

子どもたちの心…

「自分からは言えない」

「だけど、わかってほしい」

「だから…気づいて！」

いじめのサイン発見シートと
対処のポイント

子どものサインに気づくための 「親のふり返しシート」



子どもたちの健やかな成長を育むために
いじめ問題に向き合い、日ごろから、
子どものサインに気づくための「シート」です。

※「親」とは、子どもの養育に関わる方すべてを意味しています。

佐賀県教育委員会

いじめのサイン発見シート

～親が家庭でキャッチできるいじめのサイン～

☆どの子どもも、「いじめ」の被害者・加害者になる可能性があります。
☆子どもは、心のつぶやき（サイン）に「気づいてほしい。」と思っています。

言 動

- 家においているお金や、家族の財布からお金が無くなることもある。お金の要求が増える。
 - ・継続的にお金を要求されている可能性もあります。
- 周りの様子を気にし、いらいらしたり、おどおどしたりするなど、落ち着きがない。
 - ・自分が次に何をされるのかおびえているために、何事にも過敏に反応します。
 - ・いらいらして物をこわしたりする時は、いじめに関わっている可能性もあります。
- 親や兄弟姉妹に強がる態度を見せたり、その反面、顔色をうかがったりする。
 - ・いじめる側（加害者）にも共通する項目です。
- 不自然に明るく振舞っているように見える。
 - ・親にいじめを疑われないように、無理して明るく振舞っていないでしょうか。
- 家族との会話を避け、会話中も顔を見ようとしなない（目線を合わせようとしなない）。
 - ・隠したいことがあると、詮索されたくないの、家族との会話を早く打ち切ろうとします。
 - ・親からのちょっとした注意で泣き出したり、聞かれたことに答えようとせず、すぐ謝ろうとしたりします。いじめにあっていると、反射的に謝って自分を守ろうとする傾向があるようです。
- 「どうせ自分はだめだ」などの自己否定的な言葉や「死」をほのめかすような言葉を口にする。
- 登校を^{しぶ}渋ったり、忘れ物が急に多くなったりする。
- 言葉づかいが荒くなったり、ナイフやはさみなどの刃物類に強い興味を示したりすることがある。
 - ・いじめる側（加害者）にも共通する項目です。
- インターネット（携帯電話・スマートフォン・パソコンなどの情報機器）を気にする。
 - ・新しいいじめの形態として、増えています。
 - ・パソコンや携帯電話等を取り上げられるのを恐れて、ネットでいじめを受けていることを大人に言おうとしません。



表 情

- 笑顔がなくなり、表情がさえず、ふさぎこんで元気がない。
 - ・特に、“いつも疲れているように見える” “ため息が多くなった”と感じたら、いじめからくるうつ的な状態かも知れません。
- 食欲や学習意欲がなくなり、ぼんやりとしていることが多い。（顔色が悪く、活気がない。）
 - ・全般的な意欲の低下、気分の落ち込みなどによって、何もする気になれないという状況におちいることがあります。



身体・服装

- よくけがをしてきたり、衣服が汚れたり破れていたりすることがある。
 - ・けがや衣服の汚れ等の理由をあいまいにしたり、親に隠れて衣服、制服、靴等を洗ったりしているのは要注意です。
- 登校時に、体の不調を訴える。（原因不明の頭痛、腹痛、吐き気、食欲低下など）

持ち物

- 教科書やノートを見せたがらない。学校からのプリントや連絡帳を出さなくなった。
 - ・ノートや教科書、プリントなども落書きをされたり、破かれていたりする場合があります。
- 物をなくすことが多くなり、なくした理由をあいまいにすることが多くなる。
 - ・学校で靴や上履きなどを隠されたり、壊されたりしている可能性があります。

生活

- 食事をしっかりとろうとしない。
 - ・家族の会話を避けたいので、さっさと食事をすまそうとします。
 - ・食卓につこうとせず、コンビニなどでの外食が多くなります。
 - ・いじめる側（加害者）にも共通する項目です。
- 眠れない日が続いたり、夜うなされたりする。（寝不足の様子がうかがえる。）
 - ・いじめを思い出して眠れないことなどもありますので、子どもの睡眠状態には、特に気をつけてください。

友だち

- 友だちからの電話に「どきっ」とした様子を見せる。
 - ・被害者にとっては、周りのみんなが加害者で、自分には味方はいないという意識から、かかってきて欲しくないという気持ちがあるので、電話に敏感になります。
 - ・いじめの中には、ぴたっと誰からも電話がかからなくなるケースもあります。
- 不自然な形で特定の友だちから呼び出される。（不自然な時間帯、相手）
 - ・明らかに上下関係があったり、自分の子どもとは仲良くなりそうにないと思われる不自然な相手であったりする場合は、金銭を要求されるなどいじめのターゲットになっている可能性もあります。
 - ・いじめる側（加害者）にも共通する項目です。
- 話の中に友だちの名前が出てこない。
 - ・一緒に過ごしている友だちの名前がなかなか出てこない場合は、仮に学校で楽しく過ごしているように話していても、教室で孤立している可能性もあります。

学校

- 授業参観や学校行事にこないで欲しいと強く言う。
 - ・いじめる側の子ども（加害者）は、いじている子の親が学校にくることを避けたいので、事前にいじている子に「親がこないように」とプレッシャーをかけている場合があります。
- 学校のことを尋ねると、「べつに」「普通」など、具体的に答えようとしなかったり、「うるさい」などとおこったりする。
 - ・本当はいじめのつらさを話したいのに、話をさけようとしています。
 - ・いじめのことを言えないでいるのに、気づいてくれない親にも腹を立てています。
 - ・学校のことを聞かれると「もういい」「うるさい」などと話を終わらせようとしています。
 - ・いじめる側（加害者）の中で、罪悪感を抱いている子にも共通する項目です。
- 保護者会、個人面談で何を話したかを過剰に気にする。
 - ・保護者会、個人面談の場で担任からいじめについて話があったのではと内容を気にします。
 - ・いじめる側（加害者）にも共通する項目です。
- 成績が急激に低下する。（学習意欲がなくなり、勉強が手につかない。）
 - ・授業中もいじめを受けているため、集中できず、成績が急激に低下します。



子どもの健やかな成長を育むために

☆**親が子どもの様子をていねいに見つめ、見守ること
そして、子どもたちに見守る親の思いを示すことが大切です。**

○子どもの表情や行動、態度のちょっとした変化には、子どもが出しているサインを発見する手がかりとなるものがあります。

○特にいじめの問題に関しては、被害・加害・傍観、いずれの立場にあっても、親に心配をかけたくないために隠そうとしたり、言いたいけどうまく言えなくて話さなかったりすることが多いので、気づいてほしいというサインを見のがさないことが大切です。

○起こってしまったいじめにだけ目を奪われるのではなく、日ごろから大人が「いじめで苦しむ子どもを絶対につくらない」「いじめの早期発見・早期対応へ取り組む」という姿勢を示すことが、子どもの心に大きな影響を与えます。

日ごろの子どもの様子を把握していますか？

- 子どもの親しい友だちの名前を何人か知っている。
- 放課後、子どもがどこで遊んでいるか知っている。
- 子どもの持ち物について、いつ、どこで買ったものなのか知っている。
- 子どもが、学校から帰ってきたときの様子を（聞いたりして）知っている。
- 子どもが、どんなものを食べているか知っている。
- 子どもから、学校での活動などの話をよく聞いている。
- 子どもが、どんなことに興味をもっているか知っている。
- 子どもが、どのように小遣いを使っているか知っている。



親の思いをアピールしていますか？

- 「あなた（子ども）のことを大事に思っている（愛している）」ということを、言葉や態度で示している。
- 子どもが話してきたらよく聞くようにしている。
- 食事は家庭で、楽しくとるようにしている。
- 家族の一員として家事の役割を分担し、家庭の中での存在感をもたせるようにしている。
- 親からも「あいさつ」をしている。
- がんばったことやよい行いは誉めている。
- 人に迷惑をかけたり、心や身体を傷つけたりするようなことをしたときには叱るようにしている。
- 家庭でのきまりや約束を大切にしている。
- 子どもの不満や不快な気持ちを聞くようにしている。
- 子どもが軽い遊び心や悪ふざけ、冗談のつもりでやっていることが、相手にとって苦痛となっていることもあることを教えている。
- 「いじめることは、人間として決して許されないことであり、いじめをはやし立てたり傍観したりすることも同じである。」ということを家庭で教えている。

～いじめに加担していませんか～

- 電話等での会話の中に、「キモイ」「ウザイ」「むかつく」「ばい菌」というような言葉や差別的なあだ名が聞こえてくる。
- 頻りに電話をかけたり、メールを送信したりして、その後に外出する。
- 買った覚えのない洋服を着ていたり、物を持っていたりすることがある。
- 与えた金額以上の小遣い持っていることがある。
- 近所の方から、ゲームセンターやコンビニエンスストアなどに複数でたむろしていたり、多額のお金を持っていたり、使っていたりしているという情報がある。

いじめを見えにくくしているもの

●いじめを受けている本人からの訴えがない

＊心配をかけたくないという気持ちから

- ・親や周囲から弱い子であると思われたり、親に心配をかけたくないと思ったりすることから、余計にいじめられていることを言えなくなったりする。

＊仕返しが怖いから

- ・「いじめを相談したことが周囲に知られると、いじめがひどくなるのではないかも」と心配になる。

●見えないように行われている

＊場所・時間

- ・いじめは、大人の目につきにくい、大人がいない場所や時間を選んで行われたり、口をきかない、無視をするなど客観的に状況を把握しにくい形で行われたりしている。

＊カモフラージュ

- ・プロレスごっこなどの遊びやふざけあいのような形、部活動の練習という名目で、いじめとはわかりにくいように行われている。また、いじめの被害者なのに加害者の一員であるかのようにさせられていたりする。

「ネットいじめ」について

●ネットいじめとは

- ・インターネット上で仲間はずしをしたり、ひどい言葉、画像などで相手を誹謗中傷したりするいじめ。

●ネットいじめを防止するために

- ・インターネットの安全な使い方やマナーを親が学び、子どもに教える。
- ・携帯電話やスマートフォンを持たせる際には、フィルタリングや使用時間など親子でルールづくりをし、使用方を守らせる。
- ・写真や動画など、いじめに利用されるかもしれない個人情報をインターネットに載せることの危険性を教える。
- ・コンピュータを家族のいる場所に置き、子どものネット利用状況を把握する。
- ・インターネット上で、個人が特定される誹謗中傷が書き込まれている場合は、学校や警察に相談し、プロバイダや管理者に通告して削除してもらうなどの対策をとる。

◇子どもの様子が変だと思ったら

- 保護者は、子どもが言葉や態度で示しているサインを真剣に受け止めましょう -

○問題があったときはすぐに知らせるように促し、子どもの話に耳を傾けましょう。

(何よりも本人がいじめられていると感じているという事実を受け止め、真剣に話を聴きましょう。)

○子どもが言ったことに対して、一時のぎに「無視しなさい」「深刻に考えなくていい」などの気休めを言わないようにしましょう。

○様子がおかしくても、過度に問い詰めたりせず、いつでも相談できるように伝えておきましょう。

○もし、いじめられたとしても、決していじめられた方は悪くはないと、子どもに伝えましょう。

○他人に助けを求めることは弱いことではなく、いじめている側に「いじめ」をやめさせるための勇気ある行動であると励ましましょう。

○子どもの良き理解者に徹しましょう。(話すことより、聴くことが大事です。)

◇すぐに学校に連絡し、校長先生や担任に相談しましょう!!

相 談 機 関 一 覧

電話相談

☆県内にはテレホン専門の相談機関があります。

- 「心のテレホン相談」小中高校生及び保護者のための電話相談
(佐賀局) TEL:0952-30-4989 (武雄局) TEL:0954-22-4989
(神埼局) TEL:0952-52-4989 (鹿島局) TEL:0954-62-4989
(唐津局) TEL:0955-73-4989
- 「いじめホットライン」小中高校生及び保護者のためのいじめに関する電話相談
TEL:0952-27-0051
- 佐賀県精神保健福祉センター 「佐賀こころの電話」 TEL:0952-73-5556
- 佐賀県警察本部少年サポートセンター ヤングテレホン TEL:0120-29-7867
- 少年センター「子ども相談テレホン」 (佐賀市) TEL:0952-29-3594
(唐津市) TEL:0955-74-0110 (伊万里市) TEL:0955-22-7867
- 各市教育委員会電話相談
(佐賀市) TEL:0952-40-1515 (唐津市) TEL:0955-72-9467 (鳥栖市) TEL:0120-783-114
(多久市) TEL:0120-377-443 (伊万里市) TEL:0955-22-7867 (武雄市) TEL:0954-23-0110
(鹿島市) TEL:0954-63-6391 (小城市) TEL:0120-72-1021 (嬉野市) TEL:0954-66-9128
(神埼市) TEL:0952-44-2348

家庭児童相談室

☆子どもの健全育成を目的として、各市の福祉事務所に設置されています。
来所・電話・文書での相談ができます。また全町の福祉関係課でも相談が出来ます。

佐賀県福祉機関

- 中央児童相談所 TEL:0952-26-1212 〒840-0851 佐賀市天祐1丁目8-5
同唐津分室 TEL:0955-73-1141 〒847-0021 唐津市大名小路3-1
☆児童相談所は、児童福祉法に基づいた18歳未満の児童の福祉を守るための専門機関です。
- 佐賀県精神保健福祉センター TEL:0952-73-5060 〒845-0001 小城市小城町178-9
☆心の悩みや不安、心の健康や病気に関する相談を行っています。

佐賀県教育センター

TEL:0952-62-5211

- ☆学校生活に関する相談や支援を行います。
- 対 象 児童生徒及び保護者、学校関係者
 - 内 容 電話相談、面接相談(電話で予約)
 - 実施日 月～金曜日



「いじめ問題」は、「自分たちの声に耳を傾けて欲しい」「自分たちを見つめて欲しい」「自分たちに関わって欲しい」という、子どもたちからの大人に対する警鐘ではないでしょうか。
☆家庭では・・・親の子どもとの関わり方をふり返り、子どもの成長を見つめるために
☆学校では・・・学級懇談会などで、担任と保護者が子どもたちを見つめて話し合う手がかりとしてこのシートを御活用してください。

※このシートは、佐賀県教育委員会と佐賀県家庭教育推進委員会の素案をもとに、佐賀県総合福祉センターや各教育事務所、佐賀県市町教育長連合会、佐賀県小中学校校長会、佐賀県PTA連合会の御意見、文部科学省及び都道府県教育委員会の資料、「教室の悪魔」(山脇由貴子著ポプラ社刊)を参考に編集したものです。 イラスト:(C)わたなべふみ