

いじめをみんなでなくそう いじめもちがいちばん

いじめられている人も、いじめを
している人も「嫌だな」と思
っている人は「いじめ」で
す。相手が嫌な気持ちにな
ることは絶対にやめよう。
軽い気持ちで言った悪口や
からかいで、相手が一緒に
笑っているように見えても
本当は、とても傷ついてい
ることがあります。相手の
気持ちがわかりますか。

みんなのいじめをなくす
いじめをゆるめる

「はなす」 勇気

嫌だなと思ったらだれかに話す。

「やめる」 勇気

いじめている人は今すぐやめよう。

「とめる」 勇気

いじめを見つけたらみんなでとめよう。

「みとめる」 勇気

その子らしさや自分の良さもみとめよう。

一人で悩まず相談しよう

誰かに相談しよう。先生や家族など、近くの人に相談しよう。
電話やSNSでも相談できます。一人で悩まず、相談してください。

子どもと親のサポートセンター	0120-415-446
時間子どもダイヤル	0120-0-78310
子どもセンター(ヤング・レホン)	0120-783-497
千葉いのちの電話	043-227-3900
こどもの人権110番	0120-007-110
チャイルドライン千葉	0120-99-7777
よりそいホットライン	0120-279-338

そう、相談しよう。
を相談して

SNS相談
@ちば



[クリック⇒「子どもと親のサポートセンター」子どものページへ](#)

[クリック⇒動画「しんどい時に心と体を守る方法」へ](#)

[クリック⇒動画「相談してみよう～大切なあなたに伝えたいこと一人で悩んでいませんか～」へ](#)