

気づいてますか、
いじめのサイン。



子どもは言わない「いじめ」のこと。
家庭での子どもの変化に気づくことが大切です。

いじめのサイン

検索



裏面へ

いじめのサイン

発見シート

監修 森田洋司氏 大阪市立大学名誉教授 / いじめ防止基本方針策定協議会会長

多くの子どもたちが、だれにも相談できずにいる「いじめのこと」。
言葉では伝えられなくても、「いじめ」があれば毎日の生活の中に、
これまでとちがった行動や態度などが現れます。「いじめのサイン
発見シート」を使ってふだんの生活とのちがいを確認してください。



朝 (登校前)

※チェック欄は2回、もしくは2人で出来るように2つあります。

- ☐ ☐ 朝起きてこない。布団からなかなか出てこない。
- ☐ ☐ 朝になると体の具合が悪いと言い、学校を休みたがる。
- ☐ ☐ 遅刻や早退がふえた。
- ☐ ☐ 食欲がなくなったり、だまって食べるようになる。



夕 (下校後)

- ☐ ☐ ケータイ電話やメールの着信音におびえる。
- ☐ ☐ 勉強しなくなる。集中力がでない。
- ☐ ☐ 家からお金を持ち出したり、必要以上のお金をほしがる。
- ☐ ☐ 遊びのなかで、笑われたり、からかわれたり、命令されている。
- ☐ ☐ 親しい友達が遊びに来ない、遊びに行かない。

お子さまの
ようすは
いかがですか？

夜間 (就寝後)

- ☐ ☐ 寝つきが悪かったり、夜眠れなかったりする日が続く。
- ☐ ☐ 学校で使う物や持ち物がなくなったり、こわれている。
- ☐ ☐ 教科書やノートにいやがらせのラクガキをされたり、やぶられたりしている。
- ☐ ☐ 服がよごれていたり、やぶれていたりする。



夜 (就寝前)

- ☐ ☐ 表情が暗く、家族との会話も少なくなった。
- ☐ ☐ ささいなことでイライラしたり、物にあたったりする。
- ☐ ☐ 学校や友達の話がへった。
- ☐ ☐ 自分の部屋に閉じこもる時間がふえた。
- ☐ ☐ パソコンやスマホをいつも気にしている。
- ☐ ☐ 理由をはっきり言わないアザやキズアトがある。

■「いじめ」をしていますか？

いじめ側になっていると、
次のようなサインが出ていることがあります。



- ☐ ☐ 言葉づかいが荒くなる。言うことをきかない。人のことをばかにする。
- ☐ ☐ 買ったおぼえのない物を持っている。
- ☐ ☐ 与えたお金以上のものを持っている。おこづかいでは買えないものを持っている。

クラス替えなど環境の変化には特に注意が必要です。

4月はクラス替えで新しい友達ができるなど、子どもにとって環境の大きく変わる月です。学校生活を楽しく過ごせる友達ができるかどうか、注意して見守る必要があります。また、転校などのタイミングにも注意してください。

休み明けの変化を見逃さないようにしましょう。

夏・冬休みの終わりごろから新学期が始まる時期に、登校をいやがったり、元気がなくなったりしていないか、子どものようすの変化に注意する必要があります。日曜日から月曜日にかけても同じです。

※チェック項目は参考例です。お子さまとご家族の実態に合わせて、ご活用下さい。

「あれ？」もしかしてと思ったら…

- 子どもにとって良い相談相手になってあげましょう。気持ちを受け入れてあげることが大切です。
- ようすがおかしくても、問いつめたり、結論を急いだりしないようにしましょう。
- 何があっても「守り抜く」「必ず助ける」ことを真剣に伝えましょう。
- いじめている人が悪く、いじめられている人は悪くないと伝えましょう。
- 子どもに次のようなことは言わないようにしましょう。
「無視しなさい」「大したことではない」「あなたにも悪いところがある」「いじめられるほうが悪い」「弱いからいじめられる」

悩んでいる
子どもの気持ちに
手をさしのべて
あげてください。



ご家族だけで悩まずに、心配なことは学校へ相談しましょう。

相談窓口 24時間いじめ相談ダイヤル
24時間全国どこからでも悩みを相談することができます。

0570-0-78310 (なやみ言おう)

政府広報 | 文部科学省