

かけがえのない子どもたちのために

自分を大切に思える子どもに

- ・自分が好きで、自分を大切に思える子どもは、困難な出来事があっても、自分のことを信じ、前向きに取り組むことができます。
- ・自分を大切に思う気持ちは、自分を丸ごと受け止めてくれる人間関係の中、他者との関わり合いをととして、自分のよさや持ち味を認められることで育まれていきます。



子どもと話をする機会を増やしましょう

- ・札幌市教育委員会が行った調査では、「自分のよさや持ち味を出しているか」という問いに、小・中・高校生の約6割が「出している」と答えています。そして、「自分のよさや持ち味を出している」と考えている子どもほど、「家の人と積極的に会話している」割合が高いという調査結果があります。
- ・一緒に暮らす家族それぞれが時間をつくり、食事の時間や就寝前などに、学校や友人、家庭や将来のことなどについて話をしましょう。



子どもからのサイン

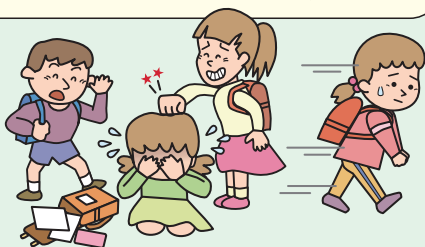
- ・子どもは誰もが、いじめる側やいじめられる側になる可能性があり、直接いじめていなくても、いじめをはやし立てたり、見て見ぬふりをしたりすることで、いじめに関わり、いじめを助長することになります。子どものサインに敏感になり、変化を見逃さないようにしましょう。

〈いじめの構造〉

いじめられて
いる子

いじめて
いる子

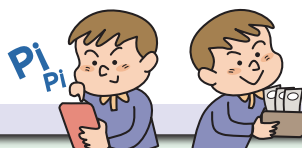
はやし立てる子・見て見ぬふりをする子



いじめている子どものサイン

生活や持ち物の様子

- 買い与えていないものを持っていたり、こづかい以上のお金を使っている様子がある。
- 言うことを聞かなくなる。言葉遣いが荒くなったり、反抗的な態度をとるようになる。
- 部屋に入られることを極端に嫌がるようになる。



いじめられている子どものサイン

※いじめ以外の原因で同様のサインが見られることもあります。

生活の様子

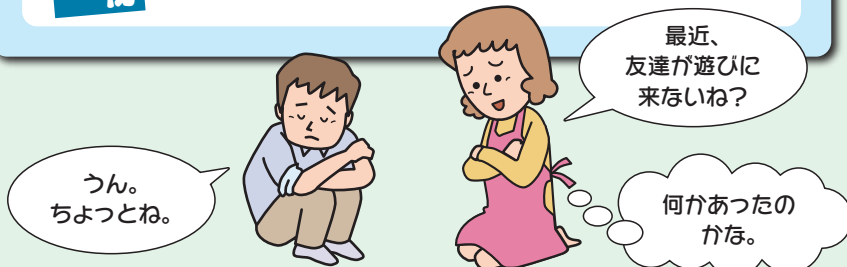
- 食欲が落ち、寝つきが悪くなる。
- 怒りっぽくなり、笑顔が少なくなる。
- 会話が減り、学校や友人の話題を避けるようになる。
- 朝になると身体の不調を訴え、登校を渋るようになる。
- 「自分はダメだ」など否定的な言葉が多くなる。
- 妙ににこにこしたり、気を遣いすぎるようになる。
- 死や非現実的なことに興味や関心をもつようになる。

友人関係の様子

- 友人と遊びに出かける回数が減る。親しかった友人が遊びに来なくなる。
- 友人からの電話に出たからなくなる。
- 携帯電話やスマートフォンを使う時間が急に長くなったり、隠れて使ったりするようになる。
- 友人への不平や不満を口にするが多くなる。
- 転校したい、学級をかわりたい、部活をやめたいなどと言いつつ出す。

身体や持ち物の様子

- 理由のはっきりしない衣服の汚れや破れ、擦り傷やあざなどがある。
- 持ち物や勉強道具がなくなったり、落書きをされたりしている。
- カッターナイフなどの刃物をカバンやポケットに入れている。
- 必要以上にこづかいを要求したり、家庭から品物やお金を持ち出したりするようになる。



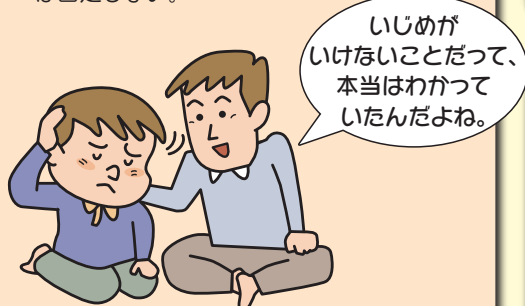
いじめへの対応

- ・子どもがいじめに関わっていることを知ったら、子どもの気持ちを受け止め、じっくり話を聴くとともに、直ちに学校などへ相談しましょう。

いじめられている子どもへ

○いじめを行った気持ちや言い分を十分に聴きましょう。

- ・「正直に話してくれてよかった」と伝え、一方的に責めない。
- ・「どうしていじめてしまったのか」、「自分のしたことをどう思っているか」を問いかける。
- ・いじめた行為は否定するが、本人の人間性は否定しない。



○いじめを認めない強い意志を示し、いじめをやめさせましょう。

- ・いじめは「人間として絶対に許されないもの」であることを伝え、どう謝り責任を取ればよいか、一緒に考える。

いじめられている子どもへ

○親として子どもが安心できるメッセージを伝えましょう。



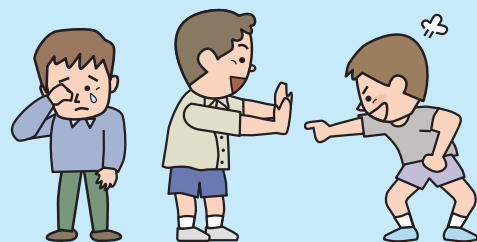
○子どもの心と体を守ることを第一に考えましょう。

- ・いじめの内容に関して、子どもが話そうとしないときには無理に聴き出さない。
- ・「あなたにも悪いところがある」など、本人に原因があるようなことは言わない。
- ・「いじめに負けるな」、「強くなればいい」など、いじめに立ち向かわせない。
- ・必要に応じて学校を休ませ、「睡眠と食事を十分とる」、「好きなことをする」など、心身のダメージの回復を図る。
- ・子どもの希望に応じて、「登下校の送迎をする」、「外出する際は付き添う」など、具体的な行動で子どもを守る。

はやし立てている子どもや見て見ぬふりをしている子どもへ

○いじめをはやし立てたり、見て見ぬふりをしてしまった理由を十分に聴き、その気持ちを受け止めましょう。

- ・「自分のしたことをどう思っているか」を問いかける。
- ・いじめをはやし立てたり、見て見ぬふりをすることは、いじめと同じであることを伝える。
- ・「いじめられている子のためにできることはないか」、「先生や友人に相談していじめを止められないか」など、一緒に考える。



専門機関の活用

【札幌市の相談窓口案内】

- ・学校に相談しにくいことや、専門的な意見を聴きたいときには、下記の相談機関を利用しましょう。

◇札幌市教育センター教育相談室 Tel.671-3210

◇札幌市子どもアシストセンター相談専用電話 Tel.211-3783

~~◆全国統一の教育相談ダイヤル Tel.0570-078310~~

【フリーダイヤルの窓口】

◇いじめ電話相談（札幌市教育委員会）..... Tel.0120-127-830

◇少年相談110番（道警本部）..... Tel.0120-677-110

◇子どもの人権110番（札幌法務局）..... Tel.0120-007-110

【24時間対応している窓口】

◇興正こども家庭支援センター（相談電話）Tel.765-1000

◇羊ヶ丘児童家庭支援センター（YOU・勇・コール）Tel.854-2415

【メールで相談できる窓口】

◇札幌市子どもアシストセンター相談メール
assist@city.sapporo.jp



命の危険を感じたら

○子どもが死をほめめかしたり、自分の身体を傷つけたりしていることに気付いたときは、直ちに次のような対応をしましょう。

- ・子どもの気持ちに寄り添い、「死にたいくらい辛いことがあるんだね」、「とてもあなたのことが心配だわ」などと伝え、子どもを頭ごなしに否定しない。
- ・当面、命の危険がない場合は、子どもの気持ちを尊重しながら、学校や相談機関との連携を図る。
- ・子どもを一人にしないなど、命の安全を確保するとともに、他者へ適切な援助を求める。
- ・命を落としてしまう危険が高い場合は、迷わず医療機関に相談し、場合によっては、警察や救急車を呼ぶ。



子どもたちの豊かな育ちのために

～子どもの「自己肯定感」を高める大人の関わり～

「自己肯定感」の高い子どもは

- 「自己肯定感」とは、欠点や短所も含め、自分が好きで、自分を大切に思える気持ちのことです。
- 自己肯定感の高い子どもは、困難な出来事があっても、自分のことを信じ、前向きに取り組むことができます。また、自分を大切にすることは他者を大切にすることにもつながります。
- 自己肯定感とは、自分のすべてを受け止めてくれる人との関わりの中で、自分の役割を果たすことなどをおし、よさや持ち味を認められることで育まれていきます。

いじめたり、いじめられたいしない子どもに育ってほしい。



子どものありのままを認めることから

- 自己肯定感の育ちは、幼少期の生活や教育環境に、大きく左右されると言われます。
- 子どものありのままを認め、子どもを大切に思っている親の気持ちを伝えたり、スキンシップをとったりして、子どもが安心できるようにしましょう。
- 何かに取り組んだ成果だけではなく、「あなたがいてくれてうれしい」と、子どもの存在そのものが大切であることを伝えましょう。

あったかいな。



あなたのことが大好きよ。

「自己肯定感」を高めるには

①子どもの話をしっかり聴きましょう

子どもの話をしっかり聴き、子どもが自分を大切にされていると実感できるようにしましょう。

【話を聴く時のポイント】

- 言葉にうなずいたり、感想を伝えたり、興味のあるところを質問したりする。
- 話が途切れても、急がせたりせず、じっと待つ。
- 話の途中で意見を言ったり、要約したりしない。
- 新聞やスマートフォンを見たり、家事をしたりしながら聴かない。

今日、学校でノートのことをほめられたよ。

字が丁寧に
見やすい
ノートだって。

そう！
ほめられたんだ。
どんなことを
ほめられたの？

体育の授業で
シュート外し
ちゃってさ。

おしかったなあ。
きっと次は
入るよ。



②子どもを本気でほめましょう

子どもの得意なものや熱中していることをほめ、子どもが自信をもてるようにしましょう。

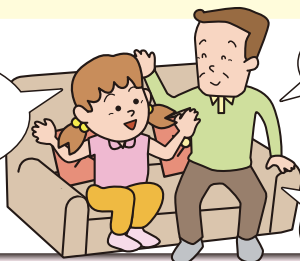
【ほめる時のポイント】

- 子どもが一生懸命取り組んでいることを見つける。
- 学習に限らず、遊びや趣味などの取組も認める。
- タイミングを逃さず、その場で具体的にほめる。
- 小さなことやわずかな変化も見逃さずにほめる。
- 取組に失敗しても、挑戦したことを認める。

うん。
毎日エサをあげる
仕事なの。

生き物係に
なったん
だって。

毎日続けていて
すごいなあ。



はい。

そこのお皿を
下げてくれたら、
うれしいな。

コップも
下げてくれるの。
ありがとうね。



【ほめるためのきっかけづくり】

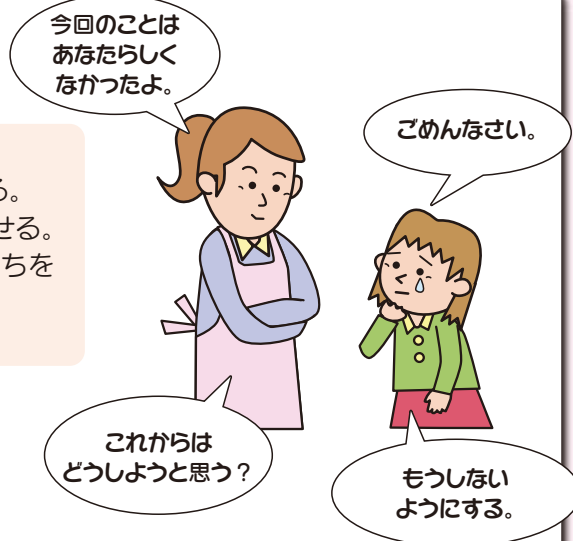
- ・食器の片付けや玄関の靴の整頓など簡単な仕事を頼み、手伝った時にありがとと伝える。
- ・ゲームで遊ぶ時間やテレビを見る時間などのルールを決め、約束を守れた時にほめる。
- ・家庭学習の時間など、子ども自身が立てた目標に対し、その努力の継続や目標の達成をほめる。

③子どもの問題に向き合いましょう

間違いや失敗をした時に子どもを支え、子どもが自ら問題を乗り越えることで、自信を回復することができるようにしましょう。

【話し合いのポイント】

- 何がいけなかったのか話し合い、子どもが理解できるようにする。
- 「していいこと」と「してはいけないこと」のけじめをはっきりさせる。
- 叱ったり諭したりする時は子どもの目をしっかりと見て、気持ちを率直に伝える。
- これからどうしていくか、具体的な内容を子どもと確かめる。



【気を付けたいマイナスの表現】

- ・「あなたってダメな子ね」などの人間性を否定する言葉
- ・「どうしてそんなことをしたの？」などの答えづらい質問
- ・「何回目だと思っているの？」などの過去を持ち出す言い方

④子どもとともに思春期を乗り越えましょう

思春期は自己肯定感が揺らぐ不安定な時期ですが、子どもが自分で判断したり、責任をもって行動したりすることで、自己を高めるよい機会になります。子どもの判断を尊重しながらも、大人としての考えを伝え、成長を見守るようにしましょう。

【関わりのポイント】

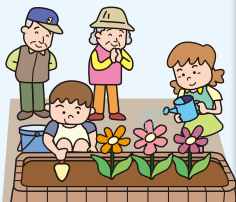
- 子どもに明確なルールを示し、その中で自由にできるようにする。
- 本人の自己決定の機会を多くし、自分で責任を取る意識を高める。
- 間違った要求に対しては、対立を恐れず、毅然とした態度で接する。
- 学校と連絡を取り合い、同じ姿勢で関わるようにする。



札幌市全体で子どもを育てる

札幌市には「子どもの最善の利益を実現するための権利条例」があります。条例では子どもにとって大切な権利を4つにまとめて示しています。

- 1 安心して生きる権利
- 2 自分らしく生きる権利
- 3 豊かに育つ権利
- 4 参加する権利



これらの権利を保障することにより、子どもは安心して生活する中で、自分らしさを発揮し、自信をもって豊かに育つことができます。

そのためには、大人が子どもの権利を尊重し、家庭や地域・学校において子どもの考えや意見を認め、生かすことが大切になってきます。

条例の趣旨を生かし、地域ぐるみで自己肯定感の高い子どもを育てましょう。



子育てで悩んだ時の相談窓口

子育てで迷ったり、悩んだりした時などには、下記の相談機関が利用できます。

- ◇札幌市教育センター教育相談室 Tel.671-3210
- ◇札幌市児童相談所 Tel.622-8630
- ◇札幌市子どもアシストセンター相談専用電話 Tel.211-3783
- ~~◇全国統一の教育相談ダイヤル Tel.0570-078-310~~
- ◇興正こども家庭支援センター（相談電話）Tel.765-1000
- ◇羊ヶ丘児童家庭支援センター（YOU・勇・コール）Tel.854-2415
- ◇札幌南こども家庭支援センター Tel.591-2200
- ◇札幌乳児院児童家庭支援センター Tel.879-6264

【フリーダイヤルの窓口】

- ◇少年相談室（札幌市教育委員会） Tel.0120-127-830

【メールで相談できる窓口】

- ◇札幌市子どもアシストセンター相談メール
assist@city.sapporo.jp

