高校生いじめ防止協議会

１　日　時

令和８年８月４日（火）午前９時 30 分から正午まで

２　場　所

東京都庁第二本庁舎１階二庁ホール

３　出席者

都立高校生 11 名

４　事務局参加者

瀧沢教育監、山田指導部長、赤津指導企画課長、加藤主任指導主事（指導企画課）、河野主任指導主事（高等学校教育指導課）、濱田主任指導主事（指導企画課）、鈴木統括指導主事（指導企画課）、川村統括指導主事（指導企画課）、小池指導主事（指導企画課）、近藤指導主事（指導企画課）、東指導主事（指導企画課）、片桐課長代理（指導企画課）

５　傍聴者

23 名

６　報道機関

取材０社

７　内容

（１）　挨拶

（２）　自己紹介

（３）　（協議）東京都におけるいじめ防止等の対策について

ア　これまでの協議の概要について報告

イ　「いじめ防止に必要なこと」の協議・検討

ウ　高校生いじめ防止協議会からの提案・意見書の提出

８　記録

【高校生委員Ａ】

・高校生いじめ防止協議会の開会を宣言

・高校生委員の出席状況を報告
・本日の司会者が高校生委員Ｂに決定したことを報告

（１）挨拶（瀧沢教育監）
・高校生いじめ防止協議会の委員として協議を重ねていることへの感謝
・「東京都こども基本条例」を踏まえ、子供が社会の一員として意見を表明し、その意見を東京都の取組に反映することの重要性について
・いじめを根本から解決するためには、大人の取組に加え、子供一人一人が自らの問題として捉え、行動することの重要性について
・本日の協議を今後の東京都教育委員会のいじめ対策の充実につなげたいとの期待

（２）自己紹介
略

（３）（協議）東京都におけるいじめ防止等の対策について

ア　これまでの協議の概要

【高校生委員Ｃ】

これまで行ってきた事前打合せの協議内容について説明

○　第１回の打合せについて（令和８年５月 29 日（金）Ｗｅｂ会議で実施）
・自己紹介や委員の関係づくりをするためのアイスブレイク
・事務局から、本協議会の趣旨や方向性についての説明

協議内容
・今年度の協議テーマについて意見交換を行い、高校生の視点から考えるべきいじめ防止に向けた課題についての協議

○　第２回の打合せについて（令和８年６月 19 日（金）Ｗｅｂ会議で実施）
・いじめとは何かについての協議
・グループで話し合った内容を全体で共有し、今年度の方向性について検討

協議内容
・「なぜいじめは起きるのか。いじめをなくすために高校生ができることは何か。」をテーマに協議
・いじめの定義を正しく理解することの重要性についての協議
・相手の立場や気持ちを考えることや、相談しやすい環境づくり、生徒同士で支え合う取組について協議

○　第３回の打合せについて（令和８年７月 23 日（木）東京都庁で実施）
・いじめの未然防止のために必要な取組の検討

検討内容
・「いじめといじりの違い」について協議
・「なぜいじめは起きるのか」について協議
・「いじめが起こりにくい学校・学級づくり」について協議
・いじめの定義や構造、傍観者の性質などについて理解を深め、高校生いじめ防止協議会で取り上げる協議テーマについて検討

○　第４回の打合せについて（令和８年７月 24 日（金）東京都庁で実施）

・当日の進行等及び協議テーマの確認

確認内容
・高校生いじめ防止協議会当日の進行や役割分担について確認
・これまでの協議を基に整理した協議テーマについて最終確認

イ　協議

【高校生委員Ｂ（司会）】

それでは、「いじめ防止に必要なこと」の協議・検討を行う。 初めに、自分の言動をメタ認知し、言語化するための方法について、自分たち小・中高生がすべきこと及び高校生委員 11 名にできること、すべきことについて協議を行う。

【高校生委員Ｄ】

ＡＩを活用していくべきだと考えた。ＡＩを活用して、自分の感情などを客観視して、いじめや誰かの悪口などを聞いたときに、自分の感情などをそのままＡＩに伝えて冷静に判断してもらうことで、メタ認知できるようになるのではないかと考えた。そのために私たちの高校生委員にできることとしては、ＡＩに質問するテンプレートなどを作ることができるのではないかと考えた。

【高校生委員Ｅ】

日記を書くことによって自分の今の気持ちなど内面を自分自身で把握することができるのではないかと考えた。

また、ＡＩを使った文字起こしなどの機能を使って、冷静に自分の意見を客観視することが大切だと考える。そのために、私たち高校生委員ができることは、日記を習慣化させるために、１週間程度、日記週間のようなのを設けることやＡＩに関することであれば、テンプレートをつくることではないかと思う。

【高校生委員Ｆ】
小・中高生ができること、すべきことについては、まず、日記を書くこと。自分の行動や発言を日記や文字起こしから振り返り、客観的に見つめ直すこと。高校生委員ができることは、まず自分たちが日記を書くようにすること、そこから広げることだと考える。

【高校生委員Ｃ】
自分に合った方法を多くの人に知ってもらうことが大切であると考える。先ほど意見が出た日記を書くこと、ＡＩを活用することに加えて、スクールカウンセラーに相談して自分を客観視することなど、様々な方法があることを学校の生徒にも周知したい。
そのため、私たち高校生ができることとして、日記、ＡＩ、カウンセリングなどの方法を紹介し、自分に合った方法を選べるようにすることが考えられる。

【高校生委員Ｂ（司会）】
私は、自分の行動を客観視するために日記をつけることがよいと考える。ただ、強制になってしまうと、生徒が提出などで真意が書けなくなってしまうので、あくまで見せる必要はないが、書く習慣をつけることが大切だと考える。
そのために、私たちで日記を書いた日数や回数に応じてポイントがもらえるなどの制度をつくれたらいいのではないかと思う。

【高校生委員Ａ】
小・中・高校生が取り組むこととしては、ＡＩや日記など方法を限定する必要はなく、自分を振り返る時間を設けることが大切ではないか。それが、自分を客観視し、メタ認知して言語化するための第一歩になると考える。
高校生委員 11 名にできることとしては、まず私たち自身が、自分を振り返る習慣を身に付けることが大切である。

【高校生委員Ｇ】
皆さんから出た日記という意見と似ているが、毎日書くことを求めると強制的に感じる人もいると考える。そのため、ノートのようなものを用意して、ネガティブな出来事があったときに、そのときの気持ちを書き留める方法が考えられる。自分の負の感情を書き出す習慣をつくることで、自分の感情を見つめ直す機会になるのではないかと考える。
私たち委員ができることは、例えば、ノートの形式や、どんなことを書くかといったフォーマットの作成、些細な事でもメモ程度に書きやすいデザインにするなどの具体的な提案をすると、よいきっかけになると考える。

【高校生委員Ｈ】

現在、いじめ防止対策として、年２回の「ふれあい月間」が設けられ、いじめに関するアンケートや、いじめ防止に関する授業が行われている。いじめの定義について学ぶ機会は一定程度設けられているため、それを踏まえて、自らの行動を振り返る機会をそこで設けることが必要であると考える。

しかし自分一人で自らの行動を振り返る場合、自分に甘くなってしまったり、過去の自分の言動を振り返ることに抵抗を感じたりすることもある。そのため、親しい友人同士で振り返ることや、スクールカウンセラー等を活用することが、メタ認知につながるのではないかと考える。

【高校生委員Ｉ】

自分の学校では、生徒会がＳＮＳに投稿する際、一人だけで文章や写真を判断するのではなく、生徒会内で内容を確認してから投稿している。友人への返信などについても、送信する前に、相手がどのように受け取るかを考えたり、第三者に文章を確認してもらったりすることが有効であると考える。

また、ＡＩを活用して、相手に伝わりやすい表現に文章を修正する方法も考えられる。送信前に一度立ち止まり、自分の言動を客観的に確認することが、メタ認知につながるのではないかと考える。

【高校生委員Ｊ】

いじめを防ぐためには、いじめを止めることができなかった人を責めないことも大切であると考える。「こども六法」のいじめ防止対策推進法に関する記載には、見て見ぬふりをしないことの大切さが示されている。

一方、高校生の立場からすると、いじめを止めようとすることで仲間外れにされたり、自分が次の標的になったりすることへの不安から、行動できない場合もある。そのため、「勇気を出して止める」ことだけを求めるのではなく、先生に相談する、後から被害を受けた人に声を掛ける、大人につなぐといった行動も、いじめ防止のための大切な行動として評価されるべきであると考える。

また、メタ認知については、単に反省する力ではなく、自分が正しいと考えているときほど一度立ち止まる力が重要である。文字によるやり取りでは、相手の表情や声が分からないため、受け取り方の違いからすれ違いが生じることがある。例えば、「なんで来たの？」という文章は、「なぜ来たのか」と「何を使って来たのか」という二通りの意味に受け取ることができる。実際に、交通手段を尋ねる意図で送った文章が、相手には別の意味として受け取られた経験がある。このようなすれ違いを防ぐため、送信する前に、自分が受け取ったらどのように感じるかを一度考える習慣が大切である。必要に応じて、ＡＩを活用して文章を確認したり、友人、教員、保護者等の第三者に意見を求めたりすることも有効であると考える。

【高校生委員Ｋ】

いじめを受けた側と、いじめをした側の双方の視点から考えたい。いじめを受けたときや、自ら相手を傷付ける言動をしてしまったときは、感情的になってしまったときが多い。そのときの感情を抑え込まず、紙などに全て書き出しておき、数日後や１週間後など、気持ちが落ち着いた時点で改めて読み返すことにより、自分がどのような状態で、どのような行動をしていたのかを振り返ることができるのではないかと考える。

また、感情に任せて紙を丸めた場合、紙を完全に元の状態に戻すことはできない。そのことを、自分がしてしまったことを振り返るきっかけとして捉えることもできるのではないかと思う。

【高校生委員Ｂ（司会）】

意見をまとめると、日記を書くという意見が多かった。また、ＡＩを使って自分の感情を整理し、客観視することや、スクールカウンセラーや友人に自分の意見を話すこと、友人への返信内容を送信前に確認することが挙げられた。

ＡＩの活用については、日記を書く際の一つの方法として整理することができると考えるため、これまでの意見を一度まとめてはどうか。

整理すると、自分の言動を客観視するための方法として、主に三つの取組が挙げられた。

日記等を活用する取組については、自分の気持ちや言動を記録し、振り返るという意見があった。その際、必要に応じてＡＩによる文字起こし等を活用することも考えられる。

スクールカウンセラーや友人等への相談については、他者の視点を取り入れながら、自分の言動を振り返るという意見があった。

メッセージを送信する際の取組については、送信する前に、相手がどのように受け取るかを考え、自分の言動を客観視するという意見があった。

それぞれの取組について、利点と課題を順に検討したい。まず、日記等を活用する取組について、実施する上での利点や課題について意見を伺いたい。

【高校生委員Ｋ】

日記のよい点は、自分の気持ちやそのときに考えたことを率直に書き出すことができることである。

一方、継続して日記を書くことが苦手な人もいるため、習慣化できるかという課題がある。学校等から強制されると、率直な気持ちを書きにくくなる可能性もある。

また、日記を書くことだけで全ての感情を整理できるとは限らない。日記によって衝動を抑えられる人もいれば、別の方法が適している人もいるため、日記だけに限定せず、一人一人に合った方法を考えることが必要である。

【高校生委員Ｊ】
　実際に、自分の気持ちを紙に書き出したことがある。自分の思いを書き出すことで気持ちが整理され、少し落ち着くことができた。書いた紙をその場で捨てることができれば、感情を一度外に出し、気持ちを切り替えることにもつながると考える。
　一方、日記として残しておくと、後から読み返した際に、当時のつらい気持ちを思い出してしまう可能性もある。そのため、記録を残すか、その場で処分するかを自分で選べるようにするとよいのではないかと考える。

【高校生委員Ｇ】
　先ほど、書いた内容を見返すことで気持ちが沈んでしまう場合があるという意見があった。確かに、そのように感じる人もいると考える。
　一方で、後から読み返して当時の出来事を振り返りたい人もいる。 そのため、例えばミシン目を入れるなどして、必要に応じてページを取り外すことができる形式にすれば、残したい人と処分したい人の双方が利用しやすくなるのではないかと考える。

【高校生委員Ｊ】
　そのような考え方も有効であると感じた。記録を残したい人と処分したい人の双方に対応できる形式にすることで、より多くの人が利用しやすくなると考える。

【高校生委員Ｉ】
　学校の取組として日記を書くのか、個人で取り組むのかによって状況は大きく異なると考える。学校の取組とした場合には強制的になりやすいが、個人に任せた場合には、取り組みたいと思っていても継続できない人もいる。日記を活用するのであれば、スクールカウンセラーへの相談と組み合わせる方法も考えられる。例えば、月に１回程度スクールカウンセラーと話す機会を設け、日記やメモを参考にしながら、その間にあった出来事や自分の気持ちについて話すことができれば、強制的な取組になりにくく、自分の気持ちを整理することにもつながるのではないかと考える。

【高校生委員Ｂ（司会)】
　スクールカウンセラーへの相談について確認したい。相談しながら自分の感情を言葉にして記録する方法と、事前に日記等に記録した内容をスクールカウンセラーと一緒に振り返り、自分の気持ちを整理する方法のどちらを想定しているのか。

【高校生委員Ｉ】
　事前に日記を書くことは想定していない。スクールカウンセラーとの面談の中で、自分

の気持ちや出来事について話し、スクールカウンセラーが必要に応じてメモを取りながら、一緒に気持ちを整理していく方法を考えている。
　スクールカウンセラーも、相談内容を整理するためにメモを取ることがあると考える。その内容を基にスクールカウンセラーと話しながら、自分の気持ちを整理していく。

【高校生委員Ｈ】
　日記のよい点は、スクールカウンセラー等に話すことが難しい人でも、誰にも見せずに自分の行動や気持ちを振り返ることができることである。
　一方、継続することが難しいという課題がある。私自身も以前日記を書こうとしたことがあるが、数日で続かなくなった経験がある。今回検討している日記は、必ずしも楽しい出来事を書くものではないため、継続することを負担に感じる人もいると考える。そのため、無理なく続けられる方法を考える必要がある。

【高校生委員Ｇ】
　日記のよい点は、誰にも見せずに記録し、後から自分で振り返ることができることである。また、小さいサイズのものであれば持ち運びやすく、必要なときに短く書き留めることができるという利点もある。
　日記の課題として、管理の仕方によっては、他人に内容を見られる可能性があることが挙げられる。また、学校から毎日書くことを求められると、継続できない人がいたり、かえって負担になったりすることも考えられる。
　一方、日記を自分の感情を整理するためのものと捉えるのであれば、毎日書くことに限定する必要はない。気持ちが落ち込んだときや、心に引っ掛かる出来事があったときなど、自分の気持ちを整理したいときに活用する方法が考えられる。また、否定的な感情だけでなく、よかったことなども自由に記録できるものにするとよいのではないかと考える。

【高校生委員Ａ】
　紙の日記のよい点として、書いた紙を丸めるなどの行動によって感情を発散できることや、記録が形として残るため、後から読み返して当時の出来事や気持ちを振り返ることができることが挙げられる。
　一方、書くこと自体を負担に感じる人がいることや、実物として記録が残るため、保管方法によっては他人に内容を見られる可能性があることが課題であると考える。この点については、ＡＩ等を活用して記録する場合にも同様の課題があるのではないかと考える。

【高校生委員Ｄ】
　自分の気持ちを整理する方法として、スマートフォンのボイスレコーダー等を活用し、

声に出して記録することも考えられる。文字による記録と比べて内容が一見して分かりにくく、端末のロック機能等を活用することで、他人に内容を見られる可能性を低くすることができる。

また、気持ちを言葉にして声に出すことで、感情を整理することにもつながるのではないかと考える。

【高校生委員Ｂ（司会)】

学校で日記を書くことを強制したり、提出を求めたりすると、自分の本当の気持ちを書きにくくなり、単に１日の課題をこなすための記録になってしまう可能性がある。そのため、提出を前提とせず、自分のために書くものとすることが大切であると考える。

自分の気持ちを整理する方法として、スマートフォンの機能等を活用し、感情を書き出して後から振り返る方法も考えられる。一方、デジタルによる記録は、紙のように丸めたり処分したりすることで感情を発散することができないため、その点については工夫が必要であると考える。

【高校生委員Ｇ】

学校から日記を書くことを強制されたり、提出を求められたりすると、本当の気持ちを書きにくくなるという意見があった。一方で、その日の出来事など、簡単な内容でも書くという行為自体に意味があると考える。必ずしも深い内容を書く必要はなく、まず書く習慣をつくるという考え方もあるのではないかと思う。

【高校生委員Ｃ】

日記のよい点は、自分自身で振り返りを完結できることである。ＡＩ等を利用した場合には外部からの意見が入るが、日記であれば、自分の考えを自分の中で整理することができる。

一方、学校から配布され、書くことを求められると、監視されているように感じる人もいると考える。そのため、学校で実施する場合には、希望する人が自由に利用できる形にすることも考えられる。

【高校生委員Ｆ】

日記のよい点は、そのときに感じたことを簡単に記録でき、後から振り返りやすいことである。

一方、書くこと自体を負担に感じる人もいる。また、習慣化することや、学校で配布・提出を求めることによって、取り組まない人や形式的に書く人が出てくる可能性もある。

【高校生委員Ｅ】

私自身もスマートフォンのメモ機能を利用することがある。ノートとペンを用意して日記を書くことを習慣化するのが難しい場合には、スマートフォンのメモ機能を活用する方法も考えられる。パスワード等を設定できるため、他人に見られる可能性を低くすることもできる。

また、継続を促す方法として、一定期間取り組んだ際に自分への小さな褒美を設定することも考えられる。

【高校生委員Ｂ（司会）】

具体的な構想は十分にまとまっていないが、例えば、日記に書いた文字数や継続日数に応じてポイントがたまり、何らかの形で交換できる仕組みがあれば、継続するきっかけになると考える。ただし、実施には費用等の課題もある。

【高校生委員Ｅ】

日記を継続するための工夫として、文字数等に応じたポイント制を取り入れることは有効であると考える。記録した内容そのものを確認する必要がないため、プライバシーにも配慮した取組にできるのではないか。

【高校生委員Ｊ】

日記を継続するためには、習慣化を促す工夫が必要であると考える。例えば、一定の試行期間を設けたり、スマートフォンの機能等を活用して、短い内容でも定期的に記録するきっかけをつくったりする方法が考えられる。一方、記録することを過度に求めると負担や強制につながる可能性があるため、自発的に継続できる仕組みを検討する必要がある。

【高校生委員Ｄ】

日記によって自分を客観視できる点はよいと考える。また、継続を促す方法としてポイント制等を取り入れることも考えられるが、費用面が課題になる。そのため、一定期間続けた際に、自分で小さな褒美を設定するなど、費用を抑えながら楽しみをつくる方法も考えられる。 また、先ほど述べたように、ボイスレコーダーを活用する方法も有効であると考える。

【高校生委員Ｃ】

先ほど、一定期間取り組んだ際に褒美を設定するという意見があったが、例えばアプリを活用する場合には、あらかじめ「何日続けたら自分への褒美を用意する」といった目標を設定することで、楽しみながら継続できるのではないかと考える。

【高校生委員Ｂ（司会）】

これまでの意見を整理すると、日記等に自分の気持ちを書き出すことで、感情を整理したり、後から振り返ったりすることができるという利点が挙げられた。また、紙に書いたものを処分することで気持ちを切り替える方法や、スマートフォン等を活用して記録する方法についても意見があった。

一方、継続して記録することが難しいという課題があり、一定の試行期間を設けることや、ポイント制等を取り入れることなど、習慣化を促すための工夫について意見が出された。ただし、記録することを強制すると、書くこと自体が目的となる可能性があるため、記録する内容や頻度については、引き続き検討する必要がある。

次に、スクールカウンセラーや友人等への相談及びメッセージ等を送信する前に自分の言動を振り返ることについて、それぞれの利点や課題を検討したい。

【高校生委員Ｋ】

私は、スクールカウンセラーよりも、まず友人に相談する方が話しやすいと感じる。スクールカウンセラーは専門的な知識をもち、中立的な立場から助言してくれる一方、つらい状況にあるときには、友人が自分の気持ちに寄り添い、味方になってくれることで安心できる場合もあると考える。 そのため、状況に応じて、まず友人に相談し、その後、必要に応じてスクールカウンセラーに相談するという方法も考えられる。

スクールカウンセラー等に相談することに、心理的なハードルを感じる人もいると考える。相談する前に、自分の考えや気持ちを書き出すなどして整理する機会を設けることで、友人やスクールカウンセラー等に相談しやすくなるのではないかと考える。

【高校生委員Ｇ】

友人が味方になってくれることは、つらい状況にある人にとって安心につながると考える。

一方、友人だけに相談すると、考え方が一方に偏る可能性もある。スクールカウンセラーは中立的な立場から話を聞くことができるため、友人から精神的な支えを得ることと、スクールカウンセラーから客観的な助言を得ることの双方に利点があると考える。

【高校生委員Ｋ】

感情が高ぶっているときには、まず身近な友人に相談し、気持ちが落ち着いた後に、スクールカウンセラーから客観的な助言を得るなど、状況に応じて相談相手を選ぶことも大切であると考える。

また、スクールカウンセラーに相談するために相談室を訪れること自体に、心理的なハードルを感じる人もいる。そのため、スクールカウンセラーが日常的に生徒と接する機会を増やし、生徒にとって身近で相談しやすい存在となることが必要ではないかと考える。

【高校生委員Ｃ】
　中学校では、スクールカウンセラーが授業に参加することがあり、生徒が日常的に顔を知ることができる環境であった。高校では、スクールカウンセラーの顔を知らない生徒もいるため、日頃から生徒と接する機会を増やすことで、相談への心理的なハードルを下げることができるのではないかと考える。

【高校生委員Ｊ】
　スクールカウンセラーへの相談に関連して、文字に書き出したり、日記に記録したりする方法とＡＩを組み合わせることも考えられる。
　例えば、音声を文字に変換する機能を活用し、自分が話した内容を記録して整理する方法である。書くことが負担になる人にとっては、自分の気持ちを整理するための一つの方法になるのではないかと考える。

【高校生委員Ｂ（司会）】
　これまでの意見を整理すると、相談相手として、スクールカウンセラー、友人、保護者等が挙げられた。
　また、相談する際には、事前に自分の気持ちを書き出したり、ＡＩ等を活用して整理したりすることも有効であるとの意見があった。
スクールカウンセラーや友人等への相談について、ほかに意見があれば伺いたい。

【高校生委員Ｅ】
　先ほど、スクールカウンセラーの顔が分からないという意見があった。私自身もスクールカウンセラーの顔を把握していないため、顔も知らない人に相談することは心理的なハードルが高いと感じる。そのため、高校生がスクールカウンセラーのプロフィールなどを発信し、生徒がどのような人なのかを知ることができるようにすることが大切ではないかと考える。

【高校生委員Ｂ（司会）】
　これまでの意見として、スクールカウンセラーが日常的に生徒と接する機会を増やすこと、授業等に参加すること、プロフィールを公開することなどが挙げられた。 次に、「送る前に考える」という取組について、推進する上での利点や課題について意見交換を行いたい。

【高校生委員Ｉ】
　メッセージを送信する前に、文章の表現が相手にどのように伝わるかを確認する方法として、メッセージアプリにある文章表現を調整する機能を活用することが考えられる。

また、そのような機能が利用できない場合には、生成ＡＩ等を活用して文章を確認し、相手に配慮した表現になっているかを確認することも有効ではないかと考える。

【高校生委員Ｈ】

送信する前に考えることができれば、いじめにつながる問題を減らすことができると考える。

一方、実際に立ち止まって考えるかどうかは個人の行動に委ねられる部分が大きい。これまでも、発言する前に相手がどのように感じるかを考えるよう指導されてきたが、現実にはいじめが起きている。そのため、考えることの重要性を伝えるだけではなく、実際の行動につなげるための方法を検討する必要がある。

【高校生委員Ｂ（司会）】

これまでの意見を整理すると、メッセージ等を送信する前に、生成ＡＩ等を活用して文章を確認することが有効であるとの意見があった。

一方、送信前に立ち止まって考えるかどうかは個人の行動に委ねられる部分が大きく、取組として実施することが難しいという課題も挙げられた。

これまで協議してきた「日記等を活用して自分の気持ちや言動を振り返ること」、「スクールカウンセラーや友人等に相談すること」、「メッセージ等を送信する前に自分の言動を振り返ること」のうち、高校生委員として優先して具体化する取組を決めたい。

高校生委員として優先して具体化する取組について多数決を行った結果、「日記等を活用する取組」が４名、「スクールカウンセラーや友人等への相談」が５名となった。この結果を踏まえ、スクールカウンセラーや友人、保護者等への相談について、具体的な取組を検討することとした。

これまでの協議では、スクールカウンセラーへの相談をしやすくするため、日常的に生徒と接する機会を増やすこと、授業等に参加すること、プロフィール等を通じて生徒に知ってもらうことなどの意見が挙げられた。

これらを踏まえ、高校生自身にできることや、学校に働きかけることができる取組について、意見を伺いたい。

【高校生委員Ｃ】

先ほど意見があったスクールカウンセラーのプロフィールについて、似顔絵や趣味など、掲載する項目を高校生自身で考え、プロフィールとして作成することが考えられる。この取組であれば、高校生自身が主体となって取り組むことができ、比較的実現しやすいのではないかと考える。

【高校生委員Ｂ（司会）】

他にカウンセラーの方に対応してもらうことについて、ほかに意見があれば伺いたい。

【高校生委員Ｊ】
自分の学校では、入学時に校内を案内する際、スクールカウンセラー室にも立ち寄り、スクールカウンセラーの仕事内容や人柄等について説明を受ける機会がある。
しかし、一度の説明だけでは、顔や名前を覚えることが難しい場合もある。 そのため、入学時だけでなく、継続的にスクールカウンセラーについて知る機会を設けることが必要ではないかと考える。

【高校生委員Ｅ】
現在検討しているのは、高校生自身ができることである。スクールカウンセラーを副担任のような立場にすることは学校側が行う取組であり、今回の検討内容とは少し異なるのではないかと考える。

【高校生委員Ｊ】
既にスクールカウンセラー便りを発行している学校もあるため、高校生自身にできることとして、ほかにどのような取組が可能かを考える必要がある。その上で、高校生から学校に対して、相談しやすい環境づくりにつながる取組を提案することも考えられる。

【高校生委員Ｂ（司会)】
スクールカウンセラーへの相談をしやすくするための取組として、プロフィール等を活用してスクールカウンセラーについて周知することや、日常的に生徒と関わる機会を増やすよう学校に働きかけることなどが挙げられた。

（休憩）

【高校生委員Ｂ（司会)】
協議を再開する。これまで、自分の言動を客観視し、言語化するための方法として、スクールカウンセラー等への相談を中心に協議してきた。一方、日記等を活用する取組についても具体的に検討したいとの意見があったため、引き続き協議する。
日記等を活用する取組について、どのような方法が考えられるか、意見を伺いたい。

【高校生委員Ｋ】
日記について、誰の立場から書くものなのかを整理する必要があると考える。いじめをした側、された側、第三者では、それぞれ感じ方や振り返る内容が異なる。 一方、傍観

者であっても、その場面を見て感じたことを記録することには意味があると考えられるため、特定の立場に限定する必要があるのかについても検討したい。

【高校生委員Ｅ】
日記は、いじめをした側、された側、傍観者といった立場に限定せず、全員が自分の気持ちや変化を記録するものとすることがよいと考える。些細な気持ちの変化に気付くことが、いじめの防止につながる可能性がある。また、これまで出た意見を組み合わせて検討することも有効であると考える。

【高校生委員Ｋ】
日記を毎日書くことが有効な人もいれば、必要な時だけ書く方が適している人もいると考える。つらい状況にある人や、自分の行動を後悔している人にとっては継続的に記録することが役立つ場合もあるが、全員に毎日の記録を求める必要はない。様々な人が無理なく利用できるよう、書く頻度についても柔軟に考えることが必要である。

【高校生委員Ｇ】
先ほど、第三者の立場から日記を書く必要があるのかという意見があったが、傍観者であっても、いじめの場面を見て感じた違和感や疑問を書き留めることは、いじめ防止につながると考える。 そのため、立場にかかわらず、自分が感じたことを記録できるものとすることがよいのではないか。また、これまでの打合せで出た意見も含めて整理することが必要であると考える。

【高校生委員Ｃ】
個人的な意見として、よいことや嫌なことがあったときなど、自分が書きたいと思ったときに記録できる形にするとよいのではないかと考える。

【高校生委員Ｂ（司会）】
毎日記録することを負担に感じる場合もあるため、何か出来事があったときに、すぐに書くことができるよう、スマートフォン等のデジタル機器又は紙媒体を活用できるようにするとよいのではないかと考える。

【高校生委員Ｋ】
デジタル機器を活用する方法として、高校生が自由に書き込むことができる非公開のオンライン掲示板を設けることも考えられる。自分の気持ちや考えを書き込むだけでなく、必要に応じて他者から意見をもらうことで、自分の考えや言動を振り返ることにもつながるのではないかと考える。

【高校生委員Ｇ】

非公開のネット掲示板を活用するという意見も有効であると考える。

一方、現在は紙媒体による日記・ノートについて検討しているため、高校生委員としては、学校等に配布を提案するだけでなく、どのようなフォーマットやテンプレートにするかを考えることもできる。

例えば、感情を書き出す欄だけでなく、「今後どうしたらよいか」「どうしたら気持ちを改善できるか」などを記入する欄を設けることで、単に感情を書き出すだけでなく、次の行動を考えることにつなげられるのではないか。

【高校生委員Ｂ（司会）】

これまでの意見を整理すると、何か出来事があったときや、自分の気持ちを整理したいときに記録できる日記やノートを作成し、活用するという案が挙げられた。また、作成に当たっては、自由に気持ちを書き出すだけでなく、「今後どのようにしたらよいか」「気持ちを切り替えるために何ができるか」など、自分の気持ちや今後の行動について考えることができる項目を設けるという意見があった。

これらの意見を踏まえ、高校生委員として、日記やノートの具体的なフォーマットを検討し、その活用について提案する方向でまとめることとする。

続いて、議論２「いじめの定義を周知し、共通認識をもつための方法」について協議する。この議題についても、高校生自身にできることという観点から、具体的な取組を検討したい。

いじめの定義をより多くの人に知ってもらい、共通認識を持つために、どのような取組が考えられるか、意見を伺いたい。

【高校生委員Ｅ】

いじめの定義については、「いじめ総合対策【子供版】」に示されている内容を広く周知することが、共通認識をもつことにつながると考える。そのため、高校生自身にできることとして、ポスターを作成したり、ＳＮＳ等を活用して情報を発信したりする方法が考えられる。

【高校生委員Ｃ】

前回の事前協議では、まず自分たちが考えるいじめの定義について意見を出し、その後、「いじめ総合対策【子供版】」に示されているいじめの定義と比較する取組を行った。

このような取組を授業でも行い、生徒自身が考えたいじめの定義と実際の定義を比較することで、いじめについて正しく理解し、共通認識をもつことにつながるのではないかと考える。

【高校生委員Ｇ】
「いじめ総合対策【子供版】」に示されているいじめの定義と、一般的に認識されているいじめのイメージには違いがあると、これまでの話合いを通じて感じた。 そのため、ポスターやＳＮＳ用の画像を作成し、「一般的にはこのように認識されているが、実際の定義はこのようになっている」と比較して示すことで、正しい定義の理解につなげることができるのではないかと考える。

【高校生委員Ｈ】
学校では、年２回の「ふれあい月間」等を通じて、いじめの定義を周知する取組が既に行われている。
一方、いじめの認知件数は増加傾向にあり、いじめが解消しているものの割合は低下傾向にある。
その要因の一つとして、インターネット上のいじめなど、解決が難しいいじめが増えている可能性もあるのではないかと考える。そのため、高校生自身にできることとして、ＳＮＳ等を活用したいじめ防止や、インターネット上のいじめに関する周知に重点を置いて取り組むことも必要ではないかと考える。

【高校生委員Ｇ】
ネット上のいじめが増加しているのではないかという意見に共感する。事前に調べた中では、暴力を伴ういじめだけではなく、無視、仲間外れ、陰口、うわさを流すことなど、コミュニケーションに関わるいじめもある。
これらはインターネット上でも起こり得る。 児童・生徒にとってインターネットの利用が一般的になっていることを踏まえると、ネット上のいじめについても考える必要がある。
インターネット上でいじめにつながる行為をしている人の中には、いじめの定義を十分に理解しないまま、軽い気持ちで行動している人もいる可能性がある。そのため、こうした人にもどのような行為がいじめに当たるのかを周知することが、いじめの防止につながるのではないかと考える。

【高校生委員Ｃ】
先ほど意見があったオンライン掲示板の活用について、インターネット上への書き込みによって嫌な思いをする人がいることも考えられるため、ネットいじめとの関係についても考える必要があるのではないか。

【高校生委員Ｂ（司会）】

これまでの意見を整理すると、「いじめ総合対策【子供版】」を周知するため、ポスターを作成することや、インターネット上のいじめが増えていることを踏まえ、ＳＮＳ等を活用して周知することなどが挙げられた。

また、先ほど意見があったオンライン掲示板の活用について、ネットいじめとの関係で懸念があるということか。

【高校生委員Ｃ】

匿名のオンライン掲示板であっても、書き込みの内容などから個人が特定される可能性がある。

また、自分の気持ちや考えを自由に書き込むことで、その内容を目にした人を傷つけてしまう可能性もある。そのため、オンライン掲示板を活用する場合には、書き込む内容や利用方法について十分に配慮する必要があると考える。

自分の気持ちを言語化し、自分自身で振り返ることはよいが、その内容を他者に発信する場合には、相手を傷つけ、いじめにつながる可能性もある。そのため、議題１で意見があったオンライン掲示板を活用する場合には、書き込む内容や利用方法に配慮する必要があると考える。

また、インターネット上でいじめの定義や防止について周知する方法として、掲示板等を閲覧した際に、いじめ防止に関する広告や画像が表示されるようにすることも考えられる。利用者が自然に目にする場所に情報を掲載することで、いじめについて知るきっかけをつくることができるのではないか。

高校生だけで実施することは難しいと考えるが、いじめ防止に関する画像等を高校生自身で作成し、その活用について提案することはできるのではないかと考える。

【高校生委員Ｂ（司会）】

これまでの意見を整理すると、「いじめ総合対策【子供版】」に示されているいじめの定義を広く周知するための方法として、四つの取組が挙げられた。

一つは、ポスターを作成して周知することである。また、インターネット上のいじめへの対応として、ＳＮＳ等を活用して情報を発信することや、オンライン掲示板等にいじめ防止に関する広告や画像を掲載するよう提案することが挙げられた。

さらに、授業の中で、まず生徒自身がいじめの定義について考え、その後、「いじめ総合対策【子供版】」に示されている定義と比較し、改めて話し合うという取組も挙げられた。

これらの取組について、ほかに意見があれば伺いたい。

【高校生委員Ｉ】

先ほど授業を活用するという意見があったが、学校内だけの取組にすると、内容を知る

人が限定される可能性がある。そのため、授業で扱った内容などをＳＮＳ等でも発信し、より多くの人に周知することができるとよいのではないかと考える。

【高校生委員Ｇ】
　学校の授業で話し合った内容をＳＮＳ等でも発信することで、いじめの正しい定義を知る人を増やすことができると考える。先ほど意見が出たように、画像を作成してＳＮＳ等で発信したり、インターネット上の広告のような形で多くの人の目に触れるようにしたりする方法も有効ではないかと考える。

【高校生委員Ｂ（司会）】
　これまでの意見をまとめると、ポスター、ＳＮＳ上の広告や画像等を活用して周知すること、また、授業で話し合った内容を発信し、より多くの人に広めることなどが挙げられた。
　次に、ポスターとＳＮＳについて、それぞれ具体的な内容を検討したい。まず、ポスターに盛り込む内容について意見を伺いたい。

【高校生委員Ｇ】
　今回の議題は、いじめの定義を周知することである。一般的に認識されているいじめのイメージと、「いじめ総合対策【子供版】」に示されている本来の定義を併せて示し、その違いを明確にすることで、正しい定義の理解につながるのではないかと考える。

【高校生委員Ｂ（司会）】
先ほど、「皆で考えた意見と正しい定義を比較して示すとよい」という意見があった。ポスターに掲載する「皆で考えた意見」については、授業等で生徒が話し合った際に出た意見を活用するとよいのではないかと考える。

【高校生委員Ｋ】
　ポスターについては、きれいな言葉だけを並べても、十分に伝わらない場合があると考える。「いじめはやめよう」と呼び掛けるだけではなく、見る人に考えさせるような表現を取り入れることも有効ではないか。 例えば、遠くから見ると人の形に見えるが、近くで見ると、いじめに関する言葉が書かれているポスターのように、見る人の印象に残り、内容について考えるきっかけとなる表現が考えられる。
　また、紙をあえてしわにしたり、破いたりして、「一度傷付いたものは完全には元に戻らない」ということを視覚的に伝えるなど、見る人に訴えかけるポスターを作ることも考えられる。

【高校生委員Ｇ】
風刺的な絵を取り入れるという意見があったが、いじめの場面を直接的に表現すると、いじめを経験した人にとって負担になる可能性もあるため、意図したとおりに受け取られるかについては慎重に考える必要がある。
一方、ポスターをあえてしわにしたり、破いたりするなど、見る人に考えさせる表現を取り入れるという案は有効であると考える。

【高校生委員Ｂ（司会）】
これまでの意見を整理すると、ポスターについては、授業等で生徒が考えたいじめに関する意見と、「いじめ総合対策【子供版】」に示されているいじめの定義を併せて掲載するという案が挙げられた。
また、ポスターをあえてしわにするなど、見る人に考えさせる表現を取り入れるという意見もあった。これらの意見を踏まえ、ポスターの内容を検討していくこととする。
続いて、ＳＮＳを活用した周知方法について検討したい。ＳＮＳで発信する場合、一枚の画像として発信する方法や、ショート動画を作成する方法などが考えられる。それぞれ発信方法や内容が異なるため、どのような形式が効果的か、意見を伺いたい。

【高校生委員Ｅ】
ショート動画を活用する方法も考えられるが、内容を十分に見てもらえない可能性もあるため、一目で内容が伝わる画像を作成することが効果的ではないかと考える。先ほど意見があったポスターの内容をＳＮＳ向けに簡略化し、必要に応じて生成ＡＩ等も活用しながら画像を作成し、ＳＮＳで発信する方法が考えられる。

【高校生委員Ｋ】
ショート動画は、最初の１、２秒で視聴者の関心を引くことが重要であると考える。そのため、あえて３秒程度の短い動画とし、短時間でも印象に残る内容にする方法も考えられる。 先ほどポスターについて、見る人に考えさせる表現を取り入れるという意見があったが、動画についても同様に、短い時間の中で考えるきっかけとなる内容にするとよいのではないか。

【高校生委員Ｂ（司会）】
これまでの意見をまとめると、ショート動画については、途中で視聴をやめられる可能性があるため、最初の１、２秒に印象に残る内容を入れること、また、画像や動画に、先ほどポスターについて出た風刺的な表現や、見る人に考えさせる要素を取り入れることなどが挙げられた。

【高校生委員Ｇ】
　画像とショート動画のどちらを作成するかについて、高校生委員にできることという観点から考えると、ショート動画の作成には時間や労力がかかる。一方、画像であれば比較的編集しやすく、取り組みやすい。そのため、実現可能性を考えると、画像の方が取り組みやすいのではないかと考える。

【高校生委員Ｃ】
　昨年度もショート動画を作成する案が挙げられ、内容について一定程度検討されたが、時間や作成に要する負担等の課題から、実現には至らなかった。そのため、今年度の高校生委員が実際に取り組むことを考えると、動画よりも画像を作成して発信する方が実現しやすいのではないかと考える。
　また、発信する内容については、一般的ないじめ防止の啓発にとどまらず、高校生をはじめとする学生の立場だからこそ伝えられる、いじめに対する考えや視点を取り入れることが重要であると考える。

【高校生委員Ｂ（司会)】
　これまでの意見を整理すると、ＳＮＳを活用した周知については、作成に要する時間や負担等を考慮し、ショート動画よりも画像を作成して発信する方法が実現しやすいとの意見があった。また、発信する内容には、高校生をはじめとする学生の視点を取り入れることが重要であるとの意見も挙げられた。
　続いて、授業を通じていじめの定義を周知する方法について検討したい。これまでの協議では、まず生徒自身が考えるいじめの定義について意見を出し合い、その後、実際のいじめの定義と照らし合わせることで、自分たちの認識との違いについて考えるという取組が挙げられた。
　この取組について、ほかに意見があれば伺いたい。

【高校生委員Ｄ】
　重い話になるのではないか。そのため、共通認識をもつという観点から、クイズ形式のようにして、記憶に残りやすいようにしてみたりすることがよいのではないかではないかと考えた。朝の集会などでクイズを出すと、より全員が同じ場で聞けるので、それもいいのではないかと考えた。

【高校生委員Ｆ】
　授業で話を聞くだけだと堅苦しくなると思うので、クイズを入れるなどして、参加型にして話を聞く授業をするのがよいのではないかと考えた。

【高校生委員Ｊ】
　これまでの意見に賛同する。さらに、授業の中でいじめの定義について学ぶ際に、クイズ形式を取り入れたり、ポイント制にしたりなど、ゲームの要素を取り入れることも考えられる。生徒が楽しみながら主体的に参加できるよう工夫することで、いじめの定義について理解を深め、定着させることにつながるのではないかと考える。

【高校生委員Ｂ（司会)】
　クイズ形式を取り入れるという意見に加え、班ごとに話し合う形式も有効ではないかと考える。朝の集会等で周知するだけでは、内容が十分に定着しない可能性があるため、授業の中でいじめについて話し合い、班ごとに意見を発表する機会を設けることが考えられる。
　その後、実際のいじめの定義と自分たちが考えた定義を比較し、なぜ違いが生じたのかなどについて改めて話し合うことで、いじめの定義について理解を深めることにつながるのではないかと考える。
　また、クイズ形式やポイント制などのゲームの要素を取り入れ、いじめの定義について学ぶことができるコンテンツを作成し、発信する方法も考えられる。

【高校生委員Ｋ】
　ゲーム形式にする場合でも、いじめという問題を軽く受け止めてほしくないと考える。楽しさだけを重視するのではなく、いじめについて正しく理解することを目的とする必要がある。
　そのため、クイズ形式等を取り入れる場合でも、内容や雰囲気を工夫し、いじめについて真剣に考えることができるものにする必要があると考える。
【高校生委員Ｂ（司会)】
　これまでの意見では、いじめを軽く捉えないようなクイズ形式のゲームにするという案が挙げられた。一方、高校生委員が実際に作成する場合、プログラミング等が必要になる可能性もある。
　実施する場合に、どのような形式であれば高校生でも取り組むことができるか、具体的な案について意見を伺いたい。

【高校生委員Ｊ】
　デジタルゲームとして作成することが難しいのであれば、授業や集会の中で、参加型の形式にする方法も考えられる。
　例えば、体育館等の広い場所を使い、質問に対する回答によって進む方向を分けるなど、実際に体を動かしながら考える形式であれば、プログラミングをしなくても実施できるのではないかと考える。

【高校生委員Ｂ（司会)】

これまでの協議内容を整理する。

議題１「自分の言動を客観視し、言語化するための方法」については、日記等への記録、スクールカウンセラーや友人等への相談、メッセージ等を送信する前に自分の言動を振り返ることについて協議した。

日記等への記録については、高校生委員が日記やノートのフォーマットを検討し、自分の気持ちを書き出すだけでなく、「今後どのようにしたらよいか」「気持ちを切り替えるために何ができるか」など、自分の気持ちや今後の行動について考えることができる項目を設けたものを作成し、その活用を提案するという意見があった。

スクールカウンセラーや友人等への相談については、相談しやすい環境をつくるため、スクールカウンセラーが日常的に生徒と接する機会を増やすよう学校に働きかけることや、高校生委員がスクールカウンセラーのプロフィールを作成し、生徒に広く知ってもらう取組などが挙げられた。

また、メッセージ等を送信する前に自分の言動を振り返る方法として、生成ＡＩ等を活用して文章を確認し、相手にどのように伝わるかを考えるという意見もあった。

続いて、議題２「いじめの定義を周知し、共通認識を持つための方法」については、「いじめ総合対策【子供版】」に示されているいじめの定義を広く周知するため、ポスター、ＳＮＳ及び授業を活用した取組について協議した。

ポスターについては、生徒自身が考えるいじめに関する意見と、「いじめ総合対策【子供版】」に示されているいじめの定義を併せて掲載することや、ポスターをあえてしわにするなど、見る人に考えさせる表現を取り入れるという意見があった。

ＳＮＳについては、作成に要する時間や負担等を考慮し、ショート動画よりも画像を作成して発信する方法が実現しやすいとの意見があった。また、画像には、高校生をはじめとする学生の立場だからこそ伝えられる視点や、見る人に考えさせる表現を取り入れることが重要であるとの意見も挙げられた。

授業については、生徒自身が考えるいじめの定義について意見を出し合った上で、実際のいじめの定義と比較し、自分たちの認識との違いについて考える方法が挙げられた。また、班ごとに話し合う機会を設けることや、クイズ形式等を取り入れることで、生徒が主体的に参加しながら理解を深める方法についても意見があった。一方、クイズ等を取り入れる場合には、いじめの問題を軽く捉えることにつながらないよう、その内容や表現に十分配慮する必要があるとの意見もあった。

以上の意見を踏まえ、議題１及び議題２について、高校生自身が取り組むことができることや、学校等への働きかけについて、今後さらに具体化していきたい。

【高校生委員Ｅ】

私たち高校生いじめ防止協議会では、「自分の言動を客観視し、メタ認知し、言語化するための方法」と「いじめの定義を周知し、共通認識をもつための方法」の二つの議題について協議した。

まず、「自分の言動を客観視し、メタ認知し、言語化するための方法」について、小・中・高校生自身にできることとして、日記等に自分の気持ちや言動を記録することや、生成ＡＩ等を活用し、自分の考えや言動を立ち止まって振り返ることが挙げられた。

そのために、高校生委員ができることとして、スクールカウンセラーのプロフィールを作成して周知することや、自分の気持ちや考えを整理しやすい日記等のフォーマットを作成し、その活用を学校等に提案することが挙げられた。

学校には、日記や振り返りシート等を活用し、自分の気持ちや言動を言語化する機会を設けること、安心して自分の気持ちを表現し、相談することができる環境を整えること、自分自身を客観的に振り返る力を育む学習や取組を実施することを求めたい。

また、社会には、自分の言動を振り返ることを大切にする意識を広げるとともに、大人自身が自らの言動を振り返る姿勢を示し、こどもたちが安心して自分自身と向き合うことができる環境づくりを進めることを求めたい。

次に、「いじめの定義を周知し、共通認識をもつための方法」について、小・中・高校生自身にできることとして、「いじめ総合対策【子供版】」に示されているいじめの定義を知り、自分自身の認識と実際の定義を比較しながら理解を深めることが挙げられた。

そのために、高校生委員ができることとして、いじめの重大さに十分配慮しながら、参加型のクイズ形式等を取り入れた授業を提案することや、いじめについて一般的に持たれている認識と実際の定義を比較し、見る人が自ら考えることができるよう表現を工夫したポスターを作成することが挙げられた。

また、ＳＮＳ等を活用し、高校生の視点を取り入れた画像を作成して発信することも挙げられた。

学校には、「いじめ総合対策【子供版】」やいじめの定義について学ぶ機会を定期的に設けること、ポスター等を活用していじめの定義を分かりやすく周知すること、児童・生徒がいじめについて主体的に考え、話し合う授業を実施することを求めたい。

また、社会には、ＳＮＳや広報等を活用していじめの定義を広く周知すること、社会全体でいじめを見過ごさず、正しい知識に基づいて行動する意識を広めること、こどもと大人が共通認識をもっていじめ防止に取り組む社会をつくることを求めたい。

以上のとおり、高校生いじめ防止協議会として意見を提出する。

【高校生委員Ｂ（司会）】

ありがとうございました。

以上で本日の協議を終了する。活発な意見交換と円滑な進行への御協力に感謝する。それでは、進行を高校生委員Ａにお返しする。

【高校生委員Ａ】

以上をもって、本日の高校生いじめ防止協議会を閉会する。進行を事務局にお返しする。