



もしかして、「いじめられているかな?」って思ったら

自分が「いじめられている」かどうかなんて、はっきりとは分かりませんよね。ただ、自分がイヤだと思ったらそれは「いじめ」かもしれません。ひとりで悩まず、すぐに誰かに相談してみましょう。先生や家族、周りの人に相談するのが恥ずかしかったり、ためらったりする場合は、下記の相談窓口に気軽に相談してみましょう。話を聞いてもらうだけで解決することもありますよ。

それは「いじめ」かもしれませんよ!

みんながいじめているからというだけで、一緒に「いじめ」ていませんか? 何となく気に入らない・むかつく…そんなことは理由にはなりません。見て見ないふりをしている人も「いじめ」ているのと同じです。また、SNSで誰かの悪口を書いたり、仲間はずれにするのも「いじめ」です。もし、いじめられている人がいたら「おはよう」「大丈夫?」とそっと声をかけたり、誰か大人に話しましょう。



家族や周りのみなさんへ

もし「学校に行きたくない」と言いだしたら、無理に行かせようとする前に、子どもさんとゆっくり話をしてみましょう。もしかしたら、学校でいじめがあつて行きたくないのかもしれない。「うちの子は大丈夫」と思っているかもしれませんが、ちょっとした言動や表情の変化はありませんか? 気づいてあげることが大切です。また、スマホなどのインターネットは、子どもと一緒にルールを決めて使いましょう。もし問題が起きたときは、担任の先生や学校関係者、相談機関等の第三者機関などに相談しましょう。

✧ 相談窓口 ✧

大阪市子ども相談センター(電話教育相談)

いじめや学校に関わる悩みの相談をお受けします。

〈子ども専用〉 ☎ **06-4301-3140**

〈保護者専用〉 ☎ **06-4301-3141**

月曜～金曜 午前9時～午後7時(祝日、年末年始は除く)

大阪市人権啓発・相談センター

市民の方のさまざまな人権相談をお聞きます。

人権相談専用電話 ☎ **06-6532-7830**

(受付は30分前まで)

ファックス FAX **06-6531-0666**

午前9時～午後9時(月曜～金曜)

午前9時～午後5時30分(日、祝日)

※土曜、年末年始(12/29～1/3)、
施設点検日は休業

☑ 電子メールによる
相談もできます!



24時間子供SOSダイヤル(文部科学省)

いじめなどの悩みをいつでも電話で相談できます。

☎ **0120-0-78310** 全国共通 ※一部のIP電話では
つながりません。

子どもの人権110番(法務省)

ひとりで悩まないで!まずはお電話ください。

☎ **0120-007-110** 全国共通 ※一部のIP電話では
つながりません。

月曜～金曜 午前8時30分～午後5時15分

(祝日、年末年始は除く)

子どもの人権SOS-eメール(法務省)

ホームページの相談フォームに相談したい内容を入力して送信すると、メール、電話または面談で悩みにお答えします。(すぐに相談したい時は子どもの人権110番へ)



子どもの人権SOSミニレター(法務省)

全国の小・中学校に配付。身近な人に相談できない悩みを書いてポストに入れるだけで、悩みにお答えします。

大阪市人権啓発・相談センター LINE@



大阪府の人権に関する取り組みや人権問題のトレンド・クイズなどを、週1回配信しています!

友だち追加



@osaka7830

読者の「もっと知りたい!!」にお答えします!

この冊子に取り上げられなかったことや「もっと知りたい」ことを大阪市ホームページで紹介しています。ぜひ見てね!

