

# いじめのサイン チェックシート

多くの子どもたちが、だれにも相談できずにいる「いじめ」のこと。言葉では伝えられなくても、これまでとちがった行動や態度などであらわれることがあります。ひとつでもチェックがついていたら、「いじめ」が隠れている可能性があります。子どもの様子をよく見たり、家庭での会話を心がけたりしましょう。

浦安市教育委員会

## いじめられている子どものサイン

### 日常生活



- 寝つきが悪く、眠れない日が続く。朝起きてこない。布団から出てこない。
- 朝になると身体の具合が悪いと言い、学校を休みたがる。遅刻や早退が増えた。
- 食欲がなくなったり、黙って食べるようになる。
- 携帯電話やメールの着信音におびえる。スマホやパソコンをいつも気にしている。
- 勉強をしなくなる。集中力がなくなる。
- 理由をはっきり言わないアザや傷あとがある。

### 持ち物

- 学校で使う物や持ち物がなくなったり、壊れたりしている。
- 家からお金を持ち出したり、必要以上のお金をほしがったりする。
- 教科書やノートに嫌がらせの落書きをされたり、破られたりしている。
- 服が汚れていたり、破れたりしている。

### 友人関係

- 遊びの中で、笑われたり、からかわれたり、命令されたりしている。
- 親しい友達が遊びに来ない、遊びに行かない。

### 家族との関係

- ささいなことでイライラしたり、物にあたったりする。
- 学校や友達の話題が減る。
- 自分の部屋に閉じこもる時間が増える。
- 表情が暗く、家族との会話も少なくなる。

●この内容は、「千葉県版教職員向けいじめ防止指導資料集」を参考に作成しています。  
●各項目は思春期の多くの子どもにあらわれる可能性があります。大切なことは子どもの変化を見逃さないことです。

## いじている子どものサイン

### 日常生活



- 険しい表情をするようになる。
- お金の使い方が荒くなる。
- 言葉づかいが悪くなる。

### 持ち物

- 買った覚えのない物を持っている。
- 与えたお金以上のお金を持っている。お小遣いでは買えない物を持っている。

### 友人関係

- 友達をけいべつするような発言が増える。
- 友達との間に上下関係が感じられるようになる。
- 交友関係が変化し、今までと違った雰囲気友達と付き合いようになる。

### 家族との関係

- 親の言うことを聞かなくなり、反抗的な態度をとるようになる。
- 家族との会話が減ったり、意図的に学校や友達の話題をさけたりするようになる。
- 親が自分の部屋に入るのを極端に嫌がるようになる。

## 気になることがあったら…

- 子どもにとって良き相談相手となりましょう。気持ちを受け止めてあげることが大切です。
- 心配していることを伝えながら、無理に聞き出そうとせず、温かく見守りましょう。
- 何があっても「守り抜く」「必ず助ける」ことを真剣に伝えましょう。

## 学校以外の相談窓口

浦安市いじめ110番

平日 9:00~17:00  
浦安市教育委員会 指導課内

浦安市適応指導教室

平日 10:00~17:00  
教育相談

24時間子供SOSダイヤル

24時間対応

0120-211-380

047-351-1151

0120-0-78310

困ったことがあったら、  
ご家族だけで悩まずに  
学校へ相談してください。

