

思いやりを持ち、アロハの心を示そう

いじめについて保護者・後見人が知っておくべきこと

共に力合わせれば、すべての生徒が支えられ、安全だと感じられる環境を作ることができます。

ハワイ州教育省（以下「教育省」）は、すべての生徒に安全で包摂的な学習環境を提供することに尽力しています。ご家族は重要な役割を担っており、教育省は、学校コミュニティ全体でアロハの精神を広めるための皆様との連携に感謝しています。

いじめとは何ですか？

いじめとは、以下の条件を満たす、書面、言葉、画像、または身体的な行為を指します。

- 生徒（保護対象クラスの生徒を含む）を傷つけ、危害を加え、屈辱を与え、または威嚇するものであり、
- その行為が十分に**深刻、持続的、または広範囲に及ぶ**ため、威圧的、脅迫的、または虐待的な教育環境を作り出すものです。

ネットいじめとは？

ネットいじめとは、インターネット、携帯電話、またはワイヤレス携帯端末などを通じて送信される行為を含む（ただしこれらに限定されない）電子的な手段によって行われるいじめであり、以下の条件を満たすものです。

- 生徒（保護対象クラスの生徒を含む）を傷つけ、危害を加え、屈辱を与え、または威嚇するものであり、
- その行為が十分に**深刻、持続的、または広範囲に及ぶ**ため、威圧的、脅迫的、または虐待的な教育環境を作り出すものです。

Source : HAR 第 19 章、§8-19-2 定義、ページ 19-5、19-6。

教育省は、生徒に対し、いじめへの対応として以下の手順を取るよう推奨しています。



加害者に「**やめて**」
と伝える

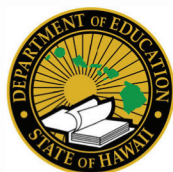


その場から**離れる**



信頼できる大人
に**相談する**

および／または、匿名アプリ「**Speak Now**」
を利用して通報する
(<https://bit.ly/HIDOE-Speak-Now>)



どのような点に注意すべきでしょうか？

以下の兆候が見られた場合は、子供に何が起きているのか尋ね、落ち着いて話を聞いてあげてください。

子供がいじめを受けている可能性がある兆候

- 原因不明の怪我、持ち物の紛失や破損。
- 頻繁な頭痛や腹痛、気分が悪くなる、あるいは病気のふりをする。
- 睡眠障害や頻繁な悪夢。
- 成績の低下や学校に行きたがらないこと。
- 友人や家族から距離を置くこと。
- 恥ずかしがって、他人に画面を見せないようにすること。
- 活動への興味を失うこと。

Source : StopBullying.gov. 「いじめの兆候」(2021 年) ; サイバーいじめ研究センター。「保護者向けリソース」(発行年不明)。

子供が他人をいじめている可能性がある兆候

- 身体的または言葉による喧嘩をする、あるいは他人をいじめる友人がいること。
- 頻繁に校長室に呼び出されること。
- 説明のつかない余分なお金や新しい持ち物を持っていること。
- 他人のせいにし、自分の行動に対する責任を受け入れないこと。
- 競争心が強く、自分の評判や人気を気にすること。

次のような兆候が見られたら、子供と話し合い、どのようなサポートが必要かを確認しましょう。

Source : StopBullying.gov. 「いじめの兆候」(2021 年)。

いじめを認識し、防ぎ、適切に対応する方法を子供に教えるにはどうすればよいのでしょうか？

幼稚園～小学 5 年生の子供向け 発達上の二ーズ：感情的な安心感

保護者が教えられるスキル	子供へのオンライン上のアドバイス	保護者ができること
● 親切にする：他人に対して親切に接し、敬意を払うよう心がけましょう。 ● 気づく：何かが不安だったり、居心地が悪かったりすると感じたときに、子供がそれに気づけるよう手助けしましょう。 ● 不親切な行動を見抜く：意地悪な行動やからかいを見分けられるよう手助けしましょう。 ● 助けを求める：助けが必要な時は、学校の信頼できる大人に相談するよう伝えましょう。	● まず確認する：オンラインで何かを投稿したり共有したりする前に、親や保護者に確認するよう子供に伝えましょう。 ● 通報方法を知る：不親切な人をブロックしたり通報したりする方法を教えましょう。 ● 早い段階からデジタルルールを決める：明確なルールを定め、オンラインで見たことについて心配事があれば相談するよう促しましょう。	● 関心を持つ：子供の興味について尋ね、オンラインでの活動を監督しましょう。 ● 手本となる：デジタル機器の使用に関する明確なルールを定め、自らも守り、スクリーンタイムを制限しましょう。 ● 設定を調整する：年齢に適したコンテンツを選び、可能であれば自動再生をオフにしましょう。 ● 関わり続ける：学校のポリシーや教室でのルールを把握しておきましょう。

親切な振る舞いを示し、いじめについて早めに話し合うことで、子供が助けを求めてあなたに話せるようにしましょう。

小学6年生～中学2年生の子供向け 発達上のニーズ：友情と帰属意識

保護者が教えられるスキル	子供へのオンライン上のアドバイス	保護者ができること
● 共感を示す：行動する前に、ひと息ついて、相手がどう感じるかを考えてみましょう。 ● 境界線を引く：良い友達でありつつ、健全な境界線を設けましょう。 ● 安全にその場を離れる：危険な状況からは離れ、大人に助けを求めましょう。 ● 健全な活動を築く：スクリーンタイムと睡眠、屋外での遊び、オフラインでの友人関係とのバランスを取りましょう。	● デジタルフットプリントへの意識：一度投稿したものは消せないことを子供に伝えましょう。 ● プライバシー管理：強固なパスワードの使用や、プロフィールを非公開にするよう子供に教えましょう。 ● 共有する前によく考える：有害な投稿を転送、録画、または「いいね」することは、いじめの一種であることを伝えましょう。	● 賢い選択を後押しする：子供が自分の直感を信じるよう励まし、あなたがいつでもサポートする存在であることを伝えましょう。 ● アプリと一緒に確認する：どのソーシャルアプリが適切か、子供と一緒に決めましょう。 ● 関わり続ける：学校の行事に参加し、先生やスタッフと連絡を取り合いましょう。
安全で支え合える人間関係や、ソーシャルメディアなどの社会的圧力に対処する方法を教えましょう。		

中学3年生～高校3年生の子供向け 発達上のニーズ：生涯にわたるスキルの習得

保護者が教えられるスキル	子供へのオンライン上のアドバイス	保護者ができること
● 関与する：学校や地域社会に貢献できる前向きな方法を見つけましょう。 ● 主張する：安全かつ敬意を持って、自分自身や他者のために声を上げましょう。 ● 関与すべきタイミングを見極める：状況に対処しても安全か、それとも距離を置くべきかを判断しましょう。	● 共有する前に評価する：再投稿する前に、情報源を確認し、日付をチェックし、内容に疑問を持ちましょう。 ● 責任を持つ：投稿、コメント、「いいね！」が他者に影響を与える可能性があることを理解しましょう。害や噂、虚偽の情報を広めないようにしましょう。	● 助けを求めることを当たり前にする：誰にでも時にはサポートが必要であることを、子供に伝えましょう。困難な状況を一人で抱え込む必要はありません。 ● ネット利用のルールと一緒に話し合う：ガイドラインと一緒に作り、その重要性を説明しましょう。 ● 将来について話し合う：学校やオンライン、対面での選択が、大学進学、就職、そして長期的な評判にどのように影響するかを話し合いましょう。
責任ある決断を下し、危険な状況や手に負えない状況では助けを求めるよう、子供を後押ししましょう。		

子供がいじめに遭った場合、どうすればよいですか？

まず、子供の無事を確認してください。子供と話し、安心感を与えてあげてください。差し迫った危険がある場合は、911 に通報してください。

できるだけ多くの情報を集めてください。スクリーンショット、動画、目撃者（誰 / 何 / いつ / どこ）などの記録を残してください。

その出来事を報告してください。以下のいずれかの方法で報告することができます。

- 校長またはその代理人に直接電話またはメールで連絡します。
- フォーム (<https://bit.ly/HIDOE-Ch19Form>) を使用して、第 19 章に基づく苦情を提出します。
- 匿名報告アプリ「Speak Now」 (<https://bit.ly/HIDOE-Speak-Now>) を利用します。

事実関係、子供の名前、学年を伝え、誰が対応してくれるかを確認してください。犯罪行為については、警察署に通報します。

学校と連携してください。学校と連絡を取り合い、子供が安全に過ごすために何が必要かを共に確認します。

フォローアップを行い、子供をサポートしてください。子供に「やめて、離れる、相談する」の対処法を思い出させます。

リソースと情報

いじめ防止ウェブサイト

ハワイ州行政規則第 19 章、「Speak Now」アプリ、いじめを通報するための方針と手順

<https://bit.ly/HIDOE-AntiBullying>



公民権・コンプライアンス部門

公民権に関する行政規則および方針に関する連邦法・州法、および省のリソース

<https://bit.ly/HIDOE-CRCB>



「Here to Help」ウェブサイト

保護者向けコーチングやマンツーマンサポートなど、家族向けの無料支援リソース

<https://heretohelphidoe.com>



オンラインリソース

家族を支援するための全国および州全体の情報リソース

<https://bit.ly/HIDOE-BP-ParentResources>



988 では、メンタルヘルスや薬物使用などに関する相談を 24 時間 365 日受け付けています。988 ヘテキストメッセージ、電話、またはチャットでお問い合わせください。

子供が差し迫った危険にさらされている場合は、911 へお電話ください。

すべての生徒が前向きな学習環境で健やかに成長できるよう、学校や地域社会の安全維持にご協力いただき、ありがとうございます。