

9月は「いじめ防止重点月間」です

お子さんの変化はSOSのサインかも！？

～ 被害者にも加害者にもさせない ～



子どもは様々な人との関わりの中で成長します。しかし、「いじめ」などのトラブルは、近くの大人が発見し、支えが必要となる場合があります。子どもの変化をキャッチするアンテナを高くしていきましょう！

いじめの内容	被害者側の様子（例）	加害者側の様子（例）
冷やかしからいじめ、悪口やおどし文句、嫌なことを言う	☐ すぐに自分の部屋にかけこみ、なかなか出てこない。外出したがない。 ☐ いじめの話をすると強く否定する。	☐ 友達の話をする際の口調が強くなったり、攻撃的になったりする。 
仲間外れ、集団からの無視	☐ 前から付き合いのある友達の話をすると話題をそらす。 	☐ 友達の話をしている時、特定の友達の話をしなくなることもある。 ☐ 友達よりも自分に興味を引くため自慢話ばかりして注目を浴びようとする。
嫌なことや恥ずかしいこと、危険なことをさせる	☐ 周りの様子を気にしたり、おどおどしたりしている。	☐ 周りの人や家族に対して、横柄な態度をとったり、攻撃的になったりする。
パソコンや携帯電話などで、誹謗中傷や嫌なことをする	☐ パソコンやスマートフォンをいつも気にしている。 ☐ 電話やメッセージの着信音におびえる。	☐ パソコンやスマートフォンを使う時間や頻度が増える。 

被害者・加害者の関係が入れ替わることもある

心配な様子に気付いたら

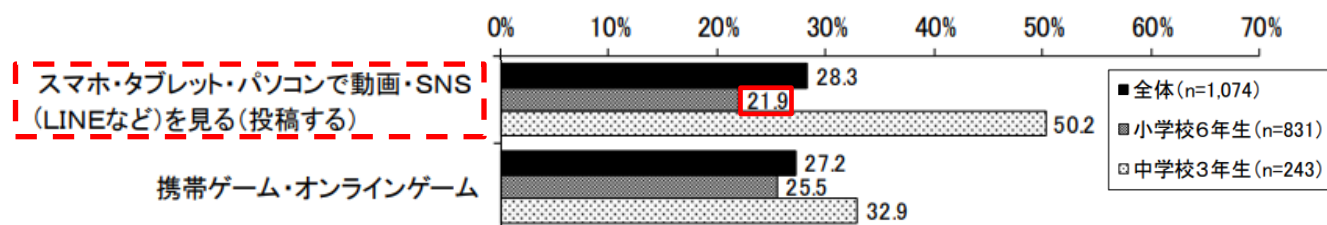
相談してみましょう

相談窓口

- クラス担任、話しやすい先生、副校長・校長、スクールカウンセラー ⇒ 学校へ連絡
- 武蔵野市教育支援センター（月～金 9時～17時） ⇒ 0422-60-1922
- 武蔵野市子どもの権利擁護センター（月・火・水・金 13時～17時） ⇒ 0120-634-331
- 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
- 東京は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
- 武蔵野警察署 ⇒ 0422-55-0110
- 相談ほっとLINE@東京（東京都教育委員会） ⇒ 
- 相談時間：15時から23時（受付は22時半まで）



「放課後は何をして過ごすことが多いですか」 (令和5年度武蔵野市子どもの学習・生活に関する調査)



小学校6年生の回答21.9%は、前回調査（平成30年度）14.1%から7.8ポイント増加しており、小学生段階からSNSに関わる児童が増えています。また文部科学省の調査では、インターネットやSNS上のトラブルが、年々増加傾向にあると報告されています。



【SNSトラブル】文字だけのコミュニケーションは難しい！？

こんな時どうしますか？ お子さんと一緒に考えてみてください。

メッセージアプリでグループ内の会話をしていた時、〇〇の話が楽しかったので、「〇〇って、おもしろくない？」と伝えるつもりで、「おもしろくない」とメッセージを送った。そうしたら、相手から「わざわざ否定する必要あるのか」と誤解されて…

お子さんがインターネットを利用する際、 家庭での約束はありますか

いじめだけでなく、犯罪被害や学習への悪影響を防ぐため、インターネットを利用する際のルールをご家庭でも話し合い、家庭での使用における約束を作ってみましょう。

約束1 家で学習用コンピュータは、こんなときに使います。

【使う場面】

約束2 家で使う時間は、____時 ____分 ~ ____時 ____分までにします。

約束3 家で使う場所は、____で使います。

約束4 家で次のアプリや機能は使いません。

【使わないアプリ・機能】

約束5 家では____に保管します。

1学期の振り返り 当てはまるものに○を付けましょう。

1 約束をすべて守れた。 2 守れなかった約束がある。 3 すべて守れなかった。

↳ 守れなかった約束【1・2・3・4・5】

【2学期に向けて内容を変えたり、新たに作ったりした約束】

【保護者より一言】

2学期の振り返り 当てはまるものに○を付けましょう。

1 約束をすべて守れた。 2 守れなかった約束がある。 3 すべて守れなかった。

↳ 守れなかった約束【1・2・3・4・5】

【3学期に向けて内容を変えたり、新たに作ったりした約束】

【保護者より一言】

3学期の振り返り 当てはまるものに○を付けましょう。

1 約束をすべて守れた。 2 守れなかった約束がある。 3 すべて守れなかった。

↳ 守れなかった約束【1・2・3・4・5】

【1年間の使い方を振り返り・来年度の目標】

【保護者より一言】

教育委員会が発行している武蔵野市学習者用コンピュータ通信にて、家庭での約束づくりを紹介しています。ぜひご覧ください。

