

## いじめ早期発見のための気づきリスト（保護者用）

（本気づきリストの活用例）

- ・ 長期休業の終わり頃から新学期にかけて、日曜日から月曜日にかけてなど、休み明け前後に使用してお子さんの変化を把握
- ・ お子さんの様子が気になった時に、お子さんの変化を具体的に把握するために使用

※お子さんの様子で気になることがあれば、学校にご相談ください。

お子さんのお名前：

記入日： 年 月 日（ ）

### 子どもの様子

【朝：登校前】

- なかなか起きてこなかったり、体調不良を訴えて休みたがったりする
- 学期初めや休み明けに登校を嫌がったり、元気がなかったりする
- 食欲がなくなったり、会話がなくなったりしている

【夕方：下校後】

- 勉強しなくなったり、集中力がなくなったりしている
- 持ち物や自転車などが壊れたり、なくなったりする
- 必要以上にお金をほしがるようになった
- 親しい友人と遊んだり、連絡を取ったりしなくなった
- 服の汚れや体のあざや擦り傷があり、理由を言いたがらない

【夜：就寝前後】

- 学校や友人の話題を避けるようになった
- 部活動や学校をやめたいと言うようになった
- 自分の部屋に閉じこもる時間が増えた
- ささいなことでイライラしたり、落ち着きがなくなった
- スマートフォンやSNSをひどく気にするようになった
- 寝つきが悪かったり、夜眠れない様子がある

【その他気になること】

（ ）

### 子どもの様子が気になったら

【学校への相談】

- ・ 学校（Tel：●●●－●●●－●●●●）  
（夜間緊急ダイヤル：052-982-9350）
- ・ 学校が実施するオンラインのいじめアンケート（アドレスやQRコード掲載）

【三重県教育委員会の主な相談窓口】

- ・ 子どもSNS相談みえ（中高生対象・平日17:00~22:00）
- ・ ネットみえ〜る（SNS上のいじめや不適切な書き込みの報告）
- ・ いじめ電話相談（Tel：059-226-3779 毎日24時間）

