

み きず 見えない傷も、 ちゃんと痛い。



心の傷は、外からは見えません。
泣いていなくても、笑っていても、心は傷ついていることがあります。

こどもの気持ちに寄り添い、温かく見守りましょう 🍀

こどもたちには、友だちとの関係を自分たちで考え、解決しようとする力があります。
こども同士の解決力を信じながら、まずは温かく見守ることも大切なサポートのひとつです。
乗り越えようとするその力を、そっと後押ししてあげましょう。

もし、気になることがあれば、学校や相談機関にご相談ください。

親子で話そう

いじめは、以前よりも見えにくい形で起こることが増えています。
表面上は普通に見えても、こどもの心は傷ついていることがあります。

日常のちょっとした会話が、こどものSOSを受け取る第一歩です。
こどもが話してくれたことは、否定せずにまず受け止めて、こどもの声を大切にしましょう。



スマホのルールを決めていますか？

SNSやオンラインゲームがきっかけのいじめが増えています。スマホは便利な道具ですが、使い方を誤ると、いじめの加害者にも被害者にもなり得ます。

こどもにスマホを持たせる前に、家庭でのルールを話し合しましょう。



～話したいこと～
使う時間、場所、
投稿のマナー など

こどものみなさんへ 🍀

あなたの気持ちは、大切なものです。うまく話せなくても大丈夫！
まずは、話しやすい人に相談してみよう。



▼ 作成・発行

芦屋市いじめ問題対策連絡協議会事務局
芦屋市こども福祉部こども家庭室こども政策課
TEL：0797-38-2045
芦屋市教育委員会教育部学校教育室学校支援課
TEL：0797-38-2143

▼ マンガ・イラスト提供

大手前大学 建築&芸術学部マンガ制作専攻
佐藤ゼミ



いじめ等に関する相談先

学校園における悩みなどについて

がっこうしえんか
▶ 学校支援課

0797-38-2143

電話相談：《月～金曜日》 午前9時～午後5時 （※祝日・年末年始を除く）

不登校、心理相談等、教育相談全般について

あしやし
▶ 芦屋市カウンセリングセンター

0797-23-5998

電話相談：《月・水・金曜日》 午前11時～午後4時（※祝日・年末年始を除く）

面接相談：《月・水・金曜日》 正午～午後4時（※祝日・年末年始を除く）

青少年問題全般について

せいしょうねんあいご
▶ 青少年愛護センター

0797-31-8229

電話相談：《月～金曜日》 午前9時～午後5時 （※祝日・年末年始を除く）

不登校・引きこもりに関する相談について

わかものそうだん
▶ 若者相談センター「アサガオ」

0797-22-5115

電話相談：《火～土曜日》 午前10時～正午／午後1時～午後4時
（※祝日・年末年始を除く）

こどもと家庭にかかわる様々な相談について

かてい ほけん
▶ こども家庭・保健センター

0797-31-0643

0797-38-8993（相談直通ダイヤル「はぐくみ」）

電話相談：《月～金曜日》 午前9時～午後5時（※祝日・年末年始を除く）

いじめ、不登校、友人関係や進路について

こなや そうだん
▶ ひょうごっ子悩み相談

0120-0-78310

電話相談：365日24時間

SNS相談：午後5時～午後9時

面接相談【要予約】：《月～金曜日》 午前9時～午後5時

SNS 相談は、
こちらから

