も持って来ないことを ^こ理由に、^{り ゆう}なぐったり、
けったりした。

ここに ^か書かれているものは、いじめにつながる ^{こう い}行為だよ。ひどいものについて、^{はんざい こう い}犯罪行為として、^{いっしょ}けいさつと一緒に ^{たいおう}対応することもあるよ。

あやまれば「いじめ」は おしまい??

「いじめ」が、なくなったじょうたいを「いじめの『かいしょう解消』」と言うよ。

① いじめの行為が すく 少なくとも 3か月以上、行われていない。

② 行為を受けた子が いやな思いを おも していない。

この2点が てん かくにんできてから、かいしょう 解消されたかどうかをはんだんするよ。



ポイント

「あやまった」、「いま なに 今は何もしていない」だけでは、いじめが かいしょう 解消されたことにはならないよ。

「『いじめ』かどうか」や「『いじめ』のかいしょう解消」は だれが きめるの??

「いじめ」のじょうほうが「いじめ」かどうかや、「いじめ」が かいしょう 解消されたかどうかは、がっこう がっこう 学校の「学校いじめ対策委員会」という会議で かいぎ はな あ 話し合われ、こうちょうせんせい 校長先生が はんだんするよ。



ポイント

とうきょうと すべ こうりつがっこう 東京都の 全ての公立学校には、「がっこう たいさく い いん 学校いじめ対策委員会」があるよ。

「いじめ」が ^お起きないように、^{がっこう}学校では
どんなことを ^おしているのかな??

1 ^{がっこう}学校 ^{ぼうし}いじめ防止 ^{きほんほうしん}基本方針

^{がっこう}学校ごとに、^おいじめが起きないようにするための
^{たいさく}対策についての ^{きほんてき}基本的な ^{とりくみ}取組が ^か書かれたものだよ。



ポイント

- ^{とうきょうと}東京都の ^{すべ}全ての ^{こうりつがっこう}公立学校は、「^{がっこう}学校 ^{ぼうし}いじめ防止 ^{きほんほうしん}基本方針」を、^{がっこう}学校の ^{こうかい}ホームページに 公開しているよ。
- ^{しんがっ き}新学期のはじめに、「^{がっこう}学校 ^{ぼうし}いじめ防止 ^{きほんほうしん}基本方針」について、^{がっこう}学校 ^{ほごしゃかい}だよりや保護者会などで ^{せつめい}説明をし、^{かくかてい}各家庭などへ ^し知らせているよ。
- ^{かくがっこう}各学校は、^{まいとし}毎年、^{がっ き}3学期の ^{こうはん}後半に、「^{がっこう}学校 ^{ぼうし}いじめ防止 ^{きほんほうしん}基本方針」の ^{みなお}見直しをしているよ。

2 先生たちによる「いじめについての勉強会」

とうきょう と 東京都の すべ 全ての こうりつがっこう 公立学校では、 せんせいがた 先生方が、 いじめ についての くに 国の きまりの ないよう 内容などを しっかり 理解 し、 ぜんいん 全員で たいおう 対応をできるようにしているよ。

せんせいがた 先生方は、 みんなの こまっている よう す 様子から、 はや 早く いじめに き 気づくことが できるように するために、 ねんかん 1 年間で 3 かい 回以上、 こうない 校内での べんきょうかい 勉強会をしているよ。



ポイント

とうきょう と 東京都の こうりつがっこう 公立学校では たらく 先生方は、 きょういく い いんかい 教育委員会 が おこな 行う べんきょうかい 勉強会など、 がっこう 学校の そと 外でも、 いじめについて べんきょう 勉強をしているよ。

3 いじめについての授業^{じゆぎよう}

東京都^{とうきよう と}の 全ての^{すべ}公立学校^{こうりつがっこう}では、全ての^{すべ}学級^{がっきゆう}で、1年間^{ねんかん}
で3回以上^{かい い じよう}、「いじめについての授業^{じゆぎよう}」を 行^{おこな}っているよ。



ポイント

みんな^{たい}に対して、

- いじめは 絶対^{ぜったい}に ゆるされない 行為^{こうい}であること
 - たとえ、相手^{あいて}に 原因^{げんいん}があるとしても、いじめに
なる方法^{ほうほう}でやり返^{かえ}しては いけないこと
 - 同じ言葉^{おな こと ば}や行為^{こうい}でも、楽^{たの}しいと感^{かん}じる人^{ひと}もいれば、
つらいと感^{かん}じる人^{ひと}もいるなど、人^{ひと}によって 感^{かん}じ方^{かた}
がちがうこと
- などを 学^{がく}習^{しゆう}できるようにしているよ。

えすおーえす

だ

かた

きょういく

4

SOSの出し方についての教育

とうきょう と

すべ

こうりつがっこう

かくがっこう

東京都の 全ての公立学校では、各学校の いずれかの

がくねん

ねんかん

かい い じょう

えすおーえす

だ

かた

学年で、年間1回以上の「SOSの出し方についての

きょういく

おこな

教育」を 行っているよ。



ポイント

- みんなが、「身近にいる大人に SOSを出すことが
できるようにすること」を 目的としているよ。
- 「いずれかの学年で、年間1回以上の授業」とは、
たとえば、小学校の場合、6年間で 1回以上の
授業を行うということだよ。

「いじめ」を ^{はや}早く ^み見つけるために、^{がっこう}学校
では ^{なん}どんなことを ^{して}しているのかな??

1 いじめについてのアンケート

^{とうきょうと}東京都の ^{すべ}全ての^{こうりつがっこう}公立学校では、みんながいじめにあって
いないかを ^し知るためのアンケートを ^{ねんかん}1年間で^{かい い じょう}3回以上
^{おこな}行い、その内容を ^{ないよう}学校の^{がっこう}先生^{せんせい}方で ^{かくにん}かくにんしているよ。
アンケートについては、^{がっこう}学校や^{がっねん}学年ごとに ^{つく}作っているよ。



ポイント

いじめをなくすために、^{じぶん}自分のことだけでなく、とも
だちのことで ^み見たり^き聞いたりしたことも ^か書くことが
できるよ。

2 ^{がっこう}学校での^{そうだん}相談について

みんなや^{ほ ご しゃ かた}保護者の方は、こまったことがあった^{とき}時に、
いつでも ^{がっこう}学校の^{せんせい}先生方に ^{そうだん}相談をすることが出来るよ。

たんにんの^{せんせい}先生だけでなく、^{がくねん}学年の^{せんせい}先生、^{ほ けんしつ}保健室の
^{せんせい}先生、^{とししつ}図書室の^{せんせい}先生など、^{はな}話しやすい^{せんせい}先生に ^{そうだん}相談を
することができるよ。

● スクールカウンセラー

みなさんは、^{しんぱい}心配なことや^{ふ あん}不安なことが あったときには、
^{がっこう}学校にいる ^{せんせい}スクールカウンセラーの先生に いつでも ^{そうだん}相談を
することができるよ。



- ### 3 学校以外の相談

なつやす ふゆやす はるやす まえ くば
夏休み、冬休み、春休み前に配られるチラシ

児童・生徒のみならんべ 不安や悩みがあると息は……一人で悩まず、相談しよう

東京都教育委員会
令和6年12月現在

「お」の窓口

C.S.O.・東京都教育委員会

1 話してみよう 東京子供ネット いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 0120-874-374 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	2 教育相談一歩一歩 東京いじめ相談センターライン いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 0120-53-8288 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	3 SNS等教育相談 インターネット上で匿名で相談できる相談窓口 24時間受付 03-5577-3899 平日 15:00~23:00 (受付は22:30まで) 東京都教育相談センター	4 東京都SNS相談ダイヤル いじめの被害を受けた子供やいじめの加害者の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 0120-Q-78310 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	5 センター・レクレーション・コーナー いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 03-3580-4970 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター
7 いじめに電話相談 いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 03-3366-4152 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	8 児童・生徒の悩みや不安を相談できる窓口 いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 0120-1-78302 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	10 たこえーる いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 0120-1-78302 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	12 このころの電話相談 いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 03-3366-4152 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	13 このころの電話相談 いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 042-312-8119 平日 9:00~12:00 土日祝日 9:00~12:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター

「お」の窓口

C.S.O.・東京都教育委員会

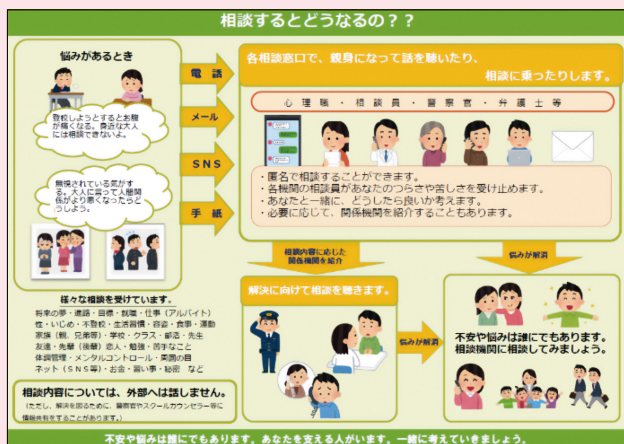
1 話してみよう 東京子供ネット いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 0120-874-374 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	2 教育相談一歩一歩 東京いじめ相談センターライン いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 0120-53-8288 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	3 SNS等教育相談 インターネット上で匿名で相談できる相談窓口 24時間受付 03-5577-3899 平日 15:00~23:00 (受付は22:30まで) 東京都教育相談センター	4 東京都SNS相談ダイヤル いじめの被害を受けた子供やいじめの加害者の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 0120-Q-78310 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	5 センター・レクレーション・コーナー いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 03-3580-4970 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター
7 いじめに電話相談 いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 03-3366-4152 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	8 児童・生徒の悩みや不安を相談できる窓口 いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 0120-1-78302 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	10 たこえーる いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 0120-1-78302 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	12 このころの電話相談 いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 03-3366-4152 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	13 このころの電話相談 いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 042-312-8119 平日 9:00~12:00 土日祝日 9:00~12:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター

「お」の窓口

C.S.O.・東京都教育委員会

1 話してみよう 東京子供ネット いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 0120-874-374 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	2 教育相談一歩一歩 東京いじめ相談センターライン いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 0120-53-8288 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	3 SNS等教育相談 インターネット上で匿名で相談できる相談窓口 24時間受付 03-5577-3899 平日 15:00~23:00 (受付は22:30まで) 東京都教育相談センター	4 東京都SNS相談ダイヤル いじめの被害を受けた子供やいじめの加害者の子供の悩みや不安を相談 フリーダイヤル 24時間受付 0120-Q-78310 平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00 (年末年始は要相談) 東京都教育相談センター	5 センター・レクレーション・コーナー いじめ、いじめ、いじめの被害の子供の悩みや不安を相談
--	---	--	--	--

- 9 -



じどう せいとお
児童・生徒向け
「相談するとどうなるの??」

保護者向け相談窓口一覧
どんなことでも構いません。遠慮せずに御相談ください。

令和6年12月

電話による相談/問合わせ
来所による相談/問合わせ
Webによる相談/問合わせ

各市区町村教育相談所（貸）一覧 教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン
お住いの地区の各教育相談所へお電話ください。相談先の一覧です。
24時間対応
0120-53-8288
東京都教育相談センター

青少年リスタートプレイス・恵愛サポートプレイス
都立高校への就学に向けた支援や心療等の専門家を併設しに連携を図っています。
03-3360-4192 東京都教育相談センター

子供家庭支援センター一覧
18歳未満の子供や子育てで、家庭のあらゆる相談を受けています。
東京都児童相談センター・児童相談所
原則18歳未満の子供に関する相談や通告について、どこからでも受け付けています。

児童庁少年センター
18歳未満の子供や子育てで、家庭のあらゆる相談を受けています。
東京都児童相談センター・児童相談所
原則18歳未満の子供に関する相談や通告について、どこからでも受け付けています。

生活や子育てなど家庭のことについて困っている。
非行や暴力、犯罪被害などを警察に相談したい。
子供の行動や発達などについて不安がある。
心の悩みや不安などを聞いてほしい。

このころの電話相談室
042-312-8119 東京都立小児総合医療センター
このころのいのちのほっとライン
0570-087478 東京都保健医療局

ほ ぎしや
保護者向け
「相談窓口一覧」

いじめ防止等啓発資料（初級編）
もしかして…
相手にいやな思いをさせていないかな

じゃんけんってドキドキする。
「Aくん、また負けた！よわーい！」

また負けちゃった。
「よわーい！」って言われるのは、いやだよ。

Bさん楽しそう！
もっと追いかけて、楽しませたい。

楽しくないよ。
追いかけるのは、こわいよ。

◆ いやなことや悲しいことがあったら、家族や先生、友達に話してみよう。

◆ 相手をいやな気持ちにさせてしまったら、「ごめんね。そんなつもりはなかったんだよ。」と伝えよう。

学校では
そうごうたいさく【いじめ・いじめ防止】
「いじめ総合対策【第2次・一部改定】」
を使って、いじめ問題への取組を行っています。
どんなことが書いてあるのか見てみよう。

東京都教育委員会ウェブサイト
https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/school/content/bullying_measures.html

令和6年3月 東京都教育庁指導部

じどう せいとよう ぼうしとうけいはつ
児童・生徒用「いじめ防止等啓発しりょう」

いじめ防止等啓発資料（児童・生徒用）
「いじめ」のことを相談したら、もっといじめられるかも
そんなことありません
必ずあなたを守ります

相談してくれたあなたの思いを大切にします
解決する方法を先生方みんなで考えます

学校にいる大人へ相談
相談 手紙・メール・電話など
担任の先生やスクールカウンセラーなど、誰でもいいから話しやすい大人に伝えてね
伝えたと、どうなるの？
先生たちみんなで、あなたを守る方法について考えます
全ての学校には、いじめの解決に向けて協力するチームがあります（学校いじめ対策委員会）
家族と協力します
必要な場合は、地域の人などと協力します

学校以外の大人へ相談
電話 メール SNS等
東京都児童相談センター
教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン
24時間対応 電話相談
0120-53-8288
メール相談
ホームページ上のフォームから利用できます
話してみよう 子供専用
SNS等教育相談
毎日15:00-23:00(受付:22:30まで)
いじめの問題に詳しい人が、なやみを聴いて、どうすれば解決できるか一緒に考えます
東京都教育相談センターには、いじめ、学校生活、友人関係などの悩みを寄りそう相談員がいます

解決に向け、
大人たちが力を合わせて、あなたを支えます

令和6年3月 東京都教育庁指導部

いじめを ふせいだり、
いじめに あったときに
相談したりすることについて
学べる しりょうだよ。

もし「いじめ」が ^お起こったら、^{せんせい}先生たちは
どんなことを ^おしてくれるのだろうか？？

^{がっこう}学校の^{せんせいがた}先生方は、^{こうい}行為を^う受けた^こ子によりそい、その^こ子
の^{ふあん}不安がなくなり、^{あんしん}安心して^{がっこうせいかつ}学校生活を^{おく}送ることができる
ようになるまで、ささえるよ。



ポイント

- ^{がっこう}学校の^{せんせいがた}先生方は、^{ほごしや}保護者の方と^{かた}じょうほうをつたえ
^あ合いながら^{たいおう}対応するよ。
- いじめの^{じょうきょう}じょうきょうや^{ないよう}内容によっては、^{がっこう}学校だ
けでなく、けいさつが^{きびしく}たいおうきびしく対応する^{ばあい}場合もあるよ。

いじめが「はんざい」になることがあるよ

- ともだちを ^{たたいたり} たたたいたり ^{けがをさせたり} けがをさせたりすること
(これは、「^{ぼうこう}暴行」という ^{はんざい}はんざい です。)
- ともだちのものを ^{かってに} かってに ^{もっていったり} もっていったり、
^{つかったり} つかったりすること
(これは、「^{せつとう}せつとう」という ^{はんざい}はんざい です。)
- 「^{はず}なかま外れにする」と、おどして、むりやり^{かね}お金や
ものを取りあげる
(これは、「^{きょうかつ}きょうかつ」という ^{はんざい}はんざい です。)

みんなで ^{かんが} 考えよう



みなさんの ^{がっきゅう がくねん がっこう} 学級や学年、学校で、いじめ
^{もんだい} 問題について ^{ひとりひとり} 一人一人が、どのようなこと
^{とく} に取り組めるかを ^{はなあ} 話し合ってみましょう。

いじめが ^お 起こらないように、
^{じぶん} 自分たちができることをしっかりとやろう。

^{じぶん} 自分たちができること（れい）

- ^{なに はなし} 何を話しても ^{だいじょうぶ} 大丈夫という、^{あんしん はな ば} 安心して話せる場を
みんなで つくること。
- ^{ともだち} ともだちの ^{ようす} こまっている様子を ^き 気にするように
すること。
- いじめは ^{じぶん} 自分たちの ^{もんだい} 問題 ^{かんが} という考えや、いじめを
ゆるさないという ^{ふんいき} 雰囲気をつくること。
- ^{えすえぬえす} SNSの ^{つか かた} 使い方を ^{みなお} 見直すこと。

み ちか お と な かな まも
身近な大人があなたを必ず守ります

う ひと
いじめを受けた人は

そのことをずっとわすれないよ

こころ いっしょう
心のきずは、一生のこるんだよ

よ
このデジタルブックをよんで、
じ ぶん かんが こうどう かんが
自分の考えや行動することを考えましょう。

