

STOP! ネットいじめ

～その言葉、届ける前に考えて～



「ネットいじめ」は、スマートフォンなどの通信機器等を利用したいじめのことで、**SNS**や**ゲームアプリ**、**メッセージアプリ**でのやり取りなどによって起こります。ネットいじめは、あらゆる場所で、時間に関係なく、自分の家にいる時ですら、誰かに攻撃されていると感じてしまい、逃げ場がないように思うことから、心身ともに深刻な影響を与えてしまいます。現実でもネットでも同じですが誰かを傷つける言葉や悪口、嘘の情報を広めるようなことは絶対にしてはいけません。思いやりのある言葉、行動を心がけ安心して過ごせる環境をみんなで一緒につくりましょう。

SNS等を利用したネットいじめ

直接的な攻撃

悪口、誹謗中傷の投稿

個人情報の流出

脅迫や恐喝、集団での攻撃

なりすまし

嫌な書き込みを見つけてしまっても…



間接的な攻撃

仲間はずれや無視

悪評（嘘）を流す

不快なコンテンツの送りつけ

ハッキング・アカウント乗っ取り



「冗談だよ」
「ノリだから」
って言われたしな…

謝ってもらえたけど
書き込み続いている
んだよな…

やめて欲しいけど
言えないな…
我慢すればいいかな…

特にSNS上では、相手がふざけているのか本気で言っているのか判断しづらいことがあります。

まずは、自分の気持ちを大事にしてください。

嫌な思いをした時に、我慢する必要はありません。

時間がたってしまってからでは、やめて欲しいことを伝えにくくなります。

すぐに「やめて欲しい」と伝えて、相手に自分の気持ちを気づいてもらいましょう。

ネットいじめで悩んだり困ったら…

- ☒ 保護者や先生などのあなたが信頼できる大人に相談しよう
- ☒ 身近な人に直接、相談がしづらい場合は、電話・SNS・メール相談などの相談窓口を利用しよう
- ☒ ネット上の履歴・記録（書き込みや画像など）を残しておこう
- ☒ ネットの利用方法について見直そう（使い方や利用のルール、マナーなど）

相談窓口については裏面に
案内が書いてあるよ





トラブルが起きてしまったら？

もしくは

トラブルが起きる前に！ ～ひとりで悩まずに相談を～



どんなに注意をしても、トラブルが起こってしまうことはあります。
また、ネットトラブルには様々なケースがあり、「ここに相談すれば大丈夫」という場所はありません。不安なことがあった時には、まずは保護者に相談し、その上で適切な相談先に連絡しましょう。

インターネットトラブル事例集（総務省）

インターネット活用上のトラブル事例に対して、どう対応すればよいの？どう予防したらいいの？をわかりやすく説明しています。



薬物に関するもの

- ◆厚生労働省 あやしいヤクブツ連絡ネット
電話 03-5542-1865
- ◆薬物乱用防止相談窓口（宮崎県）
宮崎県薬務対策室
電話 0985-26-7060
宮崎県精神保健福祉センター
電話 0985-27-5663

違法・有害情報相談センター

インターネット上の違法・有害情報に対して、アドバイス関連の情報提供等をおこなう相談窓口です。様々な内容を取り扱っています。



インターネット人権相談窓口（法務省）

法務省の人権相談窓口です。相談フォームを送信すると、最寄りの法務局から回答がきます。



24時間子供SOSダイヤル（文部科学省）

いじめ問題やその他のSOS全般に悩む子どもや保護者が24時間いつでも相談できます。
電話 0120-0-78310



18さいまでの子どもがつながる チャイルドライン

18歳までの子どものための相談先。お説教や命令、意見の押し付けはしません。どうしたらいいかを一緒に考えましょう。
電話 0120-99-7777



宮崎県子どもSNS相談

SNS相談窓口を開設しています。
この窓口では、いじめや友人関係、学校生活に関することや家族に関することまで、あなたの悩みを相談することができます。
ひとりで悩まずに、気軽に相談してください。

毎週月曜日～金曜日 17:00～21:00

LINE



WEB

