

「いじめ」のことを相談したら、もっといじめられるかも



そんなことはありません



かならずあなたを守ります



相談してくれたあなたの思いを大切にします
解決する方法を先生方みなで考えます

学校にいる大人へ相談

相談

手紙・メール・電話など



担任の先生やスクールカウンセラーなど、
誰でもいいから話しやすい大人に伝えてね
伝えたあと、どうなるの？

先生たちみんなで、あなたを
守る方法について考えます



全ての学校には、いじめの解決に向けて協力する
チームがあります（学校いじめ対策委員会）

家族と協力します

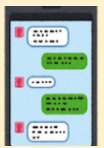
必要な場合は、
地域の人などと協力します

学校以外の大人へ相談

電話

メール

SNS等



東京都教育相談センター 相談

教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン
24時間対応 電話相談

0120-53-8288

メール相談

ホームページ上のフォームから利用できます



話してみよう 子供専用
SNS等教育相談

毎日15:00-23:00(受付：22:30まで)



いじめの問題に詳しい人が、なやみを
聴いて、どうすれば解決できるか一緒
に考えます

東京都教育相談センターには、いじめ、学校生活、
友人関係などの悩みに寄りそう相談員がいます



解決に向け、

大人たちが力を合わせて、あなたを支えます

もしかして…

相手にいやな思いをさせていないかな

じゃんけんってドキ
ドキする。

「Aくん、また負け
た！よわーい！」



また負けちゃった。
「よわーい！」って
言われるのは、いや
だよ。

Bさん楽しそう！
もっと追いかけて、
楽しませたい。



楽しくないよ。
追いかけられるのは、
こわいよ。

◆ いやなことや悲しいことがあったら、家族や先生、
友達に話してみよう。

◆ 相手をいやな気持ちにさせてしまったら、
「ごめんね。そんなつもりはなかったんだよ。」と
伝えよう。



学校では

そうごうたいさく【だいにじ・いちぶかいてい】
「いじめ総合対策【第2次・一部改定】」
を使って、いじめ問題への取組を行っています。
どんなことが書いてあるのか見てみよう。



東京都教育委員会ウェブサイト

https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/school/content/bullying_measures.html



もしかして…

相手にいやな思いをさせていないかな

Aさん、何も発言していないな。

「Aさんも、意見を言いなよ！」



私は、発表することが苦手なのに、無理やり意見を言わせないでほしい。

Bさんが考えを押し付けてくる。

私の意見は無視されたように感じる。



Cさんが話を聞いてくれない。

僕のこと見下しているのかな。

◆ いやなことや悲しいことがあったら、家族や先生、友達に話してみよう。



◆ すれ違いや誤解があったら、本音で話をして、互いの気持ちを伝え合おう。



学校では

そうごうたいさく【だいにじ・いちぶかいてい】

「いじめ総合対策【第2次・一部改定】」

を使って、いじめ問題への取組を行っています。

どんなことが書いてあるのか見てみよう。



東京都教育委員会ウェブサイト

https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/school/content/bullying_measures.html

