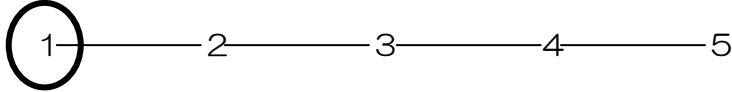


これはみなさんの生活の様子を知るためのアンケートです。名前を書きませんので、安心して答えてください。あてはまる番号に○をつけるか、( ) のなかに答えを書いてください。これはテストではありませんので、自分の思ったとおりに答えて下さい。

回答のしかた

・あなたはゲームで遊ぶのが好きですか？

とてもすき      すき      ぶつう      きれい      とてもきれい



あなたがもしゲームで遊ぶのが「とてもすき」なら上のように番号に○をつけて下さい。

○ はじめにあなたのことを教えてください。

(1) あなたは何年生ですか？      ①1年生      ②2年生      ③3年生

(2) あなたの性別は？      ①男子      ②女子

(3) 学校のクラブに入っていますか      ①はい      ②いいえ

(4) 平日の夜に塾か習い事に行っていますか

通っていない      1日～2日      3日～4日      5日～6日      毎日      その他( )

1 ——— 2 ——— 3 ——— 4 ——— 5 ——— 6

(5) 平日の朝、起きる時間(だいたい時間でかまいません)

6時より前      6時頃      6時30分頃      7時頃      7時30分頃      8時頃      8時よりあと

1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 ————— 5 ————— 6 ————— 7

(6) 平日の夜、寝る時間(だいたい時間でかまいません)

10時より前      10時頃      10時30分頃      11時頃      11時30分頃      12時頃      12時30分頃      1時頃      1時より後

1 ——— 2 ——— 3 ——— 4 ——— 5 ——— 6 ——— 7 ——— 8 ——— 9

よくある      時々ある      あまりない      全然ない

(7) 朝すっきり目がさめる (気分よく起きられる)      1 ——— 2 ——— 3 ——— 4

(8) 昼間、眠くなることがある      1 ——— 2 ——— 3 ——— 4

(9) 夜、なかなかねむれない      1 ——— 2 ——— 3 ——— 4

(10) 小学校低学年(1, 2年生)の時は平日の朝、何時に起きていましたか

6時より前      6時頃      6時30分頃      7時頃      7時30分頃      8時頃      8時よりあと

1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 ————— 5 ————— 6 ————— 7

(11) 小学校低学年(1, 2年生)の時は平日の夜、何時に寝ていましたか

9時より前      9時頃      9時30分頃      10時頃      10時30分頃      11時頃      11時30分頃      12時頃      12時より後

1 ——— 2 ——— 3 ——— 4 ——— 5 ——— 6 ——— 7 ——— 8 ——— 9

(12) 小学校高学年(5, 6年生)の時は平日の朝、何時に起きていましたか

6時より前      6時頃      6時30分頃      7時頃      7時30分頃      8時頃      8時よりあと

1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 ————— 5 ————— 6 ————— 7

(13) 小学校高学年(5, 6年生)の時は平日の夜、何時に寝ていましたか

9時より前      9時頃      9時30分頃      10時頃      10時30分頃      11時頃      11時30分頃      12時頃      12時より後

1 ——— 2 ——— 3 ——— 4 ——— 5 ——— 6 ——— 7 ——— 8 ——— 9

うらへつづく

○ あなたの家庭での食生活について教えてください。

よくする 時々する あまりしない 全然しない

- (14) 朝ごはんを食べないで学校へ行く 1 — 2 — 3 — 4
- (15) タごはんをひとりで食べる 1 — 2 — 3 — 4
- (16) タごはんを家族全員そろってから食べる 1 — 2 — 3 — 4
- (17) テレビを見ながらごはんを食べる 1 — 2 — 3 — 4
- (18) 食事を楽しいと感じる 1 — 2 — 3 — 4
- (19) 食事の前の挨拶「いただきます」「ごちそうさま」を言う 1 — 2 — 3 — 4
- (20) 炭酸飲料水（コーラやジュースなど）を飲む 1 — 2 — 3 — 4
- (21) ポテトチップスなどのスナック菓子を食べる 1 — 2 — 3 — 4
- (22) コンビニやスーパーのお弁当を食べる 1 — 2 — 3 — 4
- (23) インスタントのラーメンやカップめんを食べる 1 — 2 — 3 — 4
- (24) 野菜を食べる 1 — 2 — 3 — 4

(25) あなたの今日の朝食についてお聞きします。あてはまるもの全てに○をしてください。

- ①主食（ご飯、パン等） ②主菜（肉・魚・卵等） ③副菜（野菜・果物等）  
④飲み物（みそ汁・スープを含む） ⑤朝食を食べていない ⑥その他（ ）

(26) あなたは1週間にどのくらい排便をしますか。

- ①毎日 ②2日～3日に1回 ③4日～5日に1回 ④1週間に1回

(27) 排便はいつごろしますか。

- ①朝 ②昼 ③夜

○ 平日（学校がある日）の放課後の過ごし方について教えてください。

よくする ときどきする あまりしない 全然しない

- (28) 学校でクラブをする 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (29) 友だちと家で遊ぶ 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (30) 公園など外で遊ぶ 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (31) 塾や学校の宿題をする 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (32) 塾や習い事をする 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (33) 家の手伝いをする 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4

○ あなたは平日、学校から帰ってきて次の事をどれくらいしますか。だいたいの時間を教えてください。

(34) 平日の一日の自宅学習の時間（塾などで勉強する時間をのぞく）はどれくらいですか。

- ほとんど  
しない 30分くらい 1時間くらい 1時間30分 2時間 2時間30分 3時間 3時間以上  
1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 6 \_\_\_\_\_ 7 \_\_\_\_\_ 8

(35) 一日にテレビやビデオ（DVD）を何時間くらい見ますか

- ほとんど  
みない 30分まで 1時間くらい 1時間30分 2時間くらい 2時間30分 3時間くらい 3時間30分 4時間以上  
1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ 6 \_\_\_\_\_ 7 \_\_\_\_\_ 8 \_\_\_\_\_ 9

(36) 一日にゲームソフト（パソコンゲームなどをふくむ）などでどのくらいの時間遊びますか。

ほとんど 30分 1時間 1時間30分 2時間 2時間30分 3時間以上  
しない くらい くらい くらい くらい くらい  
1 ——— 2 ——— 3 ——— 4 ——— 5 ——— 6 ——— 7

(37) 携帯電話を持っていますか。

①はい ②いいえ

(38) 一日に携帯電話（メール、インターネットを含む）をどのくらいの時間使用しますか。

1時間30分 2時間30分 3時間30分  
しない 30分くらい 1時間くらい くらい 2時間くらい くらい 3時間くらい くらい 4時間以上  
1 ——— 2 ——— 3 ——— 4 ——— 5 ——— 6 ——— 7 ——— 8 ——— 9

(39) 一週間の間に「塾」や「習い事」へは何日通いますか。

通っていない 1日～2日 3日～4日 5日～6日 毎日 その他（ ）  
1 ——— 2 ——— 3 ——— 4 ——— 5 ——— 6

○ あなたの気持ちについて教えてください。（あてはまる番号に○をつけてください）

(40) 学校がすきですか。

①はい ②いいえ ③どちらでもない

(41) 学校での勉強（授業）がわかりますか。

①よくわかる ②わかる ③ときどきわからない ④わからないことが多い

(42) 学校に行きたくないと思うことがありますか。 ①よくある ②ときどきある ③ない

(43) 毎日が楽しいですか。 ①はい ②いいえ ③わからない

(44) 将来の夢がありますか。 ① 夢がある ② 夢はない ③ わからない

(45) 疲れていると感じることがありますか。

よくある 時々ある あまりない まったくない

1 ——— 2 ——— 3 ——— 4

(46) イライラすることがありますか。

1 ——— 2 ——— 3 ——— 4

(47) 何をしてもおもしろくないと感じることがありますか。

1 ——— 2 ——— 3 ——— 4

(48) ちょっとしたことでも腹がたちますか。

1 ——— 2 ——— 3 ——— 4

(49) あきっぽく、途中でやめたくなることがありますか。

1 ——— 2 ——— 3 ——— 4

(50) 人をたたいたり、乱暴なことをしてしまうことがありますか。

1 ——— 2 ——— 3 ——— 4

(51) おなかや頭がいたくなったり、気分がわるくなったりすることがありますか。

1 ——— 2 ——— 3 ——— 4

(52) 今一番ほしい時間はどれですか、一つだけ選んで○をつけてください。

①ねる ②勉強する ③食べる ④遊ぶ ⑤家族とすごす ⑥運動する  
⑦なにもしないで「ぼんやり」する ⑧テレビをみる ⑨ゲームソフトで遊ぶ  
⑩その他（ ）

(53) 最近の気持ちに一番近いと思うものに、一つだけ選んで○をつけてください。

① しあわせ ② さみしい ③ 不安な ④ おこりっぽい ⑤ 楽しい ⑥ つらい  
⑦ 明るい ⑧ むかつく ⑨ びくびくする ⑩ 暗い ⑪ 心配な ⑫ 何もかもがいやだ

うらへつづく

○ あなたは自分のことをどのように感じていますか。あてはまる番号に○をつけてください。

とても思う 思う 思わない 全然思わない

- (54) 今の自分を気に入っていますか 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (55) 自分をだめな人間だと思えますか 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (56) 自分には良いところがたくさんあると思えますか 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (57) 他の人と同じように何でもうまくできるほうだと思えますか 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (58) 自分には自慢できるところがあまりないと思えますか 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (59) 自分は役に立たない人間だと思えますか 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (60) 他の人と同じように、自分も大切な人であると思えますか 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (61) 自分をもっと大事にできるようになりたいと思えますか 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (62) いつも失敗するのではないかと不安に思う事がありますか 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4
- (63) 自分を「今のままでよい」と感じていますか 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4

○ そのほかの質問に答えてください。

(64) あなたは家族と学校での出来事などを話しますか。

- ①よく話す ②ときどき話す ③あまり話さない ④まったく話さない

(65) 家族はあなたの話を真剣に聞いてくれていると感じますか。 ①はい ②いいえ

(66) あなたには、何か困った時、相談できる人がいますか。 ①はい ②いいえ

(67) 「はい」と答えたとへ。一番相談する人の番号に1つ○をつけてください。

- ①母親 ②父親 ③兄弟・姉妹 ④学校の先生 ⑤友だち ⑥その他 ( )

(68) あなたは、死んだ人間が再び息をして生き返れると思えますか。

- ①はい ②いいえ ③わからない

(69) 学校や家、家族や友だち関係などで悩んでいること、困っていることがあれば何でも書いてください。

**ご協力ありがとうございました。**