

茨木市教育委員会 教育長からのメッセージ

みなさん楽しく安心安全な学校生活を送ることができていますか。

このリーフレットは、いじめについて考えることで、自分自身と向き合い、相手のことを考えるきっかけとなるために作成されました。

もし、あなたが今、つらい思いをしているなら、がまんせず、相談できる人に、「助けてほしい」と伝えてください。

もし、あなたが今、つらい思いをしている人に気づいているなら、その人に声をかけたり、まわりの大人に相談してください。

みなさん一人ひとりがかけがえのない大切な存在であり、決していじめで苦しむことがあってはいけません。

みなさんの笑顔が輝く学校をこれからも、ともにつくりていきましょう。

茨木市教育委員会 教育長 岡田 祐一

インターネットいじめについて

インターネットやメールなどは、使い方をまちがえると、人をきずつける道具になってしまいます。

最近では、ゲーム内でのやりとりからトラブルにつながったり、SNSや動画共有アプリ等からいやがらせを受けたり、きずつけられるといったことがふえています。

インターネットは、世界中につながっています。一度、人の悪口や、写真などをのせてしまうと、かんたんに消すことはできず、とりかえしのつかないこと（犯罪につながってしまう）になってしまいます。

ゲームやインターネット、スマートフォンを使うときは、家族とよく話し合い、ルールをきめてください。

そして、使っていて、何かいやな思いや不安な思いをすることがあれば、すぐに相談できる大人に話をしてください。

- 茨木市教育センター
「いじめ」ホットと電話相談
受付時間 月～金 9:00～17:00
0120-147-970（フリーダイヤル）
072-627-5511
- すこやか教育相談24
受付時間 24時間対応 0120-0-78310
- すこやかホットライン
受付時間 月～金（土日祝・年末年始は休み）
9:30～17:30 06-6607-7361
Eメール: sukoyaka@edu.osaka-c.ed.jp
右のQRコードからもアクセスできます
(学校で配付されたカードにも掲載しています)
- 子ども家庭相談室
受付時間 月/火/木 10:00～20:00
0120-928-704
- LINE相談「すこやか相談@大阪府」
(大阪府教育センター)
受付時間 日～木 19:00～22:00
右のQRコードからもアクセスできます
(学校で配付されたカードにも掲載しています)

一人じゃないよ～いじめ撲滅テーマソング～月

作詞: 茨木市立小中学校児童・生徒 作曲: 茨木市教育委員会

1. いくつかの胸に届けたいから
自由はこの道 ともに手を取りながら 君と一緒に歩いてゆく
めぐりめぐる広い世界の中で
はっきり聞こえる 君の声 君のサイン 今すぐ全て受け止めたい
もう君は一人じゃないよ 抱え込まなくていい
うたにのせて 君にこの想いが伝わればいいな…
2. いつも僕の胸に問にかけてみる
ランドセルの中 君がくれたやさしさ 今度は僕が伝えるとき
泣きたいときやにげてしまいたいとき
今すぐにそばで 寄り添い受け止めるよ つらい想いが消えるように
もう君は一人じゃないよ わたしがそばにいる
歌にのせて 君にこの想いが
伝わればいいな… 伝わればいいな…

さあ 心重ねて

世界中をかけめぐろう

仲間がそばにいるよ

今 明日へとふみだそう

ララ ララ ラララ ララ ララ ラララ…

※この曲は茨木市の小中学生から
ことばをあつめてつくりました



いじめ防止啓発リーフレット (小学校4年生～6年生用)

ほ ぞん ばん
保存版

みんなの笑顔が かがやくために



みんなが安心してすごすことができる学校、みんなの笑顔が輝いている学校とはどんな学校でしょうか？

「学校に行くのがイヤだな…不安だな…」「こわいな…」

もし、学校でいじめられたり、だれかが、いやなことをされているところを見たりしたら、そんな気持ちになってしまうと思います。

「大丈夫？」「何かあった？」「いま、どんな気持ち？」

ぜひ、まわりの人に問いかけてみてください。また、自分自身の心が不安な時は、信頼できる人に相談してください。自分自身や相手の気持ちを大切に考え、行動することで、きっとみんなが安心して居場所となるような一人ひとりの笑顔が輝く学校になるはず。このリーフレットを使って、ぜひ考えてみてください。

茨木市教育委員会

表紙の絵は茨木市立中津小学校5年2組の共同作品です。

※令和5年度人権作品集(茨木市教育委員会)に掲載されたもの(学年等は令和5年度時点)

「学校に行きたくない気持ち」になっているAさん。何があったのでしょうか。

もう学校に行きたくないな…



Aさん

Aさんは同じクラスのBさんなどから、このようなことをされているようです。



① 物を取られたり、かくされたりする



② みんなからむしをされる



③ たたかれたり、けられたり、ぶつかられる



④ むりやりいやなことをさせられる



⑤ インターネット・ゲームでいやがらせをされる



⑥ 仲間はづれにされる

考えてみよう 1

◎あなたのクラスに、Aさんのような気持ちになっている人がいたら、どうしますか？

◎あなたのクラスに、上の①～⑥のようなことをされている人、している人がいたら、どうしますか？

考えてみよう 2

◎Bさんは、先生にこのような話をしています。あなたはBさんの考えをどう思いますか？

先生、でも わたしは いじめたつもりは ありません。
Aさんとなかよくしたくて ちょっとからかっただけなんです。



Bさん

書いてみよう (あなたの意見を書きましょう)

~~~~~

~~~~~

~~~~~

## 話し合おう (考えた意見を、みんなで話し合ってみよう。)

## いじめについて、あなたに知ってほしいことがあります。

### 1. いじめってなに？

- あなたが相手に何かをされて「いやだ、苦しい…」と感じたとき。その「されたこと」は「いじめ」です。
- あなたが相手に何かをして「いやだな、つらいな…」と感じさせたとき。その「したこと」は「いじめ」です。

### 2. 『いやな思いをさせたかもしれないけど、そんなつもりでやったんじゃないよ。』

そのようなときも「いじめ」になるの？

- した人の気持ちや理由に関係なく、された人が「いやだ」と感じることはすべていじめです。

**いじめを見て、はやしたてたり、見て見ぬふりをする人がいると、いじめはもっとひどくなります**

だからこそ、「**勇気**」を出して、その行動を止めたり、まわりの人に相談しましょう!!

あなたの「**勇気**」がだれかの力になり、助けることにつながります!!

## あなたに大切にしてほしいことがあります。

### 1. 自分の気持ちやまわりの人の気持ちを考えることを大切にしましょう。

- あなたは今、いやな気持ちをがまんしていませんか？
- Aさんのような気持ちになっている人は近くにいませんか？
- だれかをいやな思いにさせてしまったかもしれないと思うことはありませんか？

### 2. 自分が「いじめられている」と思ったら、先生や家族に相談してください。

- ひとりで解決できないことも相談すれば、かならず味方になって助けてくれます。
- いじめは、心や体への「ぼう力」です。
- 相談することも、自分の身を守るために相手からにげることも必要なことです。
- それらは、決してカッコ悪いことでも、あなたが弱いからでもありません。

### 3. 自分が「いじめているかもしれない」と気づいたら、まずその行動をやめましょう。

- なぜ、そのような行動になったのか、自分の気持ちをふり返ることが大切です。
- 一人で気持ちの整理ができないとき、先生や家族、友だちに相談しましょう。
- 整理できた気持ちを、相手に伝えましょう。「ごめんね」を伝えることは大切です。



学校で相談するなら…

おうちで相談するなら…

学校やおうち以外で…

※身近な人には話しにくいとき、電話やメールやLINEで相談を受けてくれるところがあります。

このリーフレットの最後のページに連絡先を書いています。

下に書いてみよう

みんなが安心して、笑顔ですごせるクラスや学校にするためには、どうすればよいか考えよう!!

~~~~~

~~~~~

~~~~~