【改訂版】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】

　例：過去に受けた友人からの嫌な言葉や行為を思い出し、心身の不調を訴えるようになった。など

【学校への相談】

・学校（Tel：●●●－●●●－●●●●）

　・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

（平日17:00～22:00、4、９、１０、１１、１、３月は土日祝日も実施　※年末年始除く）

・いじめ電話相談（Tel：059-226-3779　毎日24時間）

子どもの様子が気になったら