

あなたは人の痛みに気づいて
いますか？
いやな思いをさせていませんか？



これらの行為は いじめ になります！

1

ひ
冷やかしゃからかい、
わるぐち おど もんく ひと
悪口や脅し文句、人が
いやがることを言う。

2

なかま
仲間はずれや無視を
する。

3

かる
軽くぶつかったり、
あそ
遊ぶふりをして
たたいたりする。

4

ひどくぶったり、
け
蹴ったりする。

5

かね むり
ものやお金を無理に
わた
渡すように言う。

6

かく
ものを隠したり、
ぬす
盗んだりする。
こわ
壊したり、捨てたり
する。

7

ひと
人がいやがることや
は
恥ずかしいと思うこと、
きけん
危険なことをしたり、
させたりする。

8

パソコンやケータイ・スマホ
わるぐち い ひと
で悪口を言う。人がいやな
き も
気持ちになることをする。

9

うそやうわさを
なが
流す。

がっこう
学校は、いじめに対するための取組などについて「学校いじめ防止等基本方針」をつくり、学校のホーム
ページに掲載しています。

いじめに対応するために、校長・教頭・学年の先生・保健の先生・スクールカウンセラーなどが入ったチーム
があり、多くの先生であなたを見守っています。

ひとり
一人で悩まず、困ったときは相談しやすい先生に相談しましょう。

ストップ STOP! ネットいじめ

ネット上やSNS、メールやメッセージのやりとりでも
これらの行為は いじめ になります!



× 挑発行為

メールやメッセージで
争う。
怒ったり、相手をバカ
にしたことばを送り
つける。



× 迷惑行為

人をからかう。
攻撃のことばをくり返し
送る。



× ネットストーカー

複数のアカウントを
作って、人にメールや
メッセージを送る。
迷惑行為をくり
返し続ける。



× 中傷行為

人の悪口やうわさをひろ
げる。
人が傷つくようなことを
されている動画を撮影
して拡散する。
事実と異なる情報を書き
込む。



× なりすまし

自分以外の人になり
すまして、他の人に
悪口を送る。
人をトラブルに巻き
込むようなメールや
メッセージを送る。



× 拡散

人の個人情報や、他の人
に知られたくないことや
画像を公開し、拡散する。
人が送ったメールを無断
で公開し拡散する。



× 仲間外れ

意図的にグループ
から仲間外れにする。
1人だけにメールや
メッセージを送らない。

▶ ネットいじめの被害にあったら...

スクリーンショットを撮るなどして、加害者の
アカウント名やIDを記録しておきましょう。
それをもとに、SNSなどの運営会社に連絡し、
違反報告や削除依頼を出しましょう。

▶ インターネット空間は匿名状態ではありません!
発信者情報の開示請求もできますので、加害者
は社会的非難や制裁を受けることがあります。