

みんなで いじめをなくそう



最も安全・安心な場所であるはずの学校でわが子がいじめにあっている、なんて想像しただけで不安になりますよね。

いじめを防止する一番の近道は、いじめをしない子育てではないでしょうか。いじめの加害者がいなければ、被害者も生まれません。可児市の親同士が手を取り合ってわが子にいじめたくなるストレスのない家庭づくりを目指していけば、みんな笑顔になれますよ。

可児市いじめ防止専門委員会特別顧問
尾木ママこと **尾木 直樹** さん

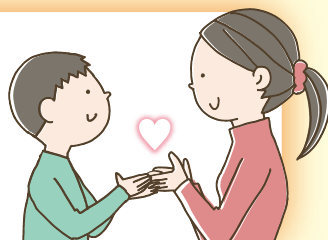
安心できる家庭を

*** いじめを防止するには ***

～ いじめをしない子に育てるために ～

子どもがよりよい人間関係をつくるためには安心できる家庭の中で育てられ、必要な心の栄養を十分もらっていることが大切です。

ありのままの自分を受け止めてもらえることによって、子どもに自分を大切に思う気持ち（自己肯定感）とともに、相手を思いやる気持ちが育ちます。



Point 子どもを丸ごと受け止めましょう

- 子どもを抱きしめましょう。
- 子どもが話すことやすることを認め、もっとほめましょう。温かいことばのシャワーを！
- 子どもの発達に合わせて、家庭の中で役割をもたせましょう。
- お父さん、お母さんから「ありがとう」、「ごめんなさい」と言われるだけで、子どもの自己肯定感はずっと強化されます。

Point 家族の中で親子が向き合える関係ができていることが大切です

- 家族そろって過ごす時間を大切にしましょう。
- 子どもの目を見て話を聴き、共感しましょう。
いじめやつらいことも安心して家族に話せる雰囲気をつくりましょう。
小さいころから、短時間でもしっかりと子どもと向き合って話を聴く時間をつくりましょう（家庭を居場所に）。

子どもの話をよく聴くコツ

- 子どもが話しかけてきたら、注意を向けます。
- しゃがんだり、腰かけたりして子どもと目線を合わせましょう。
- 子どもが話したことを、まずそのまま繰り返します（オウム返し）。

（例）

子ども：「きょう、〇〇くんとけんかしちゃった。」 → 親：「そう、けんかしちゃったの。」

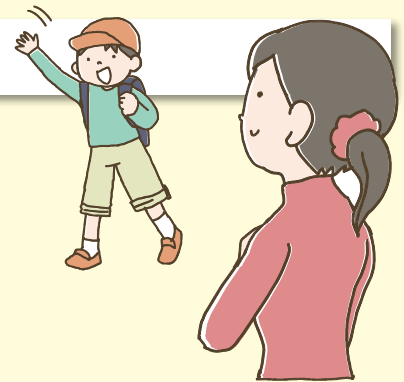
きっと子どもは、詳しく話し始めることでしょう。あとは、よく聴いてあげましょう。





Point 子どもの主体性を大事にしましょう

- 「これなあに?」、「どうしたの?」は子どもの主体性や意欲をかきたてるキーワードです。
- 子どもが自らしようとしていることは、危険がない限り温かく見守りましょう。



Point ものごとの善し悪しはきちんと教えましょう

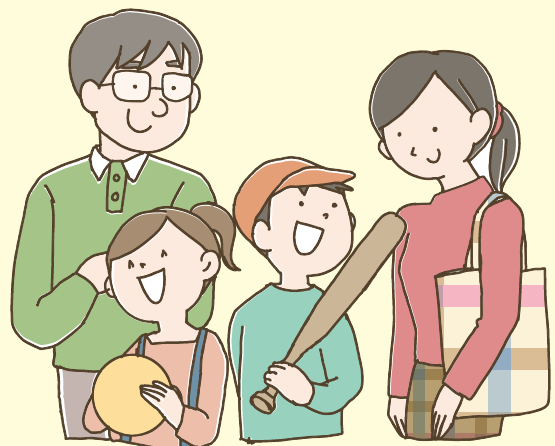


- よいこと、正しいことをしたら、人から感謝されること。
- いけないこと、まちがったこと、相手の気持ちを考えないことをしたら、きちんとすぐ謝ること。
- いじめは、人の尊厳を傷つける、絶対にしてはいけない行為であること。

*** いじめを早く発見するために ***

Point 常日ごろから子どもの様子をしっかり見守りましょう

- 子どもは、いじめられていても「心配かけたくない」などという理由から、親に話さないことがあります。気になることがあれば、何気なく学校の様子を尋ねてみましょう。
- 特に思春期に当たる小学校高学年から中学校にかけての時期は、仲間うちでのいじめ被害にあっても親には話さないことが多くなります。親に話さないから大丈夫と思うのではなく、子どもが発信するいじめのサインに気付けるよう、日ごろからわが子の様子を見守りましょう。



子どもが発信するいじめられているときのサイン

- ☐ 口数が少なくなり、食欲も元気もなくなる。
- ☐ 感情が不安定になり、家族や物に八つ当たりをする。逆に急に甘えたりする。
- ☐ 持ち物がなくなったり、壊れていたりする。
- ☐ お金をねだる。お金をこっそり持ち出す。お小遣いの減り方が早くなる。
- ☐ 学校から帰ったとき、衣服が汚れている。
- ☐ 朝、起きにくかったり、腹痛、頭痛、微熱、吐き気、だるさなどを訴え、学校へ行き渋ったりする。
- ☐ 友達と遊ばなくなる。誰も遊びに来なくなる。
- ☐ 急な外出が多くなる。
- ☐ 急に携帯電話を気にするようになる。逆に、無関心になる。
- ☐ 夜、よく寝言でうなされたり、今まであまりなかった歯ぎしりをしたりするなど、安眠できない。



～ 市民みんなで子どもを見守る ～

普段の暮らしの中で、地域の子どもたちの様子が何か変だと感じたり、いじめかもしれないと思ったら、学校やいじめ防止専門委員会、関係機関などに情報の提供をお願いします。





*** いじめに対処するには ***

○わが子がいじめにあっているとき

- 心配する気持ちはわかりますが、気持ちを落ち着かせ、冷静になりましょう。
- 子どものプライドと意思を尊重しましょう。
- 子どもの気持ちに寄り添って考えることが大切です。
- 本人に学校生活や友だち関係全般について話を聴き、学校の担当教諭に親が気付いた様子など具体的に説明して相談してください。



家族の大切な言動

- 心配しているということを伝えながらも、無理に聞き出そうとせず、温かく見守ってあげてください。
(例) 「一人で苦しまないで、何でも話してね。家族なんだから」と伝える。
子どもが「先生には言わないでほしい」というときには、まずその気持ちを尊重しましょう。
ただ、いじめを解決するためには、学校の先生に相談する必要があることを伝え、今後について話し合いましょう。
- 最終的にはいじめ行為はしてはいけないことだと毅然とした態度を示しましょう。
(例) 「それは、ひどいことだよ。あなたは、少しも悪くない」と伝える。
- 危険から身を守るために、学校に行かないことも一つの選択肢です。
断固として「子どもの安全は絶対守る」という姿勢で対応します。

○周りの子がいじめにあっているとき

- 自分の子どもが被害者でなくても、親子で話し合っ、学校の先生に相談するなど一緒に解決する方法を考えましょう。
- いじめに加わらないことを話し合いましょう。
- どうしたらよいか、何かできることがないか子どもと一緒に考えましょう。

○いじめていると知ったとき

- 子どもと向き合って話を聴く時間を設け、「どうしてそのような行為をしてしまったか」その心情を受け止め、その背景をつかみましょう。
- 子ども自身が行った行為の意味(傷つけてしまった相手の子どもの気持ち)に気付けるよう、根気強く対話を続けます。
- 子ども自身が行った行為の意味に気付いたとき、「これからどうすればよいか」を話し合います。



保護者の対応例

- 担任の先生や学校、市のいじめ防止専門委員会などに相談し、解決に向けての指示をあおぐ。
- 「いじめ行為は絶対に許せない」ことを子どもに具体的に示す。
例えば、仕事は休みをとってでも子どもと向き合う。
- 親子での生活。
食事づくり、洗濯、掃除を一緒にやる中で、ふれ合いを深め、子どもと向き合う（生活づくり）。
- わが子に愛を伝える。グチはこぼさない。
良くないことをした子どもにも、その子の良さや前向きなところがある。
そのすばらしさを丸ごと愛する、認める（受容の愛）。
- 親子で相手にわびる（謝罪）。

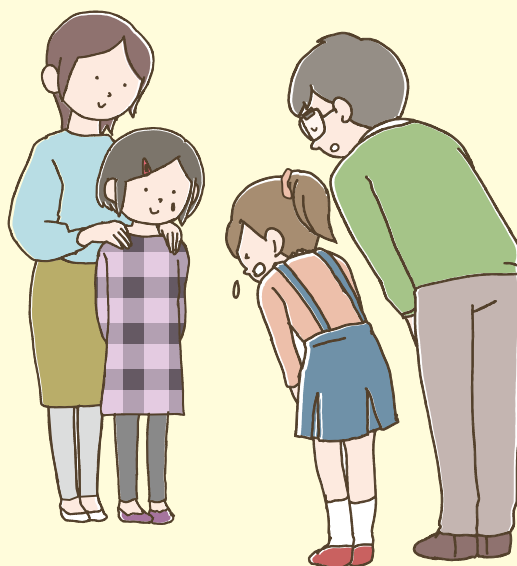
○当事者へのケア（見守り）

一旦いじめ行為が収まったと判断した場合でも再発したり、新たないじめが起こったりする場合もあるので、子どもたちへの見守りが必要です。

○いじめ解決のために

一人でかかえこまないで、
みんなで取り組むことが大切です

- 家族の間で子どものことを相談しましょう。
- 学校に相談しましょう。
- 保護者どうし・友人に相談しましょう。
- 地域の様々な相談機関を利用しましょう。



可児市いじめ防止専門委員会 【可児市子育て健康プラザ マーノ 西館2階 子育て支援課内】

小・中・高校に通う可児市の子どもたちが安心して生活し学べるように、学校などとともにいじめ問題の解決をめざします。

子ども専用フリーダイヤル 0120-263-115

☎0574-62-8700 (直通)

月曜日～金曜日(祝日休み) 午前8時30分～午後5時まで

いじめ防止専門委員会

委員は弁護士、臨床心理士、学識者(発達障がい、生徒指導の専門)及び児童福祉の専門家の4人です。

相談には専任の相談員が対応します。

ネット相談受付
(スマートフォン・携帯)



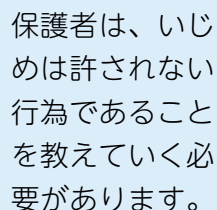
受付時間に
電話をかける
ことができない
場合などに
利用してください。

可児市いじめ防止専門委員会

検索

パソコンはこちらから

いじめ防止専門委員会も、この条例に基づいて設置されたものです。



子どもにスマートフォンなどを与えるときは

ネットいじめやネットの危険から子どもを守るためには、保護者自身がわからないからと利用の仕方を子ども任せにせず、使い方のルールを決め、きちんと見守っていくことが大切です。



子どもにスマートフォンや携帯電話を与えるときに親がしなければならないこと

- 家庭で使い方のルールを決め、利用のサポートをしましょう。
 - フィルタリング^{注1}や機能制限を子どもの段階に合わせ、適切に設定しましょう。
18歳未満の購入・機種変更時のフィルタリング有効化が法律により義務化されています。
- ※ ネット接続可能なゲーム機、音楽プレイヤーやタブレットでも同じ対応が必要です。

注1 フィルタリング…子どもに見せたくない有害なサイトの閲覧を制限する機能のこと

○家庭のルール

スマートフォンなどを子どもに与えるときには、家族で話し合っ

てルールを決めましょう。子どもには、前提として、これはあなたのものではなく親のものを貸しているの

であって、親には管理する責任があるということ、そして、愛するわが子を守るために約束をするのだということを伝え、ルールを守ることが自分のためになること、保護者が正しい利用のサポートをしてくれる存在であることを理解させましょう。

相手の気持ちを考える

- ☐ 保護者に言えないようなことをメールやSNSで送らない
- ☐ 人をバカにしたり傷つけたりするようなことをしない、やりとりに参加しない
- ☐ 見る人に不快感を与えるものを送らない
- ☐ 友達とのやりとりは、誤解を与えないよう、言葉を慎重に選ぶ

マナーを守る

- ☐ 保護者からの電話には必ず応答する
- ☐ 食事中や人と話している最中はスマートフォンなどを使わない
- ☐ ながらスマホ、歩きスマホをしない
- ☐ 公共の場所ではマナーモードにする

スマートフォンなどをきちんと管理する

- ☐ スマートフォンなどを使わない時間帯や場所を決める
- ☐ 落としたりして修理が必要な場合は、自分のお小遣いから弁償する
- ☐ たまにはスマートフォンなどを持たずに過ごす
- ☐ パスワードは保護者に伝える

ネットの性質を考える

- ☐ むやみに写真を撮らない、撮った写真をやりとりしたりアップロードしたりしない
- ☐ 親に許可なくアプリをダウンロードしたり、お金をかけたりしない
- ☐ 個人情報を書き込まない、会員登録をしない
- ☐ 知らない人とやりとりをしない、ネットで知り合った人と絶対に会わない

子どもは失敗をするものです。「約束を破ってしまったときにはどうするのか」ということも事前に話し合っておきましょう。



○フィルタリングや機能制限の目的

フィルタリング

ネットを安全に利用するためには、知識・経験・判断力に、**規範意識（ルール・モラル・マナーを守る意識）**、**自制心（自分をコントロールする心）**も加えたりテラシー^{注2}の向上が大切なというまでもありません。

しかし、どんな人でも、はじめのうちはネットの利用に慣れていないものです。特に子どもは、好奇心や楽しさから軽い気持ちでアクセス、書き込みをしてしまうこともあるため、年齢に応じたフィルタリングによるサポートが必要です。

ネットやスマートフォンなどへの知識不足から、保護者自身が利用についてしっかりと子どもに話をすることを難しいと感じる場合でも、フィルタリングを活用することで、アクセスしたいサイトをブロックされるたびに「なんでブロックされたのか」を子ども自身が考える契機となります。それについて家族で会話することで、リテラシーを向上させていくこともできます。

* ネット犯罪の被害児童の9割以上がフィルタリングを設定していなかったというデータもあります。「子供を信頼しているから」という理由で解除してしまう保護者もいるようですが、『信頼』と『安全』とは別問題です。大人のために作られた機器を使うことで子どもたちがトラブルに巻き込まれてしまうようなことがないよう、フィルタリングの設定をしましょう。

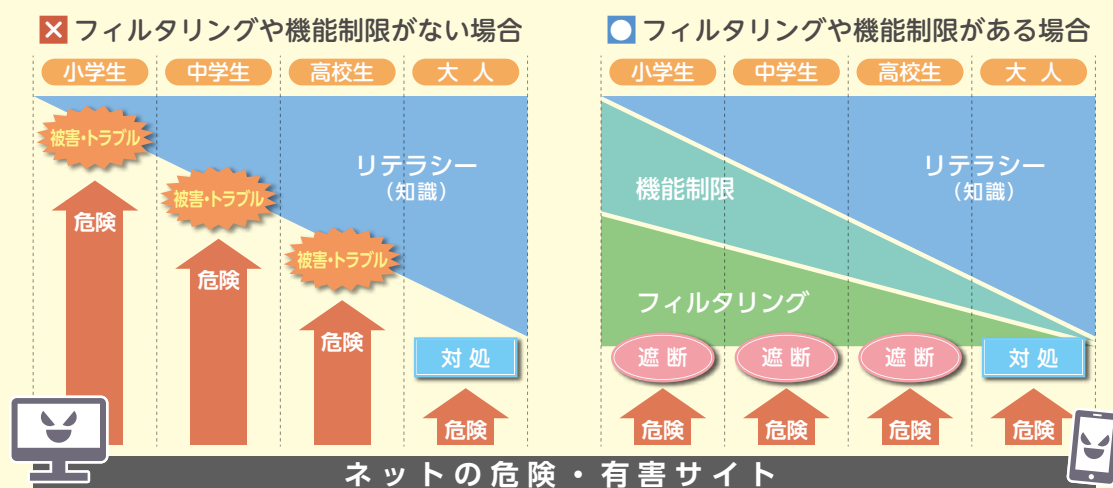
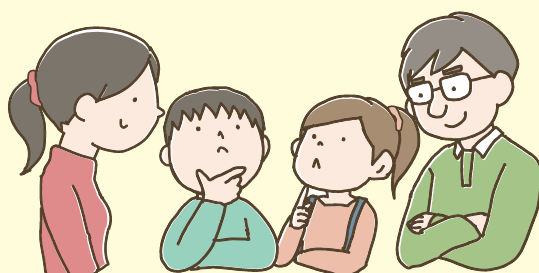
注2 リテラシー… ネットの便利さや脅威を理解し、適切な情報を利用してより良い情報発信をする能力のこと

機能制限

ほとんどのアプリがネット通信を利用しているため、ブラウザのフィルタリングだけではいじめやネットの危険から子どもを防ぎきれません。

ペアレンタルコントロール^{注3}の機能を利用することによって、保護者の許可のないアプリのダウンロードなどを制限しましょう。

また、普段利用を許可するアプリも、Androidなら機能制限アプリ、iOSならスクリーンタイム機能を利用することで、「日中〇時間まで」といったかたちで、アプリごとの利用時間を設定できます。アプリ内の課金も制限することができます。



注3 ペアレンタルコントロール… 子どもの通信機器やゲームなどの利用を保護者が管理・制限すること

相談機関一覧

●いじめ相談に関するもの

子どもの悩みを相談できます 心の電話相談室 （可児市教育研究所）	0574-63-2444 （月～金 午前9時～午後4時）
子供SOS24 （岐阜県教育委員会）	0120-0-78310 フリーダイヤル（24時間いつでもOK）
子どもの人権110番 （法務局）	0120-007-110 フリーダイヤル（平日午前8時30分～午後5時15分）
手紙やハガキで相談できます 子どもの人権SOSミニレター （法務局）	〒500-8114 岐阜市金竜町5-13 岐阜地方法務局人権擁護課 宛
岐阜県中濃子ども相談センター （可茂総合庁舎内）	0574-25-3111（代） （月～金 午前9時～午後5時）
子ども人権SOS-eメール （法務局）	【パソコンからはこちら】 http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken113.html 【携帯電話からはこちら】 http://www.jinken.go.jp/
18才までの子ども専用 チャイルドライン （特定非営利活動法人）	0120-99-7777 （毎日 午後4時～午後9時） ※12月29日から1月3日はお休みです

●インターネットを使った犯罪に関するものなど

岐阜県警察本部 サイバー犯罪相談窓口	058-272-9110 https://www.pref.gifu.lg.jp/police/kurashi-anzen/hanzai-yokushi/cyber-hanzai
岐阜県 県民生活相談センター	058-277-1001 （月～金 午前8時30分～午後5時） ※祝日を除く

可児市いじめ防止専門委員会

可児市子育て健康プラザ マーノ 西館2階
子育て支援課内

子ども専用フリーダイヤル

0120-263-115

☎ **0574-62-8700（直通）**

月曜日～金曜日（祝日休み） 午前8時30分～午後5時まで



ネット相談受付
（スマートフォン・携帯）



受付時間に
電話をかける
ことができない
場合などに
利用してください。

可児市いじめ防止専門委員会

検索

パソコンはここから