

(公 印 省 略)
三 人 第 2 0 2 号
令 和 8 年 3 月 1 日

各区長 様

三木市子どもいじめ防止センター
センター長 平 田 美 香

「子どもいじめ防止センターだより」の回覧について（依頼）

早春の候、貴職にはますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

日頃は、地域のまちづくり活動の推進について格別のご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、別添のとおり「子どもいじめ防止センターだより 38号」をお届けいたします。

つきましては、子どもや保護者だけではなく、地域の皆様に子どものいじめ防止への理解を深めていただくために、誠に恐縮に存じますが、貴地区での「子どもいじめ防止センターだより」の回覧をお願い申し上げます。

記

- 1 送付物 「子どもいじめ防止センターだより 38号」
- 2 お届けの枚数 各地区の回覧枚数

【担当課】 市民生活部 人権推進課
子どもいじめ防止センター
TEL：82-8110 （三木市立教育センター内）

ハートフル

三木市子どもいじめ防止センターだより

～きこえる いっしょに^{かんが}考えよう～



いじめについて考えようーみんなが安心できる学校をめざしてー

三木市子どもいじめ防止センターでは、毎年市内の中学生を対象に「弁護士によるいじめ防止出前授業」を実施していますが、受講後のアンケートで「どこからがいじめなのかがよく分かった」といった感想をいただきます。そこで、今回はいじめとはどんな行為をさすのか、また、いじめをしないようにするにはどうすればよいかを考えましょう。

いじめってどんなこと？

いじめとは、同じ学校に通うなど、特定の関係がある子ども同士が行った行為で、された側が心や体に苦痛を感じることをさします。この行為には、インターネットを通じて行われるものも含まれています。

・ 一対一でもいじめになる

一人が一人に対して行った行為でも、される側が心や体に苦痛を感じたら、それはいじめです。



・ 繰り返していなくてもいじめになる

1回だけでも、相手が深く傷ついたら、それは立派ないじめです。回数は関係ありません。

・ 相手が笑っていてもいじめになる

相手が笑っていても、本当はいやなのに、我慢しているだけかもしれません。



・ 自分が平気でも相手はちがう

「自分は平気だったから」と思っても、相手がつらいなら、それはやってはいけないことです。



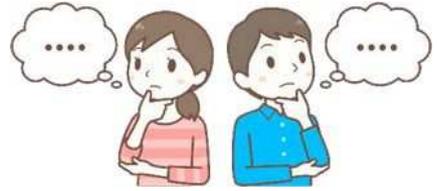
つまり…「相手がどう思ったか」が大切。
だから、「ふざけただけ」「冗談だった」ではすまないのが、いじめです。

いじめをしないための 5つのポイント

～みんなが安心してすごせるクラスにしよう～

1. 相手の気持ちを考えよう

自分は平気でも、相手はいやかもしれません。
「言ったらどう思うかな?」「されたらどんな気持ちかな?」
と考えてみよう。



2. 「いやだ」「やめて」と言われたら、すぐにやめる

「ふざけただけ」「そんなつもりじゃなかった」は通じません。
言われた人がつらければ、それはいじめになります。

3. 迷ったら、やめておく

ちょっとでも「これ、言っていないかな?」「やっていないかな?」と
迷ったら、やめておこう。
必要のない言葉は言わず、みんなを傷つけないように気をつけよう。



4. 「ちがいを」を大事にしよう

人の感じ方はそれぞれちがいます。
だからこそ、「自分とはちがうかも」と思って行動する
ことが思いやりです。

5. 見て見ぬふりをしない

周りにつらそうな人がいたら、声をかけたり、大人に相談したりしよう。
気づいたときに行動することが、いじめを止める力になります。



いじめをなくすためには、一人一人の思いやりが大切です。

また、周りの人が「見て見ぬふりをしない」ことで、いじめを許さない雰囲気
が生まれ、みんなが安心できる環境を作ることができます。

私たち一人一人の行動が、クラスの雰囲気や学校の環境を変える力になり
ます。みんなで力を合わせて、いじめのない明るい社会を築いていきましょう!

これっていじめ!?
そんなとき…
一人で悩まないで
相談してね



三木市子どもいじめ防止センター
電話: **0794-82-8110**

相談日 月曜日～金曜日 9:00～17:00
ijime_boshicenter@city.miki.lg.jp

