



あ がっ こう め ざ ひびき合う学校を目指して

こんなこと、ありませんか？

だん
じょう談のつもりだったけれど…
あいて わら
相手も笑っていたし、これくらいは…
ほんとう か
本当のことを書いてだけ…

あいて かん
相手がいやだと感じたら…

それは、**いじめ** です

ぜ っ た い いじめ絶対ダメ！

いじめは…

ひと ゆる
人として許されないことです
あいて くる
相手を苦しめます



とも だち たい せつ 友達を大切に

ともだち う
◆友達がいじめを受けていたら
せんせい おとな そうだん
すぐ先生や大人に相談しよう。
ゆうき だ い
勇気を出して「やめようよ」と言おう。

ともだち おも
◆友達にいやな思いをさせてしまったら
あやま ゆうき も
謝る勇気を持って、すぐにやめよう。
あいて き も かんが
相手の気持ちを考えてみよう。

じ ぶん たい せつ 自分を大切に

う
◆いじめを受けそうになったら
い ば
「やめて」と言って、その場をはなれよう。
そうだん
すぐにだれかに相談しよう。

う
◆いじめを受けたら
まも おとな そうだん
守ってくれる大人に相談しよう。
ともだち そうだん
友達に相談しよう。

がっこう そと そうだん ◆学校の外でのいじめもすぐに相談しよう◆

しょうねんだん かつどう がくどうほいく がっこう そと かつどう あそ なか
スポーツ少年団の活動や学童保育など、学校の外での活動や、オンラインゲームなどの遊びの中
であって、いじめ「いやだなあ」「不安だなあ」と思ったときは一人でなやまずに、すぐに近くの大人
うち ひと そうだん
やお家の人などに相談しましょう。

○あなたからの相談を待っています



●相談電話（秋田市教育研究所）
相談員が、じっくりお話を聞きます。

018-866-2255

（月～金 9:00～16:30）

●警察
一人で悩まず心の声を聞かせてね。
気付いた人も、勇気をもって相談

してください。

◇秋田臨港警察署

018-845-0141

◇秋田中央警察署

018-835-1111

◇秋田東警察署

018-825-5110



●秋田地方法務局
悩んでいることを教えて！

「こどもの人権SOSチャット」

からの相談も待ってるよ。

◇こどもの人権110番

0120-007-110

◇LINEじんけん相談

@linejinkensoudan

●秋田弁護士会
年に1回、「こどものなやみごと
LINE相談」を実施しています。
一人で悩まず、相談してください。
018-896-5599

●24時間子供SOSダイヤル
0120-0-78310（24時間対応）

●秋田市PTA連合会
「いやだな」「つらいな」と思った
ときは、周りの人に話してみよう。

●SNS相談窓口
直接話しづらいときには
◇文部科学省「子供のSOSの相談窓口」

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm

●秋田市子ども家庭センター

いじめに困ったら、気付いたら

あなたの声を聞かせてほしい。

◇子ども家庭相談

018-827-6017

◇ぐりーん・えこー（家庭教育相談）

018-827-6413

◇わかくさ相談電話

018-884-3868

●秋田県子ども・女性・障害者相談センター

つらいことや伝えたいことがあったら

話してみませんか？

何でも気軽に相談してください。

◇秋田県子ども・家庭相談電話

0120-42-4152（24時間対応）

●秋田市医師会

いじめで体や心が傷ついた時、

お友達を傷つけそうになった時、

だれかがお友達を傷つけているのを見た時は、

お医者さんに相談してください。

一緒に解決の方法を考えましょう。

●秋田県公認心理師・臨床心理士協会

いじめかな？と思ったら、それを大人に

話してね。

「助け」を求めることができるのは、

能力だよ！

●秋田市民生児童委員協議会

困ったことがあったらなんでもいい

から相談してね。

あなたのすぐそばにいます。

