

# 学校 みんなが 安心して過ごせるようにするために

ルビなし



## こんなことはありませんか

こっそり話したつもり…



ふざけただけ…



思ったことを  
書いてだけ…



相手が嫌だと感じたら・・・ それは、**いじめ** です

いじめをしては  
いけないと、法律で  
決まっているのだね。

## いじめを 防ぎ、いじめられた人を守るための 法律があります【いじめ防止対策推進法】



(定義) 第2条 「いじめ」とは、児童等に対して（中略）他の児童が行う心理的又は物理的な影響を与える行為（インターネットを通じて行われるものを含む。）であって（中略）心身の苦痛を感じているものをいう。  
(いじめの禁止) 第4条 児童等は、いじめを行ってはならない。 など

## いじめで 苦しむ人 ゼロ！あなたから 始めよう！

### いじめられそうになったら

- その場から離れよう。
- 相手の目を見ながら「やめて」と言って立ち去ろう。
- 安全な場所に行こう。

### だれかがいじめられているのを見たら

- 学校の先生にすぐに相談しよう。
- いじめられている人を支えてあげよう。
- 勇気を出して、いじめを止めよう。

### もしもいじめられたら

- いじめから守ってくれる大人（家族や 学校の先生、スクールカウンセラー）に 相談しよう。
- 友達に 相談しよう。
- いじめがなくなるまで、何度でも相談しよう。

### あなたがだれかをいじめているとしたら

- すぐにやめよう。
- やめたくても、自分もいじめられるかもしれないといった不安などからやめられないときは、大人（家族や学校の先生）に相談しよう。

必ず  
力になります



教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン

# 0120-53-8288

令和8年5月 東京都教育庁指導部