

いじめ総合対策【子供版】

初級編

(案)

令和7年3月

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』 のかい消^{しょう}」 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

どんなことが「いじめ」なのだろう??

あいて 相手が、い^{おも}やな思^{おも}いを した^{ば あい}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^こを おににする。

なに い 何^{なに}も言^いわずに、勝^{かって}手に
ともだちの えんぴつや
け 消^けしゴ^{つか}ムを 使う。

おな こ 同じ子^こに ぶつ^もか^{もの}ったり、
その子^この持^もち物^{もの}を
よく落^おとしたりする。

えすえぬえす SNSや
オンラインゲームなどで、
ともだちのわ^{ぐち}る口^いを 言う。

※ これらは、全^{すべ}て「いじめ」だよ。



ポイント

- おこな こ 「行^{にんずう}った子^{けい}」の 人^{けい}数^{けい}は かん^{けい}係^{けい}ないよ。
(一人^{ひとり}でも、ふく^{すう}数^{おな}でも 同じだよ。)
- ぼう^{りよく}力が「あ^{けい}った」、「な^{けい}かった」は かん^{けい}係^{けい}ないよ。
- 行^{こう}いの回^{かい}数^{すう}は、かん^{けい}係^{けい}ないよ。
(1回^{かい}だけでも、ふく^{すう}回^{かい}でも 同じだよ。)
- 行^{こう}いの 内^{ない}ようでは^{あいて}んだんせ^{かん}ず、相^{あいて}手^{かん}がどう感^{かん}じて
いるかでは^{あいて}んだんする^{かん}んだよ。



たとえば…

1 親切^{しんせつ}の つもりで やったのに…

発言^{はつげん}の 苦手^{にがて}な子^こに、「〇〇さんも 何か^{なに} 言い^いなよ。」と言^いった。

2 わる気^きは なかったのに…

リレーで バトンを 落^おとした子^こに、「何^{なに}やってんだ！」と
大^{おお}きな声^{こえ}で言^いった。

3 つい、かっとなって…

うっかりぶつかってきた子^こに、悪口^{わるくち}を 言^いい、にらんだ。

うっかりぶつかってきた子^こに 対^{たい}して、その場^ばで たたいた。

4 あの子^こにはら^たが立つから…

体育^{たいいく}の 時間^{じかん}などで、「あなたのせい^{せい}で 負^まけた！」と
問^といつめた。

しっばい^{しっばい}を するたびに、「へばい！」、「足^{あし}をひっぱるな！」
など悪口^{わるくち}を言^いった。

持ち物^{も もの}を かくして、「かくされた子^こ」が ないている
ようすをわらって見^みていた。

し合^{あい}で 負^まけたかわりに、メンバー全^{ぜん}員^{いん}に、お金^{かね}をはらう
よう命^{めい}れいした。

お金^{かね}を 持^もって来^こないことを 理^り由^{ゆう}に、なぐったり、
けったりした。

ここに 書^かかれているものは、いじめにつながる行^{こう}いだよ。ひどいもの
については、はんざい行^{こう}いとして、けいさつと一^{いつ}しょに 対^{たい}おうする
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『かい消』^{しょう い}」と言うよ。

① いじめの行^{おこな}いが 少^{すく}なくとも 3か月^{げつ}い上^{じょう}、行^{おこな}われていない。

② 行^{こう}いを受^うけた子^こが いやな思^{おも}いをしていない。

この2点^{てん}が かくにんできてから、かい消^{しょう}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}「今は何もししていない」だけでは、いじめが ^{しょう}かい消されたことにはならないよ。

「『いじめ』かどうか」や「『いじめ』のかい消^{しょう}」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 ^{しょう}かい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^{たいさく い いんかい}」という会^{かい}ぎで ^{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}東京都の ^{すべ}全ての ^{こうりつがっこう}公立学校には、「^{がっこう}学校いじめ対^{たい}さく委員会^{い いんかい}」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 ^しいじめぼう止 ^{ほんほう}き本方しん

^{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}対さくについての ^{ほん}き本てきな ^{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}「学校いじめぼう止 ^しき本方しん」を、^{ほんほう}学校の ^{がっこう}ホームページに ^{こうかい}公開して
いるよ。
- ^{しんがっ き}新学期のはじめに、^{がっこう}「学校いじめぼう止 ^しき本方しん」
について、^{がっこう}学校だよりや ^{しやかいなど}ほご者会等 ^{めい}でせつ明をし、
^かかく家てい ^{など}等へ ^し知らせしているよ。
- ^{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}「学校いじめ
^しぼう止 ^{ほんほう}き本方しん」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」

東京都の 全ての公立学校では、先生方が、いじめ
についての 国のきまりの 内ようなどを しっかり
理かいし、全員で 対おうをできるようにしているよ。
先生方は、みんなのこまっている様子から、早く
いじめに気づくことが できるように するために、
1年間で3回い上、校内での勉強会をしているよ。



ポイント

東京都の 公立学校ではたらく先生方は、教育委員会
が行う勉強会など、学校の外でも、いじめについて
の勉強をしているよ。



3 いじめについての授業^{じゅぎょう}

東京都^{とうきょう 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^{がっきゅう}で、1年間^{ねんかん}
で3回^{かい}い上^{じょう}、「いじめについてのじゅ業^{ぎょう}」を 行^{おこな}っているよ。



ポイコト

みんなに^{たい}対して、

- いじめは ぜっ^{たい}対に ゆる^{おこな}されない 行いであること
- たとえ、相手^{あい て}に 原^{げん}いんがあるとしても、いじめに
なる方^{ほう}ほうでやり返^{かえ}しては いけないこと
- 同じ^{おな}言葉^{こと}や行い^ばでも、楽^{おこな}しいと感^{たの}じる人^{かん}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^{しゅう}できるようにしているよ。

4 SOSの出し方についての教育

東京都の全ての公立学校では、各学校のいずれかの学年で、年間1回以上の「SOSの出し方についての教育」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」を目てきとしているよ。
- 「いずれかの学年で、年間1回以上のじゅ業」とは、たとえば、小学校の場合、6年間で1回以上のじゅ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 ^{どんな}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}全ての公立学校では、みんなが ^{こうりつがっこう}いじめにあって
^しいないかを ^{ねんかん}知るためのアンケートを ^{かい}1年間で ^{じょう}3回い上
^{おこな}行い、その内^{ない}ようを ^{がっこう}学校の^{せんせい}先生方^{がた}で ^{かく}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

^{じぶん}いじめをなくすために、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^{しや}ほご者^{かた}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^{がた}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、^{しつ}ほけん室の
^{せんせい}先生、^{としよしつ}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
することが出来るよ。

● 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^{あん}ふ安なことが 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
することが出来るよ。



ポイント

- じぶん がつきゅう
自分のことだけでなく、学級のことや ともだちのことなど ^{そうだん} 相談をすることができるよ。
- たんにんの先生に話しづらいことを、スクール ^{せんせい} ^{はな} ^{せんせい} ^{そうだん}
カウンセラーの先生に相談をすることも できるよ。

3 学校い外の相談

いじめなどのなやみや ^{あん} ふ安なことが あったとき、学校 ^{がつこう}
の先生たちに ^{せんせい} ^{そうだん} 相談をしづらい場合には、学校い外の所 ^{ばあい} ^{がつこう} ^{がい} ^{ところ}
にも ^{そうだん} 相談をすることができるよ。

^{なつやす} ^{ふゆやす} ^{はるやす} ^{まえ} ^{くば}
夏休み、冬休み、春休みの前に、チラシを配っているよ。

^{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・生徒のみなさんへ 不安や悩みがあるときは 一人で悩まず、相談しよう

・先生の話は、先生の話に任せてください。
・先生の話は、先生の話に任せてください。

いじめや不登校、引越
こもりなど、学校生活
のことについて相談し
たい。

SNS等教育相談 3
考えよう！いじめ・SNSのTokyo 4
教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン 2
東京都児童相談センター 1
ヤング・テレホン・コーナー 6
こたメール 10
こころのちのちのほっとライン 11
児童・生徒を性暴力から守るための相談窓口 8
性暴力相談ダイヤルNaka 9
こころの電話相談 12

児童・生徒のみなさんへ 不安や悩みがあるときは 一人で悩まず、相談しよう

1 聞いてみよう 児童相談センター
いじめ、不登校、引越、こもりなど、学校生活のことについて相談したい。
0120-874-374 平日 9:00-21:00
土・日・祝 9:00-17:00
東京都児童相談センター

2 教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン
いじめ、不登校、引越、こもりなど、学校生活のことについて相談したい。
0120-53-8288 平日 9:00-21:00
土・日・祝 9:00-17:00
東京都児童相談センター

3 学校い外の相談
いじめ、不登校、引越、こもりなど、学校生活のことについて相談したい。
0120-0-78310 平日 9:00-21:00
土・日・祝 9:00-17:00
東京都児童相談センター

4 いじめや不登校、引越、こもりなど、学校生活のことについて相談したい。
0120-1-78302 平日 9:00-21:00
土・日・祝 9:00-17:00
東京都児童相談センター

5 性暴力相談窓口
性暴力相談ダイヤルNaka
042-312-8119 平日 9:00-17:00
042-371-5585 平日 9:00-17:00
東京都児童相談センター

6 ヤング・テレホン・コーナー
いじめ、不登校、引越、こもりなど、学校生活のことについて相談したい。
03-3580-4970 平日 9:00-21:00
土・日・祝 9:00-17:00
東京都児童相談センター

7 こたメール
0120-1-78302 平日 9:00-21:00
土・日・祝 9:00-17:00
東京都児童相談センター

8 性暴力相談窓口
性暴力相談ダイヤルNaka
042-312-8119 平日 9:00-17:00
042-371-5585 平日 9:00-17:00
東京都児童相談センター

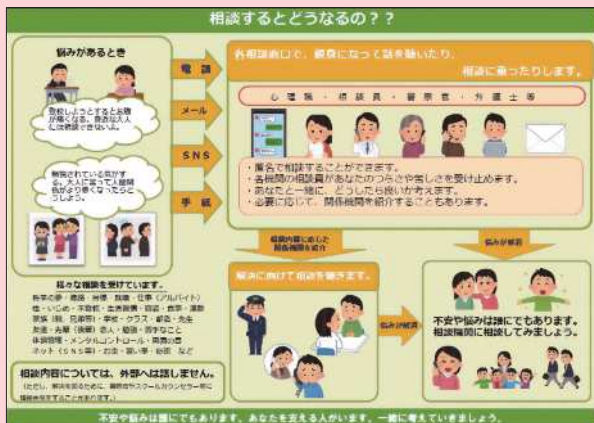
9 性暴力相談ダイヤルNaka
042-312-8119 平日 9:00-17:00
042-371-5585 平日 9:00-17:00
東京都児童相談センター

10 こたメール
0120-1-78302 平日 9:00-21:00
土・日・祝 9:00-17:00
東京都児童相談センター

11 こころのちのちのほっとライン
0570-087478 平日 9:00-21:00
土・日・祝 9:00-17:00
東京都児童相談センター

12 こころの電話相談
0120-1-78302 平日 9:00-21:00
土・日・祝 9:00-17:00
東京都児童相談センター

どう せい む あん ひとり そうだん
児童・生と向け「ふ安やなやみがあるときは… 一人でなやまず、相談しよう」



どう せい お
じ 童・生と向け
「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。遠慮せずに相談ください。

令和6年12月

各市区町村教育相談所（一）一覧 教育相談一歩：東京都いじめ相談ホットライン
お住いの市区町村の各教育相談所へお電話ください。24時間受付。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・危機対応サポートプレイス
都立高校への進学や就職の準備や進学・就職のサポートを行います。03-3360-4192 東京都教育相談センター

子育て家庭支援センター一覧 東京都児童相談センター・児童相談所
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。03-3580-4970
東京都児童相談センター・児童相談所

子育て支援センター 子育て支援センター・子育て支援センター
子育て支援センター・子育て支援センター。24時間受付。03-3580-4970
子育て支援センター・子育て支援センター

子育て支援センター 子育て支援センター・子育て支援センター
子育て支援センター・子育て支援センター。24時間受付。03-3580-4970
子育て支援センター・子育て支援センター

子育て支援センター 子育て支援センター・子育て支援センター
子育て支援センター・子育て支援センター。24時間受付。03-3580-4970
子育て支援センター・子育て支援センター

子育て支援センター 子育て支援センター・子育て支援センター
子育て支援センター・子育て支援センター。24時間受付。03-3580-4970
子育て支援センター・子育て支援センター

しゃ お
ほ 者向け
「相談まどろーらん」

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
「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。

東京都教育委員会ホームページ
https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/school/content/bullying_measures.html

令和6年3月 東京都教育庁指導課

どう せい よう
じ 童・生と用 「いじめぼう止等けい発しりょう」

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
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
必要の場合は、地域の大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
相談
教育相談一歩：東京都いじめ相談ホットライン
24時間受付 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
庭でみよう 子供専用
SNS等教育相談
毎日18:00-22:00（受付：22:30まで）
いじめの問題に詳しい人が、なやみを聞いて、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き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 東京都教育庁指導課

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}行いを^う受けた^こ子によりそい、その^こ子の^{あん}ふ安がなくなり、^{あんしん}安心して^{がっこうせいかつ}学校生活を送る^{おく}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、^{しや}ほご者の^{かた}方と^{じょうほう}じょうほうをつたえ
^あ合いながら^{たい}対おうするよ。
- いじめの^{じょうきょう}じょうきょうや^{ない}内ようによっては、^{がっこう}学校
だけでなく、けいさつが ^{きびしく}きびしく^{たい}対おうする^{ばあい}場合
もあるよ。

みんなで ^{かんが} 考えよう



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

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} 何を話^{はなし}しても ^{だい} 大じょうぶという、^{あんしん} 安心して話^{はな}せる場^ば
を みんなで ^{つく} 作ること。
- ともだちの こまっている様^{よう}子を ^き 気にするよう
にすること。
- いじめは ^{じぶん} 自分たちの問題^{もんだい} という考^{かんが}えや、いじめを
ゆるさないという ふんい気^きを つくること。
- ^{えすえぬえす} SNSの ^{つか} 使用^{かた}方を ^み 見直^{なお}すこと。