

一人で悩まないでください

中学生のときはたくさんのごことで、「悩み」を持ちます。そんなとき、一人で頑張ることもえらいけど、周りの保護者や大人、先生たちは、あなたのことを温かく見守っています。

一人で悩んでいないで、困ったときや不安なとき、心配なときはぜひ相談してみてください。



「いじめ」で困っている人、悩みごとや心配ごとがある人は、まずは相談してみてください。

相談内容については、ひみつを守りますので、どうぞ安心して相談してください。

○はだのっ子あんしん相談室 そうだんしつ
 0463-88-6856
 火～金曜日 午前9時から午後4時
 24時間メッセージが残せます

○24時間 じかん こどもSOSダイヤル
 0120-078310
 0466-81-8111
 一年中 24時間 つながります

○チャイルドライン (こども専用)
 0120-99-7777
 毎日午後4時から午後9時 12/29～1/3はお休み

【保護者の皆様へ】

お子さまのすこやかな成長のために
きく耳 みぬく目 ふれる愛
 * 子どもの目の高さで見たり聞いたりしましょう。
 * 遊びやふざけと「いじめ」の違いについて話し合みましょう。
 * 普段から子どもと学校や友達の話ができるように、親子の会話の時間を大切にしましょう。
 * 健全な遊びで、ストレスの解消をさせましょう。
 * 他人の「痛み」がわかる子に育てましょう。

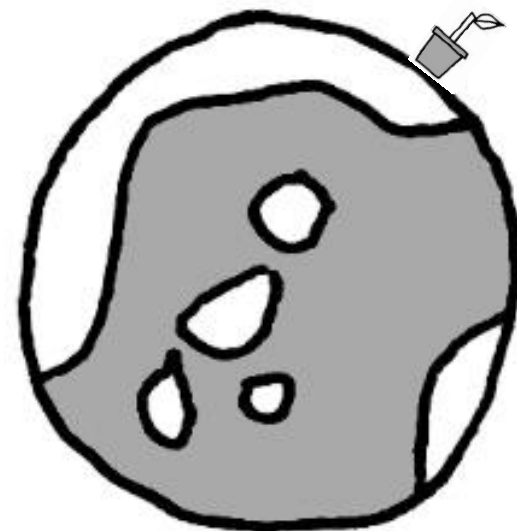
○携帯電話等を介したネットいじめが増加しています。お子さまに携帯電話等を所持させた時は、その使用方法の確認や、使用状況等の把握にご配慮ください。

いじめで困ったら

お子様がいじめなどで悩んでいて、どうしたらよいか困っている方は、安心してご相談ください。

- * 教育指導課 いじめ不登校対策担当 0463-84-2786
- * こども家庭支援課 こども若者相談担当 0463-84-7800 / 0463-82-5273
- * 平塚児童相談所 0463-73-6888
- * かながわ子ども・若者総合相談センター 045-242-8201

広げよう
 ふれあいの心



秦野市いじめを考える児童生徒委員会
 秦野市教育委員会

秦野市いじめを考える児童生徒委員会
 スローガン

いじめに向かい合おう! ~ 'わ' になって ともに手をとる はだのっ子~

【いじめとは・・・】

一定の人間関係のある者から、心理的・物理的な影響（インターネットを含む）を受けたことにより心身の苦痛を感じているもの。

STOP!! ネットいじめ!!



携帯電話やパソコンのインターネットを利用し、サイトの書き込みなどで他人を誹謗中傷すると、「名誉毀損罪（めいよきそんざい）」となる可能性があります、その場合には警察等により書き込んだ者の特定がなされます。

インターネットの利用が増える年代だからこそ、「自覚」と「責任」を持ちましょう。

「スマートフォン・携帯電話に関する決議」

- ・「プライバシー うかつにあげたその写真 二度と消えない心の傷跡」
 - ・「確認しよう 伝えたい事 ～送信ボタンを押す前に～」
 - ・「既読無視 人には人の事情あり」
 - ・「決めようルール 開こう家族会議」
 - ・「トラブルがあった時には深呼吸 一人でかかえず 大人に相談」
 - ・「ケータイモンスター 睡眠 時間 食べちゃうぞ」
- （平成27年11月15日 「はだの子ども議会」より）

いじめは
「いつでも」「どこにでも」「誰にでも」
起こりうるものだからこそ、...

～いじめがないクラス・学年・学校の雰囲気を考えよう～

- ◆ みんなが「学校が楽しい」と思い合える
- ◆ 「みんな違っていい」とお互いを認め合える
- ◆ 誰もが自分の意見をみんなの前で言い合える
- ◆ 失敗しても、それをみんなで支え合える
- ◆ 「それはよくないよ」と素直に言い合える
- ◆ みんなが笑顔でいる



～考え方を大切にしよう～

《ピア・サポートの考え方》

同年齢の仲間による『支え合い活動』を通じて、楽しい時間を過ごしたり、困難を一緒に乗り越えたりすることで、「自信」や「安心」を得る。その結果、いじめからも卒業できる。

《リフレーミングの考え方》

ネガティブな心理的枠組み（考え方）を外してみると、人や物事への印象が変化し、理想に向かえるポジティブな状態となり、ストレス・プレッシャー、行き詰っている状態を、有効（前向き）なものにしてくれる。

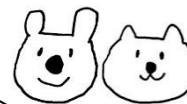
『中学生では、4つの力や心を高めていこう』

- 正しく判断する力
- 自分で決める力
- 豊かな心
- 思いやりの心



はだの子ども人権宣言
○わたしたちは、いじめを絶対に許しません
○あなたも、みんなも輝く仲間づくりをしよう
○力を合わせ、すばらしい未来を築いていこう

1997.2.27 秦野市子ども人権委員会
 秦野市立各小学校児童会
 秦野市立各中学校生徒会



「“わ”を広げる5つの柱」

～はだのっ子生活スタンダード～



秦野市「いじめを考える児童生徒委員会」