

保存版  
4～6年生用

こんなとき、

どうしよう？

地域で子どもたちが安全に生活するための防犯ハンドブック



©2011 練馬区ねり丸

名前

練馬区・練馬区青少年問題協議会

みんな、<sup>ともだち</sup>友達と元気に遊んでるねり？

習い事やじゅくで家に帰るのが  
おそくなることもあるねり？

きけんな目にあわない方法<sup>ほうほう</sup>を  
ボクといっしょに、考えるねり。



こんなとき、

どうしよう？

- (1) 知らない人から、さそわれたとき……………1
- (2) 連れていかれそうになったとき……………3
- (3) 一人でエレベーターに乗るとき……………5
- (4) だれもない家に、一人で帰ってきたとき……………7
- (5) 一人のときに、電話で<sup>ともだち</sup>友達の住所や  
電話番号を聞かれたとき……………9
- (6) いじめを見かけたとき……………11
- (7) ネットやメールで、ひどいことを書かれたとき……………13
- (8) 「元気が出る」と薬をすすめられたとき……………15  
保護者の方へ……………17

こんなとき、

どうしよう？

知らない人から、さそわれたとき



①

きょうみがあつたり  
ともだち  
友達といっしょの  
ときは  
付いて行く

②

どんなときでも  
子どもだけで  
知らない人に  
付いて行かない



きみなら、どうする？



## ② どんなときでも子どもだけで 知らない人に付いて行かない



「道を教えて」とか「お医者さんまでついて来て」などと助けをもとめられたときでも、「おかあさんがじこにあったから来て」と急がされても、知らない人には付いて行かない。やさしく「モデルになれるよ」などとさそわれても、子どもだけでは、ぜったいに付いて行かない。

危ないときは、大声を出したり、防犯ブザーで知らせたりしよう。

### 家庭では・・・

- ・ 防犯ブザーのテストや使い方の練習をする。
- ・ 見かけでは不審者かどうか分からないことを教える。
- ・ 知っている人でも無防備に付いて行かないように教える。

### 地域では・・・

- ・ 子どもの悲鳴や防犯ブザーの音がしたら、外の様子を確かめる。
- ・ 防犯パトロールを実施し、人通りの少ない道も巡回する。
- ・ 登下校の時刻には、外に出て子どもたちの様子を見守る。

こんなとき、

どうしよう？

っ  
連れていかれそうになったとき



①

こわいので  
おとなしく  
付いていく

②

思い切り大声を  
出しながら  
すぐにげる



きみなら、どうする？

せいかいは、

②

思い切り大声を出しながら  
すぐにげる



危ないときは、大声や防犯ブザーで知らせながらにげて、近くの大人に知らせる。

車に乗った知らない人からよばれても、近づかない。  
ぜったいに、知らない人の車に乗らない。  
なるべく、明るくて他の人もいる道を通ろう。

#### 家庭では・・・

- ・ 人の目の届かない場所に行かないように教え、一緒に歩いて危ない場所を確かめておく。
- ・ ひまわり 110 番などの緊急避難所の場所を確かめて、駆け込むように教える。
- ・ 外出時には、防犯ブザーを持って行かせる。

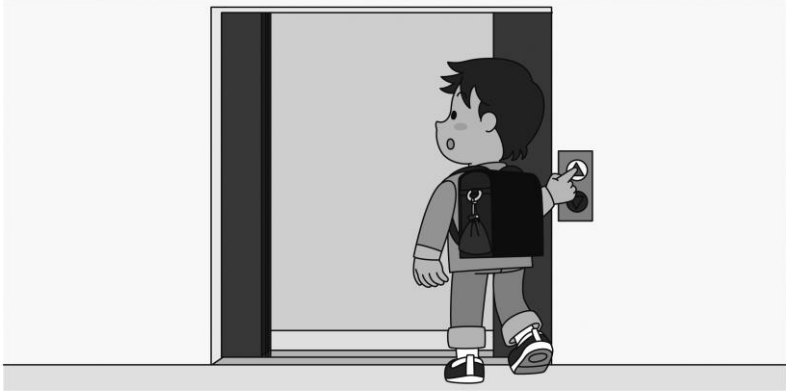
#### 地域では・・・

- ・ ひまわり 110 番などの防犯活動に協力する。
- ・ 門灯をつけるなど、まちの死角をなくす工夫をする。

こんなとき、

どうしよう？

## 一人でエレベーターに乗るとき



①

危ない目に  
あつたらすぐに  
おりられるように  
ボタンの近くに  
乗る

②

おくの方で  
かべに  
よりかかる

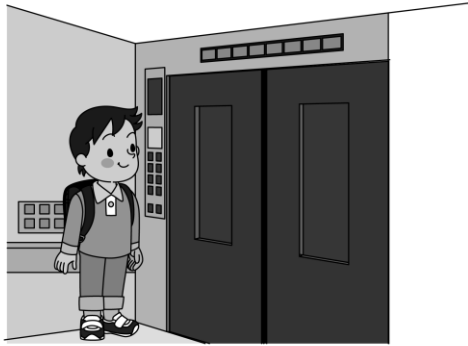


きみなら、どうする？



①

危ない目にあったら すぐに  
おりられるように ボタンの近くに乗る



エレベーターの「はさみ」のやくそく

はいる前は、まわりをよく見る

さっと乗って、ボタンの前

みんなで乗ろう、エレベーター

危ないときは、どこの階でもおりてにげる。

知らない人と二人だけになったら一度おりる。

ふだんも、おりるときに、だれか付いて来ていないか  
気を付けよう。

### 家庭では…

- ・ 「はさみ」の約束を解説して、一緒に覚えさせる。
- ・ 非常ボタンの位置と使い方を教えておく。

### 地域では…

- ・ 防犯カメラの設置など、住人全体の安全のための設備を整える。
- ・ 住人同士が挨拶し合って、部外者が近付きにくくする。



こんなとき、

どうしよう？

だれもいない家に、

一人で帰ってきたとき



1

すぐに  
カギを  
開けて入る

2

まわりをよく見て  
ふしんしゃ  
不審者がいない  
のをたしかめて  
からカギを開ける



きみなら、どうする？

せいかいは、

②

ふしんしゃ  
まわりをよく見て不審者がいない  
のをたしかめてからカギを開ける



ふしんしゃ  
不審者が、いっしょに家の中に入ってこないように、  
まわりをよく見てからカギを出す。

家にだれもいなくても、一人であることがわからないよ  
うに、元気に「ただいま」と言う。

玄関のカギを閉めて、だれが来ても開けないようにし  
よう。

### 家庭では…

- ・ 通学時には、名前や住所が外から見えないようにする。
- ・ 外出時には、家の鍵が他の人から見えないようにさせる。
- ・ 玄関の外に死角ができないようにしておく。

### 地域では…

- ・ 互に関心を持ち、子どもが留守番している家などを気にし合う。

こんなとき、

どうしよう？

一人のときに、電話で友達の住所や  
電話番号を聞かれたとき



1

相手が  
こまっているので  
教えてあげる

2

知っているも  
教えない



②

知っていても教えない



セールスや電話でうそをついたり、どろぼうに來たりする人もいるから、名前や住所を聞かれても教えない。

知っていても、ともだち友達の電話番号を言わないようにしましょう。

### 家庭では・・・

- ・ 住所や家族の留守を確認して強盗が來る場合があることを教える。
- ・ 留守番の際の戸締り、電話対応は、実際に練習させておく。
- ・ 名簿、連絡網は、子どもの目に触れないように保管する。
- ・ 帰宅したら、留守中のできごとをよく聞くように心がける。

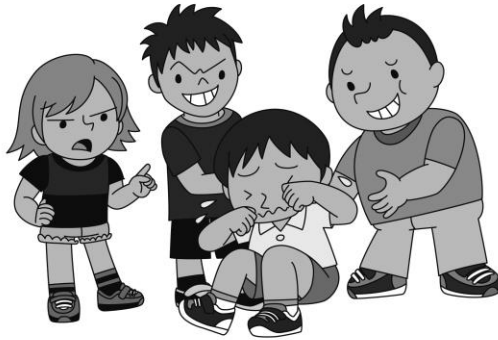
### 地域では・・・

- ・ 隣近所と防犯体制について、日頃から話し合っておく。

こんなとき、

どうしよう？

いじめを見かけたとき



1

大人にくわしく  
伝える  
できないときは  
アプリや電話で  
相談する

2

自分が  
いじめられない  
ように  
だまっている



きみなら、どうする？



# 1

## 大人にくわしく伝える できないときはアプリや電話で相談する



こっそりでいいから、勇気を出して大人に言う。  
いじめられたら、大人に言うか、アプリや電話で相談しよう。

・ねりまホッとアプリ+ からの相談はこちらから →  
(チャット形式で、カウンセラーに相談できます)



・練馬区立学校教育支援センター教育相談室

月～土曜 9時～17時 (金曜は18時) ※祝日、年末年始を除く  
電話:03-5998-0091

・教育相談一般・東京都いじめ相談ホットライン  
(24時間対応) 電話:0120-53-8288(無料)

### 家庭では…

- ・ いじめは人の心を傷つける悪いことだと教える。
- ・ 保護者が家庭で、他人を差別したり個人の多様性を否定したりする発言をしない。いじめられる方に問題があるという認識は改める。
- ・ いじめの気配に気付いたら、学校に相談する。

### 地域では…

- ・ いじめや暴力を見かけたら、注意したり通報したりする。

こんなとき、

どうしよう？

ネットやメールで、  
ひどいことを書かれたとき



①

本当かどうか  
わからないので  
がまんする

②

大人に言う  
できないときは  
相談電話に  
聞いてみる



きみなら、どうする？



## ② 大人に言う できないときは相談電話に聞いてみる



けいたい  
携帯電話やスマートフォンは、顔が見えないし、相手の様子もわからないから、本当の気持ちが伝わらないことがあるので、気を付けて使う。

困ったときは、大人や相談電話に言おう。

ネット・スマホで困ったら  
「こたエール」

電話：0120-1-78302

受付時間 月～土曜 15時～21時（※祝日、年末年始<sup>のぞ</sup>を除く）

### 家庭では・・・

- ・ 携帯電話やスマートフォンを子どもに持たせるときは、必ず使い方のルールを話し合う。また、保護者が機能を把握してきちんと設定する。
- ・ 携帯電話、スマートフォンによるいじめは学校と連携して対処する。
- ・ 必要に応じて、相談機関に相談する。

### 地域では・・・

- ・ 人と人の顔を合わせたコミュニケーションや、運動等の活動を通して子どもたちとともに楽しむ。



こんなとき、

どうしよう？

「元気が出る」と薬をすすめられたとき



1

薬は  
医者や親などに  
言われたときだけ  
飲む

2

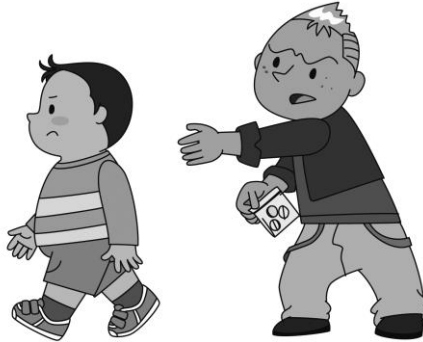
おもしろそう  
だから  
1回だけ  
飲んでみる



きみなら、どうする？

1

薬は医者や親などに  
言われたときだけ飲む



「元気が出る」・「やせられる」などとさそわれても、人からもらった薬は飲まない。たった1回で、心もからだもだめになると知っておく。

「お酒やたばこは、20さいになるまではきんし」と覚えよう。<sup>おぼ</sup>

#### 家庭では・・・

- ・ 薬物に対する知識を深め、乱用することの危険性・有害性を教える。
- ・ 子どもの様子に気を配り、顔色、金遣い、言動、食欲には特に気を付ける。
- ・ 危険ドラッグやお菓子に見えるような錠剤が、インターネットなどで身近に売られているので、危機意識をもって指導する。

#### 地域では・・・

- ・ 20歳未満の方への酒、タバコの販売禁止を徹底する。
- ・ 不審者の情報を警察などに伝える。

## 保護者の方へ ◇ 子どもを犯罪から守る「防犯10か条」 ◇

- 1 知らない人に声をかけられても、絶対に付いていかないようにさせる。  
また、知らない人の車には近付いたり、乗ったりさせない。
- 2 人に付きまといわれたら、近くの人や家（緊急避難所等）に助けを求めさせて大したことがないと思っても110番通報する。
- 3 写真を撮ってあげると言われても撮らせない。
- 4 誰もいない家に一人で帰るときは、よく周りを見てから入らせる。
- 5 鍵や住所を書いた名札など、外からすぐに見えるところに携帯させない。
- 6 誰かに「家族が病気やけがで迎えにきた」と言われた時は、あらかじめ決めておいた連絡先に確認させる。
- 7 子どもを留守番させる時は、しっかり戸締りし、子どもにも注意させる。  
また、電話に出ても、住所などは言わせない。
- 8 いじめなどのサインを見逃さない。
- 9 飲酒、喫煙、薬物の害について、よく話し合う。  
また、深夜徘徊は特に注意をし、非行や犯罪に巻き込まれないようにする。
- 10 携帯電話やスマートフォンを子どもに持たせるときは、あらかじめ使い方のルールを話し合う。

### こんなとき、どうしよう？（4～6年生用）

#### 地域で子どもたちが安全に生活するための防犯ハンドブック

編集発行 練馬区・練馬区青少年問題協議会

（平成11年9月発行 令和6年4月改訂）

〒176-8501

練馬区豊玉北6-12-1 青少年課内 Tel.5984-4691



《 めざします企業の繁栄と社会への貢献 》

公益社団法人練馬東法人会・公益社団法人練馬西法人会

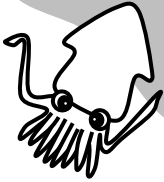
～この冊子は、(公社)練馬東法人会・(公社)練馬西法人会のご協力を得て

作成しました。～

# 覚えておこう！

## いかのおすし

ついて**い**かない  
くるまに**の**らない  
**お**おごえをだす  
**す**ぐにげる  
**し**らせる



エレベーターの  
「はさみ」のやくそく

**は**いる前は、  
まわりをよく見る  
**さ**っと乗って、  
ボタンの前  
**み**んなで乗ろう、  
エレベーター



## 「助けて」と言って、ここに、にげよう！



練馬区小・中学校PTA 連合協議会  
練馬・光が丘・石神井警察署、防犯協会  
練馬区町会連合会、商店街連合会、青少年育成地区委員会、青少年委員会  
練馬区青少年問題協議会、練馬区、練馬区教育委員会



表示板が異なる地域がありますが、どれも同じ、子どもの緊急避難所です。主に、小学校のPTAが登録管理をしています。