



「こころとからだのアンケート」報告書

令和3年1月

京都市教育相談総合センター

監修 放送大学教授 大山泰宏

(京都市教育相談総合センター

カウンセリングセンタースーパーバイザー)



目次

はじめに	1
アンケート概要	2
アンケートの名称	2
目的	2
アンケートの作成手続	2
アンケートの種類	2
アンケートの内容	2
実施時期	2
実施対象学校数	3
実施対象児童生徒数	3
実施方法	3
集計方法	3
実施結果	4
ストレスの度合い	4
①普通学級の児童生徒の結果	4
【1】男女比較	4
【2】学年推移	4
【3】年代ごとの度数分布	5
②育成学級及び総合支援学校の児童生徒の結果	7
【1】男女比較	7
【2】普通学級の児童生徒との比較	7
【3】育成学級の児童生徒の度数分布	7
【4】総合支援学校の児童生徒の度数分布	8
学校生活への楽しみ	10
①普通学級の児童生徒の結果	10
【1】男女比較	10
【2】学年推移	10
【3】年代ごとの度数分布	11
②育成学級及び総合支援学校の児童生徒の結果	13
【1】男女比較	13
【2】普通学級の児童生徒との比較	13
【3】育成学級の児童生徒の度数分布	14
【4】総合支援学校の児童生徒の度数分布	14
休業期間中の家族との関係	16
①普通学級の児童生徒の結果	16
【1】男女比較	16
【2】学年推移	16
【3】年代ごとの度数分布	17

2	育成学級及び総合支援学校の児童生徒の結果	19
【1】	男女比較	19
【2】	普通学級の児童生徒との比較	19
【3】	育成学級の児童生徒の度数分布	20
【4】	総合支援学校の児童生徒の度数分布	20
	休業期間中の生活の規則正しさ	22
1	普通学級の児童生徒の結果	22
【1】	男女比較	22
【2】	学年推移	22
【3】	年代ごとの度数分布	23
2	育成学級及び総合支援学校の児童生徒の結果	25
【1】	男女比較	25
【2】	普通学級の児童生徒との比較	25
【3】	育成学級の児童生徒の度数分布	26
【4】	総合支援学校の児童生徒の度数分布	26
	調査対象の4要因の関連	28
1	ストレスの度合い，学校生活への楽しみ，休業期間中の家族との関係，休業期間中の生活の規則正しさの相関関係について	28
2	学校生活への楽しみ，休業期間中の家族との関係，休業期間中の生活の規則正しさの程度ごとのストレスの度合いについて	28
3	ストレスの度合いに影響を与える要因の詳細な分析	30
【1】	小学校低学年	30
【2】	小学校高学年	30
【3】	中学生	30
【4】	高校生	30
【5】	小学生から高校生までの年代間での違い	30
まとめ	・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	31
参考資料	・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	32
資料①	小学校低学年版 ころとからだのアンケート	34
資料②	小学校高学年版 ころとからだのアンケート	40
資料③	中学生・高校生版 ころとからだのアンケート	46

はじめに

京都市教育相談総合センターでは、新型コロナウイルスの感染拡大や学校の臨時休業の長期化により、児童生徒の心理的な負担の増大のみならず、学校へ行きづらくなることや家庭内での不規則な過ごし方などが懸念されたことを受け、学校再開時の令和2年6月当初、速やかにこうした兆候を教職員が把握するとともにいち早く適切な対応を行うことを目的とし、京都市立学校に在籍する全ての児童生徒を対象とした「こころとからだのアンケート」を実施した。

また、アンケート実施直後に得たサンプルデータの結果に基づき、「こころとからだのアンケート」の結果の活用や児童生徒への対応に当たっての留意点をまとめ、全市立学校に指導助言を行った。

もとより、このアンケート調査は学校現場において児童生徒への素早い対応、支援を行うことを第一の目的として独自に作成したものであり、綿密な現状分析や研究に供することを必ずしも意図していたわけではない。

しかしながら、この世界的な未曾有の事態に関する知見として、本アンケート調査の結果をまとめることは、コロナ禍の下での教育施策の参考となるとともに、今後、他の危機的状況が発生した際に児童生徒の心を支えるための指針となるのではないかと考え、集計結果を報告することとした。

詳しい分析・考察は、当初から現在までの児童生徒の現状はもとより、様々な視点からの研究報告等を総合的に重ね合わせる必要があるが、何よりも、本アンケートを一過性のものとせず、各校で継続的に実施し、有効活用していただくことを願います。

アンケート概要

アンケート名称

こころとからだのアンケート

目的

新型コロナウイルスの感染拡大や学校の臨時休業の長期化により、児童生徒の心理的な負担の増大のみならず、学校へ行きづらくなることや家庭内での不規則な過ごし方などが懸念されたことを受け、学校再開後、速やかにこうした兆候を教職員が把握するとともに、適切な対応を行うことを目的とし、このアンケート調査を実施した。

アンケートの作成手続

ストレスに関する先行研究や心理学的・精神医学的知見をベースとしながら、京都市教育相談総合センターの臨床心理士や公認心理師、教員籍職員、校長経験者及び京都市立学校に勤務するスクールカウンセラーの計8人により議論を行って作成した。

アンケートの種類

小学校低学年版（1年生～3年生）、小学校高学年版（4年生～6年生）、中学生・高校生版の3種類を用意。質問項目の内容はほぼ統一し、児童生徒が理解できるよう、表現や漢字の使用などに違いを設けた。

アンケートの内容

以下の4種類のアンケートから構成。それぞれの質問項目に対し、4件法（「あてはまる」「すこしあてはまる」「あまりあてはまらない」「あてはまらない」の4段階のいずれかを選択する回答方式）で回答を求める形式とした。

・ストレスの度合いに関するアンケート	17項目
・学校生活への楽しみに関するアンケート	3項目
・休業期間中の家族との関係に関するアンケート	3項目
・休業期間中の生活の規則正しさに関するアンケート	3項目

実施時期

令和2年6月1日（月）～同年6月12日（金）

実施対象学校数

全市立学校 244 校中 242 校（約 99%）で実施。すでに同様の趣旨のアンケート調査を実施済のところについては、児童生徒の負担を考慮し、重ねて本アンケートを行わないこととした。

小学校	152 校	
中学校	65 校	
小中学校	8 校	
高等学校	9 校（定時制高校は 1 校とカウント）	
総合支援学校	8 校	
		合計 242 校

実施対象児童生徒数

全市立学校児童生徒 94,536 人（令和 2 年 5 月 1 日現在）中、92,562 人（約 98%）が回答。育成学級及び総合支援学校においては、回答が可能な児童生徒のみに実施するとともに、小学校低学年版、小学校高学年版、中学生・高校生版のいずれを実施するかについても、実年齢にこだわらず当該児童生徒の発達段階等を踏まえ、柔軟に対応することとした。

小学生（小中学校前期課程含む）	59,512 人	
中学生（小中学校後期課程含む）	27,558 人	
高校生	4,959 人	
総合支援学校生		
小学部	44 人	
中学部	59 人	
高等部	430 人	
		合計 92,562 人

実施方法

各学級ごとに教室で実施。小学校低学年等に対しては、担任が逐次項目を読み上げながら児童生徒に回答をさせた。

集計方法

各設問への児童生徒の回答について、「あてはまる」と回答した場合を 4 点、「すこしあてはまる」を 3 点、「あまりあてはまらない」を 2 点、「あてはまらない」を 1 点と換算し、その合計点からストレスの度合い等を予測することとした。

実施結果

ストレスの度合い

質問項目については、各アンケートの質問1（小学校低学年版：p.35～36，小学校高学年版：p.41～42，中学校・高校版：p.47～48）を参照。

《全17項目。点数の範囲は17点から68点で、点数が高いほどストレスの度合いが高いことを意味している。》

1 普通学級の児童生徒の結果

【1】男女比較

＞表1～3に、学年ごと及び男女ごとのストレスの度合いの平均値を挙げた。

＞小学生においては男子のストレスの度合いが高く、中学生以降は女子の方が高くなるという傾向が見られるが、その差は小さく男女で違いはないと考えられる。¹

表1. (ストレスの度合い)「小学生」における平均値の男女比較

	小1	小2	小3	小4	小5	小6	全学年
男子	24.91	27.36	27.58	26.66	26.04	25.99	26.40
女子	24.71	26.54	25.96	25.63	25.22	25.51	25.59
男女差	0.20	0.83	1.62	1.03	0.81	0.48	0.81

表2. (ストレスの度合い)「中学生」における平均値の男女比較

	中1	中2	中3	全学年
男子	25.86	27.07	26.83	26.65
女子	26.04	27.66	28.38	27.37
男女差	▲ 0.18	▲ 0.59	▲ 1.55	▲ 0.72

表3. (ストレスの度合い)「高校生」における平均値の男女比較²

	高1	高2	高3	全学年
男子	28.94	28.92	30.60	29.47
女子	29.31	29.64	31.27	30.03
男女差	▲ 0.37	▲ 0.72	▲ 0.67	▲ 0.56

【2】学年推移

＞表4及び図1にストレスの度合いの平均値の推移を挙げた。

＞全ての学年を通じて、点数範囲の中央である42.5点を下回る比較的低い点数を示しており、おおむね児童生徒は、強いストレスを感じていない様子が伺える。

＞ただし、中学生以降では徐々に点数が高くなっている傾向が伺える。

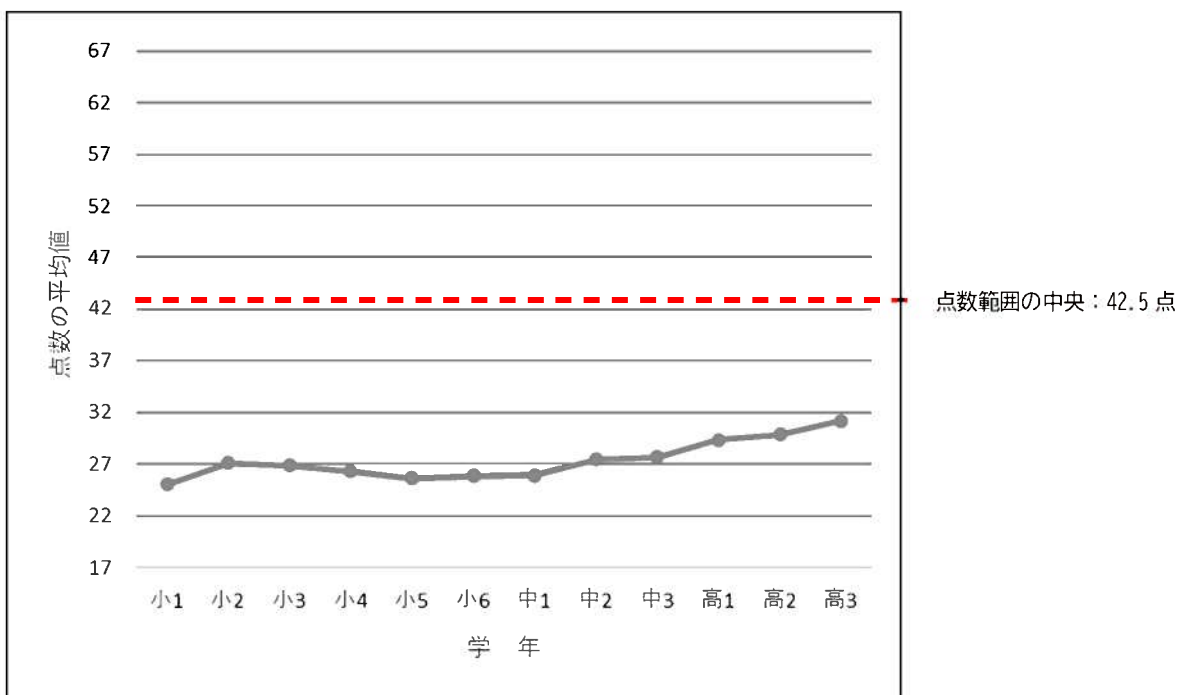
¹ 統計学的に明確な差があるか否かを厳密に判定するには非常に複雑な計算を行う必要があるが、本報告書では、そうした統計分析の結果を踏まえつつ、結果の検討を行いやすいよう、基準値を設けることとした。「ストレスの度合い」については、調査対象の児童生徒数が十分に多い場合、5.0以上（又は、-5.0以下）を明確な差があると判定することとしている。

² 伏見工業高校では4年生まで在籍しているが、個々の学校に限定されたデータが公開されることは好ましくないため、この報告書では高校4年生については掲載していない。ただし、全学年の平均値などには、高校4年生のデータも含んで算出している。

表4. (ストレスの度合い) 平均値の学年推移³

	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
点数	25.06	27.11	26.87	26.31	25.61	25.86	25.92	27.47	27.67	29.37	29.86	31.20

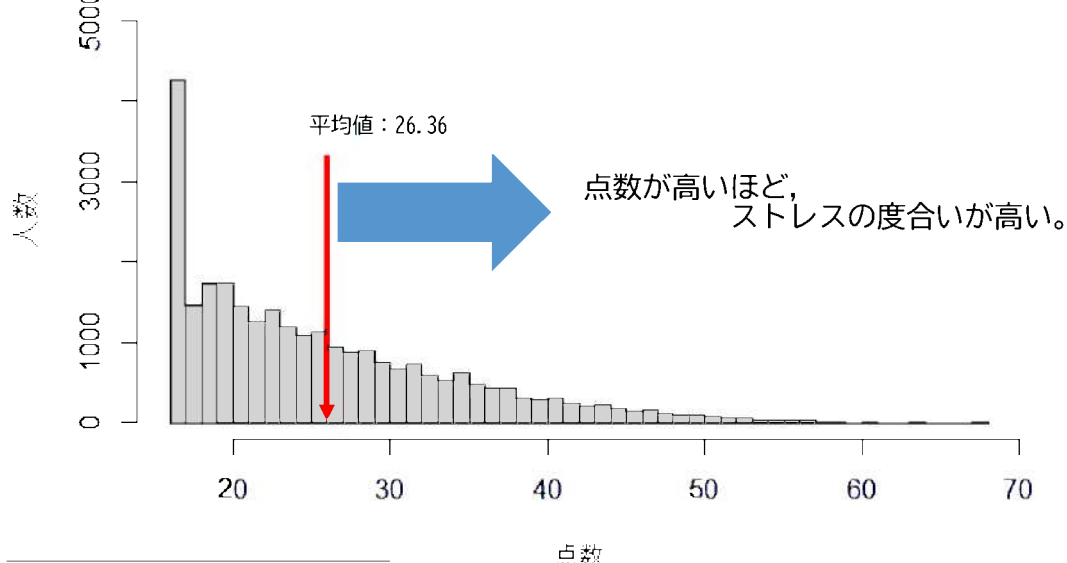
図1. (ストレスの度合い) 平均値の学年推移グラフ



【3】年代ごとの度数分布

- 小学校低学年⁴から高校生までの度数分布をグラフにし、図2～5に挙げた。
- いずれの図においても、分布は左に寄っており、児童生徒のストレスの度合いはおおむね低い水準に留まっていると考えられる。
- だが、高い点数を示す者も一定数いることから、一人一人の要因を的確に見極め、適切な支援を行うことが必要と言える。

図2. (ストレスの度合い) 「小学校低学年」における度数分布



³ 例えば、小学校1年生について、表1(前頁)の男女の平均値が表4の男女合わせた平均値よりも低くなっているが、これは得られたデータに男女の内訳が不明なものが含まれているためである。
⁴ 本報告書では、小学校1年生～3年生を「小学校低学年」、小学校4年生～6年生を「小学校高学年」と定義している。

図3. (ストレスの度合い)「小学校高学年」における度数分布

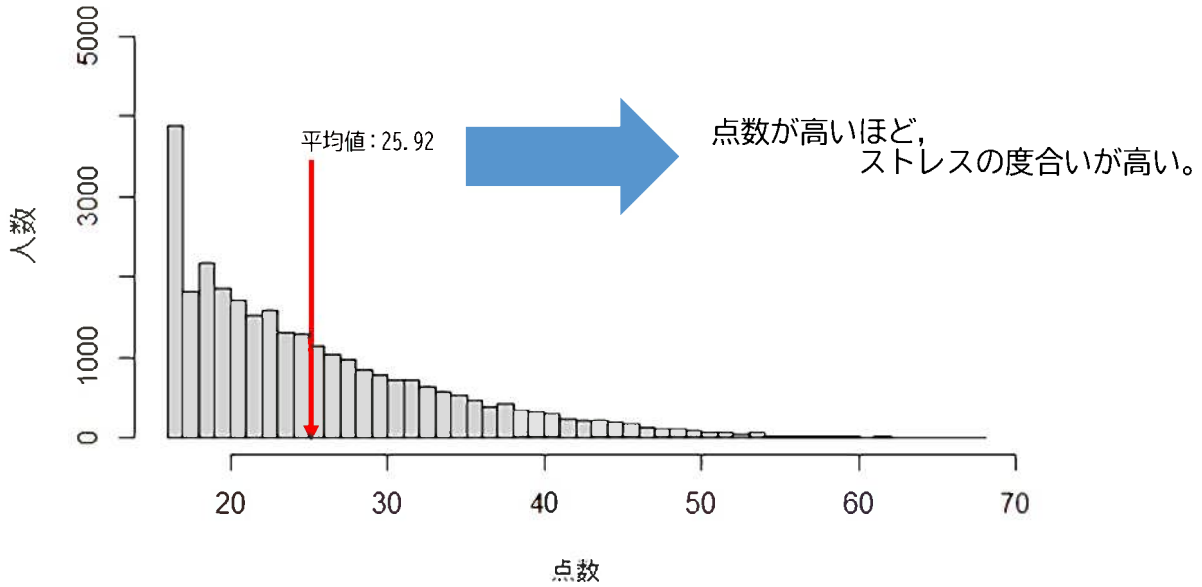


図4. (ストレスの度合い)「中学生」における度数分布

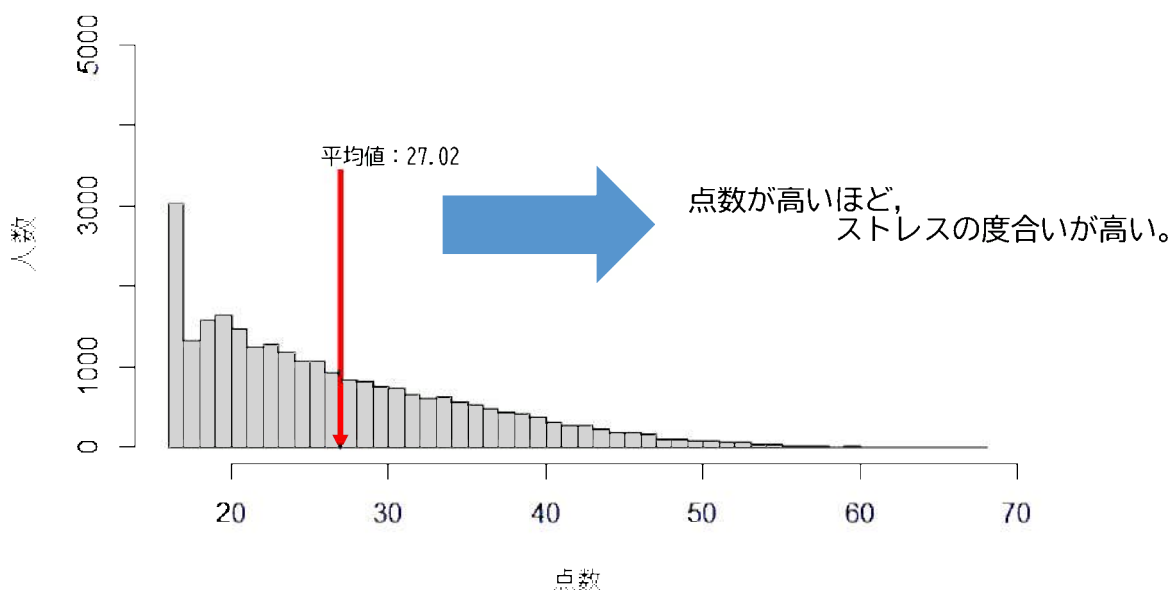
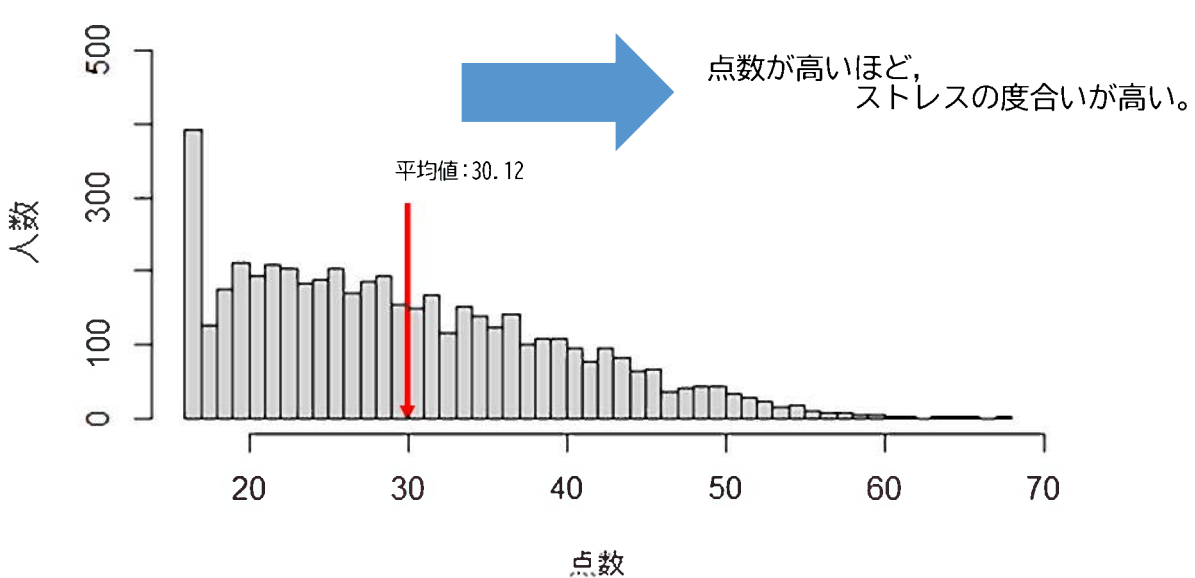


図5. (ストレスの度合い)「高校生」における度数分布



2

育成学級及び総合支援学校の児童生徒の結果

【1】男女比較

- 表5に、育成学級、総合支援学校の子どものストレスの度合いの平均値を男女ごとに挙げた。
- 総合支援学校では育成学級に比べると男女差が見られるが、いずれも明確な差とは言えない。

表5. (ストレスの度合い) 育成学級及び総合支援学校の平均値の男女比較

	育成学級		総合支援学校		
	小学生	中学生	小学部生	中学部生	高等部生
男子	25.00	29.83	30.38	29.21	26.75
女子	25.31	29.12	25.67	25.40	31.45
男女差	▲ 0.31	0.71	4.71	3.81	▲ 4.70

【2】普通学級の児童生徒との比較

- 表6, 7に育成学級、総合支援学校のそれぞれと普通学級の児童生徒のストレスの度合いの平均値を挙げた。
- 育成学級の児童生徒の平均値は、普通学級の児童生徒と比べ、いずれも明確な差があるとは言えない。
- 一方、総合支援学校と普通学級の比較においては、総合支援学校小学部児童の平均値は、小学校普通学級児童と比べ、顕著に高い結果となった。ただし、総合支援学校小学部児童からのデータが少ないので、必ずしも全体的な傾向とは言えないことに留意する必要がある。

表6. (ストレスの度合い) 育成学級と普通学級の平均値の比較

	小学生	中学生
育成学級	25.39	29.62
普通学級	26.14	27.02
差	▲ 0.75	2.60

表7. (ストレスの度合い) 総合支援学校と普通学級の平均値の比較

	小学生 (小学部生)	中学生 (中学部生)	高校生 (高等部生)
総合支援学校	33.37	31.08	29.59
普通学級	26.14	27.02	30.12
差	7.23	4.06	▲ 0.53

【3】育成学級の児童生徒の度数分布

- 育成学級に在籍する児童生徒について、小学生、中学生に分けた上で度数分布をグラフにし、図6, 7に示した。
- いずれにおいても分布は左に寄っており、児童生徒のストレスの度合いはおおむね低い水準に留まっていると考えられる。特に小学生では、最小値である17点の児童が約26%を占める。
- だが、高い点数を示す者も一定数いることから、一人一人の要因を的確に見極め、適切な支援を行うことが必要と言える。

図 6. (ストレスの度合い) 育成学級在籍の「小学生」における度数分布

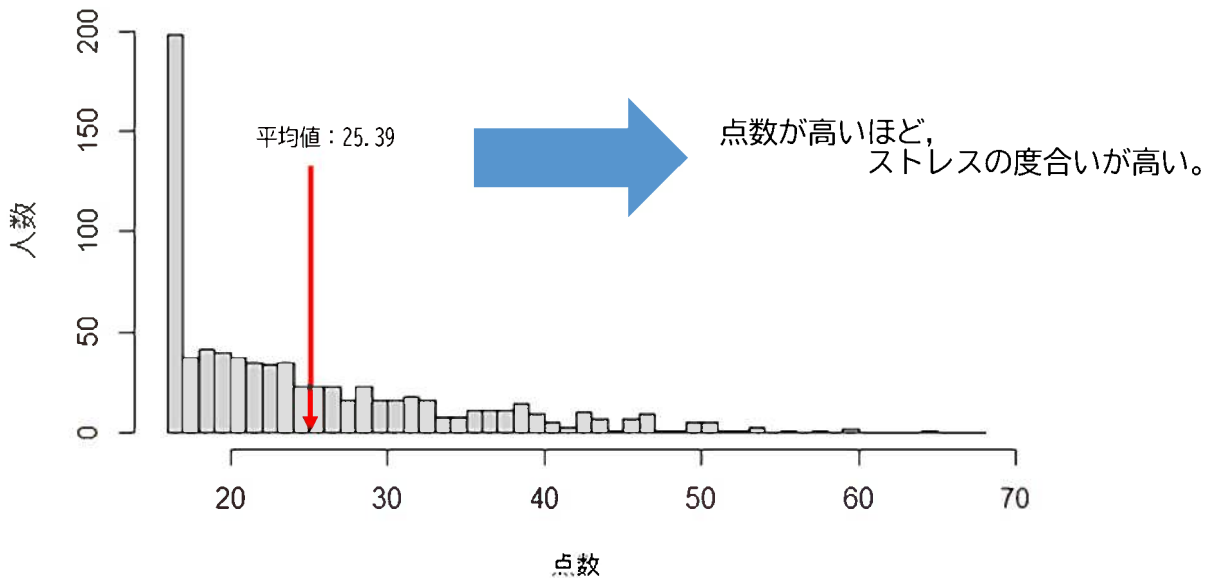
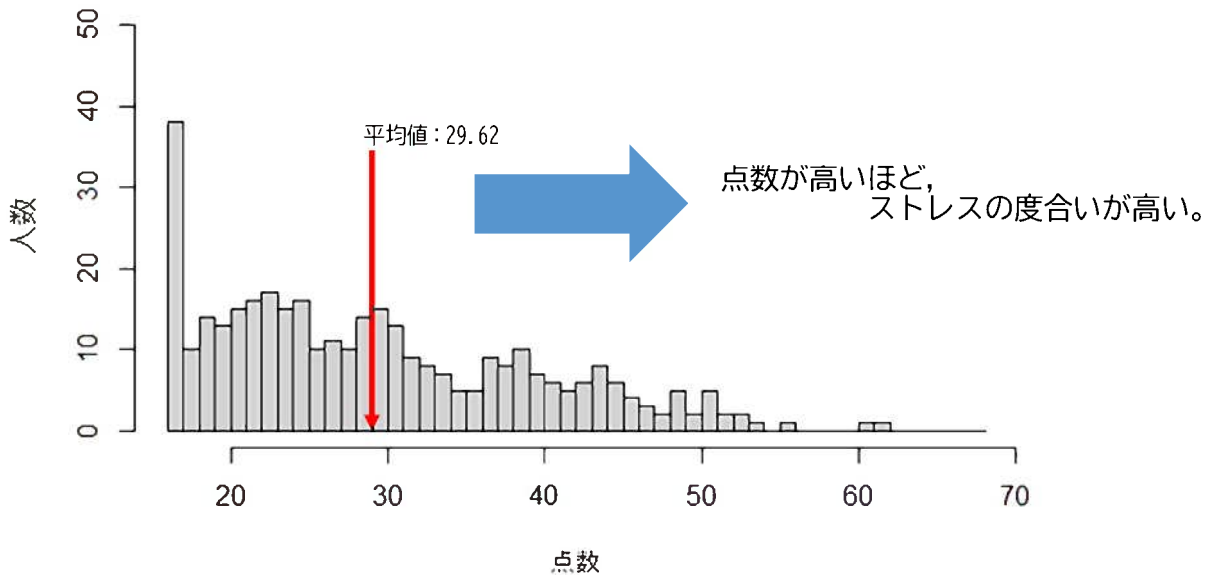


図 7. (ストレスの度合い) 育成学級在籍の「中学生」における度数分布



【4】総合支援学校の児童生徒の度数分布

- 総合支援学校に在籍する児童生徒について、小学部、中学部、高等部ごとの度数分布をグラフにし、図 8~10 に示した。
- いずれの図においても、分布は左に寄っており、児童生徒のストレスの度合いはおおむね低い水準に留まっていると考えられる。特に中学部では約 19%、高等部では約 14%の生徒が最小値である 17 点を示している。
- ただし、小学部では左寄りの形状があまり明確ではなく、高いストレスを抱える児童が一定割合存在することが伺える。
- 高い点数を示す者については、一人一人の要因を的確に見極め、適切な支援を行うことが必要と言える。

図8. (ストレスの度合い) 総合支援学校「小学部」在籍の児童における度数分布

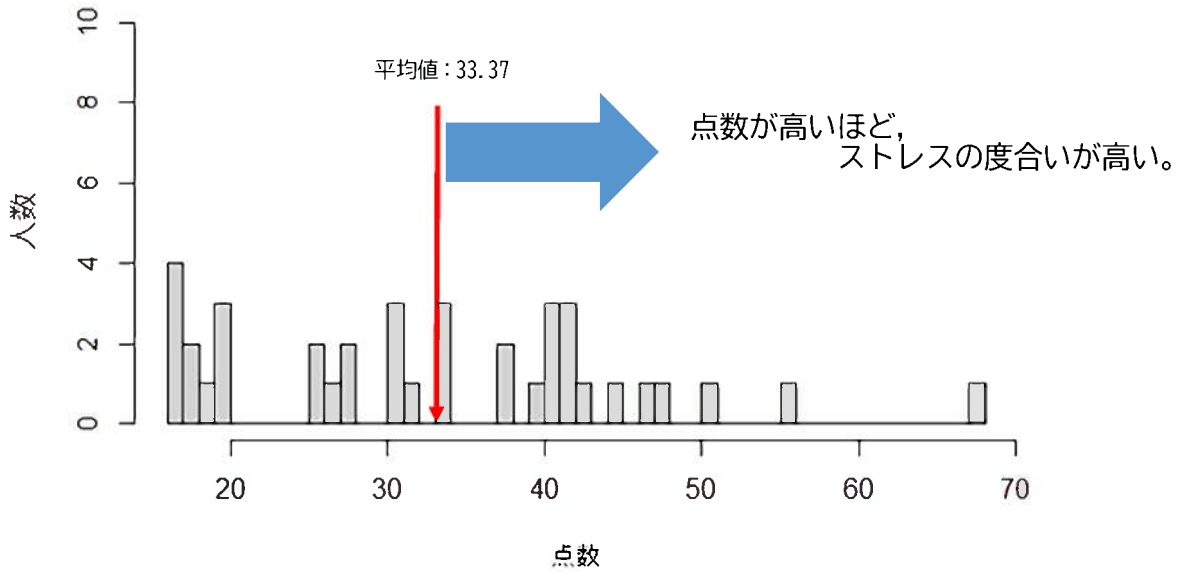


図9. (ストレスの度合い) 総合支援学校「中学部」在籍の生徒における度数分布

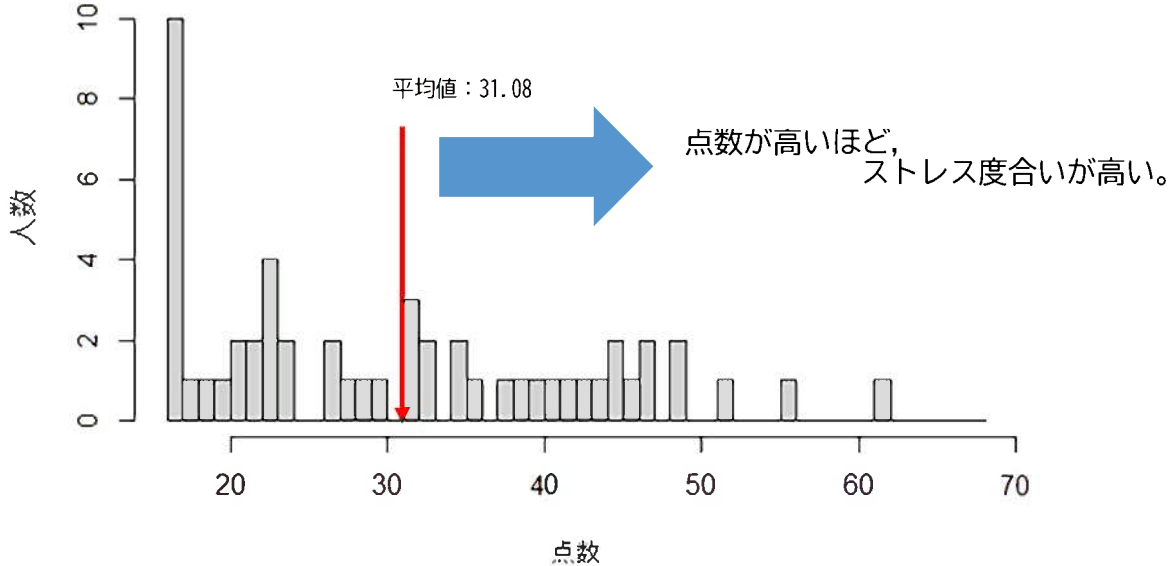
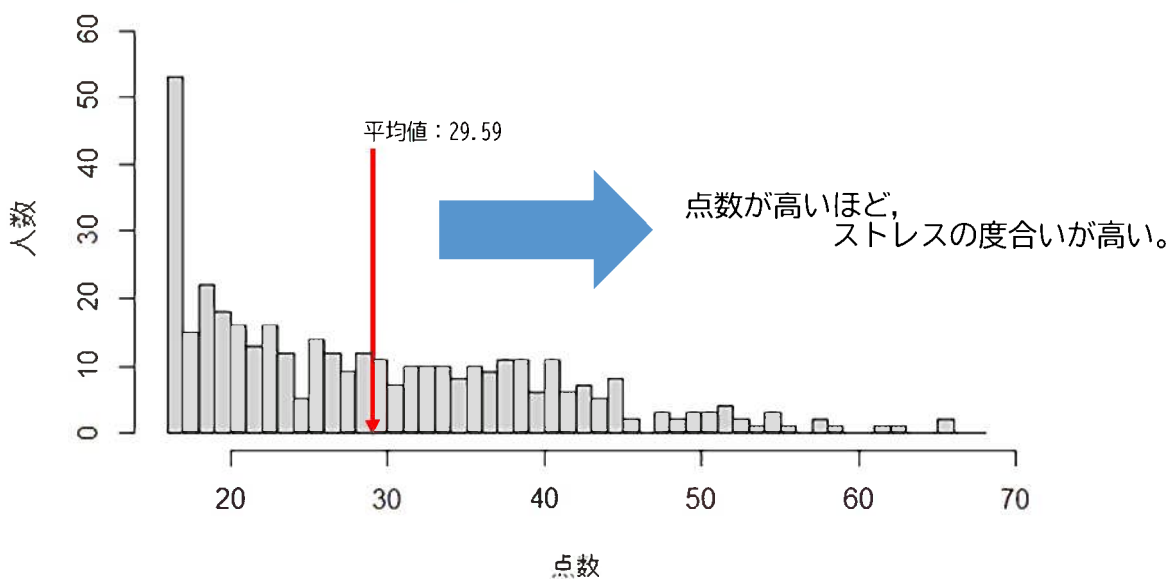


図10. (ストレスの度合い) 総合支援学校「高等部」在籍の生徒における度数分布



学校生活への楽しみ

質問項目については、各アンケートの質問2（小学校低学年版：p. 37, 小学校高学年版：p. 43, 中学校・高校版：p. 48）を参照。

《全3項目。点数の範囲は3点から12点で、点数が高いほど学校生活を楽しいと感じていることを意味している。》

1 普通学級の児童生徒の結果

【1】男女比較

- ▶表8～10に、学年ごと及び男女ごとの学校生活への楽しみの平均値を挙げた。
- ▶全ての学年を通じて、一貫して女子の方が男子よりも点数が高いが、明確な差があるところまでは言えない。⁵

表8. (学校生活への楽しみ)「小学生」における平均値の男女比較

	小1	小2	小3	小4	小5	小6	全学年
男子	10.77	9.97	9.93	10.09	10.17	10.05	10.17
女子	11.16	10.53	10.57	10.67	10.63	10.42	10.66
男女差	▲ 0.39	▲ 0.55	▲ 0.64	▲ 0.58	▲ 0.46	▲ 0.37	▲ 0.49

表9. (学校生活への楽しみ)「中学生」における平均値の男女比較

	中1	中2	中3	全学年
男子	9.91	9.46	9.36	9.57
女子	10.30	9.85	9.60	9.92
男女差	▲ 0.39	▲ 0.40	▲ 0.24	▲ 0.35

表10. (学校生活への楽しみ)「高校生」における平均値の男女比較

	高1	高2	高3	全学年
男子	9.44	9.27	9.21	9.28
女子	9.98	9.52	9.59	9.70
男女差	▲ 0.53	▲ 0.25	▲ 0.38	▲ 0.42

【2】学年推移

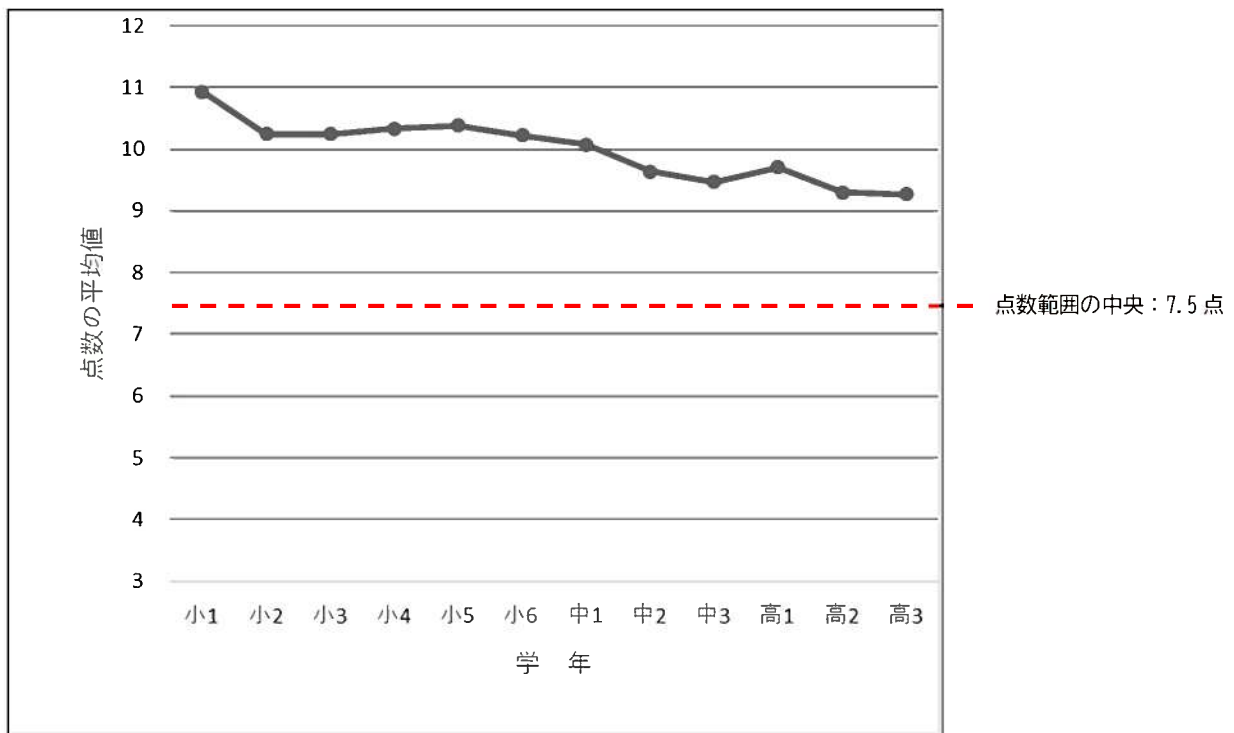
- ▶表11及び図11に、学校生活への楽しみの平均値の推移を挙げた。
- ▶全ての学年を通じて、点数範囲の中央である7.5点を上回る比較的高い点数を示しており、おおむね児童生徒は、学校生活を楽しいと感じている様子が伺える。

表11. (学校生活への楽しみ) 平均値の学年推移

	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
点数	10.93	10.25	10.24	10.34	10.39	10.23	10.08	9.64	9.48	9.71	9.30	9.27

⁵ 統計学的に明確な差があるか否かを厳密に判定するには非常に複雑な計算を行う必要があるが、本報告書では、そうした統計分析の結果を踏まえつつ、結果の検討を行いやすいよう、基準値を設けることとした。「学校生活への楽しみ」については、調査対象の児童生徒数が十分に多い場合、0.7以上（又は、-0.7以下）を明確な差があると判定することとしている。

図 11. (学校生活への楽しみ) 平均値の学年推移グラフ



【3】年代ごとの度数分布

- 小学校低学年から高校生までの度数分布をグラフにし，図 12～15 に挙げた。
- 小学校低学年，高学年では，分布がはっきりと右に偏っており，児童生徒が学校を楽しんでいる様子が伺える。
- しかし，中学生，高校生では，分布の頂点が 12 点のほか 9 点にもあり，2 つの大きな群があることが伺える。
- 低い点数を示す者も一定数いることから，一人一人の要因を的確に見極め，適切な支援を行うことが必要と言える。

図 12. (学校生活への楽しみ) 「小学校低学年」における度数分布

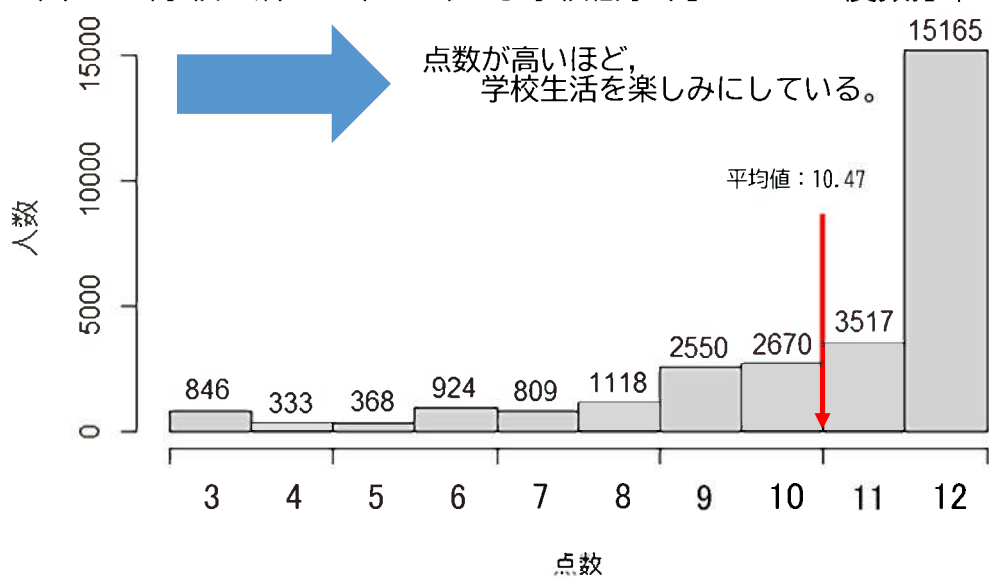


図 13. (学校生活への楽しみ)「小学校高学年」における度数分布

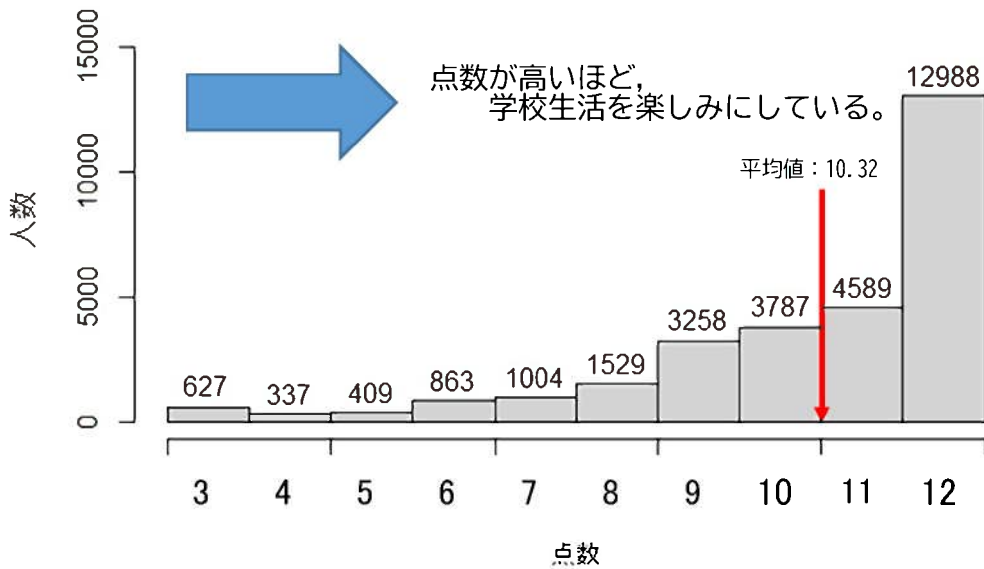


図 14. (学校生活への楽しみ)「中学生」における度数分布

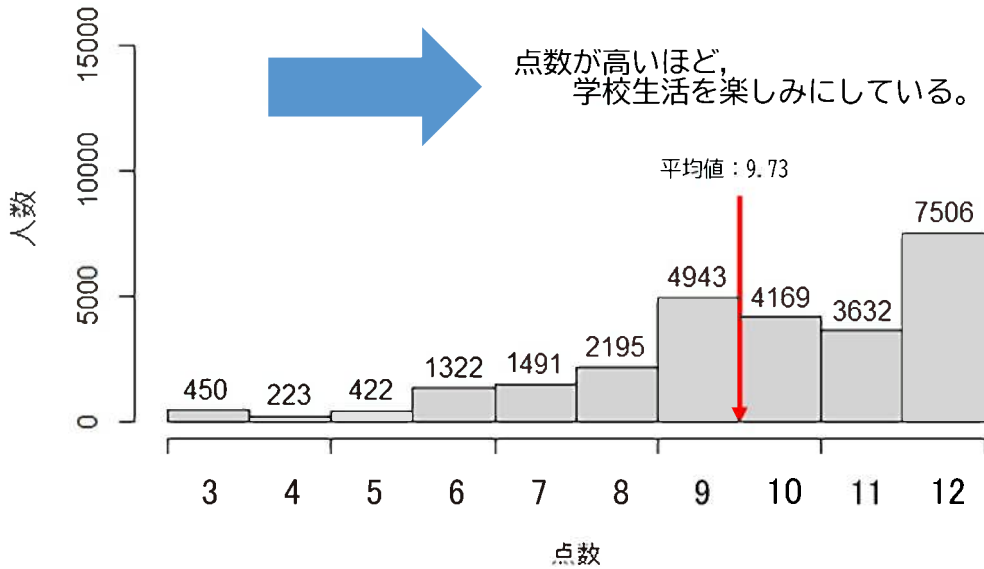
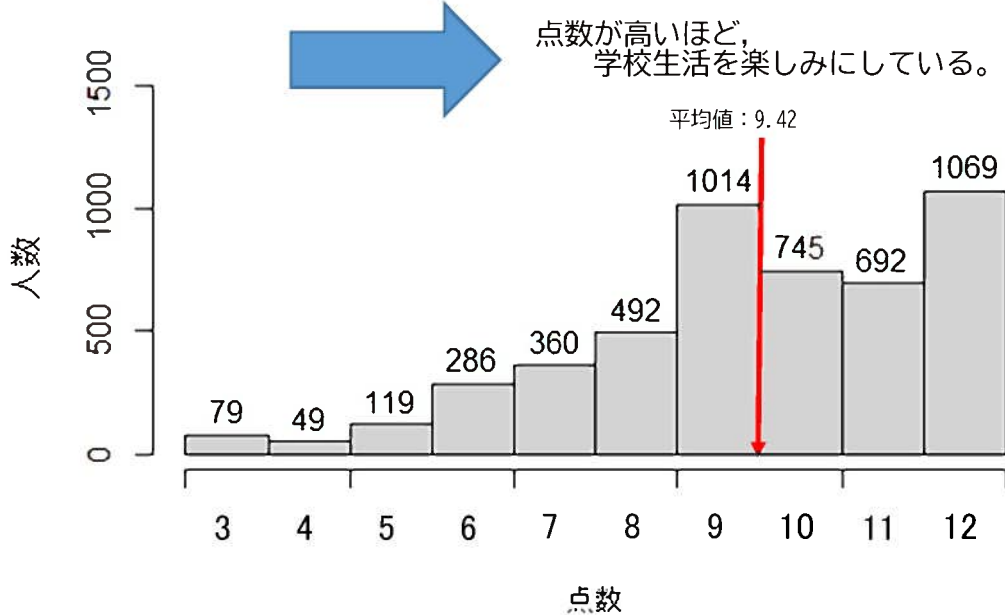


図 15. (学校生活への楽しみ)「高校生」における度数分布



2 育成学級及び総合支援学校の児童生徒の結果

【1】男女比較

- 表 12 に育成学級，総合支援学校のそれぞれの児童生徒の学校生活への楽しみの平均値を挙げた。
- 育成学級，総合支援学校いずれにおいても若干の男女差が見られるが，明確な差があるとまでは言えない。⁶

表 12. (学校生活への楽しみ) 育成学級及び総合支援学校の平均値の男女比較

	育成学級		総合支援学校		
	小学生	中学生	小学部生	中学部生	高等部生
男子	10.60	9.63	10.87	9.96	9.93
女子	10.95	10.25	11.50	10.85	10.25
男女差	▲ 0.35	▲ 0.62	▲ 0.63	▲ 0.89	▲ 0.32

【2】普通学級の児童生徒との比較

- 表 13, 14 に育成学級，総合支援学校のそれぞれと普通学級の児童生徒の学校生活への楽しみの平均値を挙げた。
- 育成学級，総合支援学校の児童生徒の平均値は，ともに普通学級の児童生徒と明確な差はない。

表 13. (学校生活への楽しみ) 育成学級と普通学級の平均値の比較

	小学生	中学生
育成学級	10.68	9.84
普通学級	10.39	9.73
差	0.29	0.11

表 14. (学校生活への楽しみ) 総合支援学校と普通学級の平均値の比較

	小学生 (小学部生)	中学生 (中学部生)	高校生 (高等部生)
総合支援学校	10.02	9.62	9.73
普通学級	10.39	9.73	9.42
差	▲ 0.37	▲ 0.11	0.31

⁶ 表 12 において，総合支援学校中学部生では 0.89 という男女差があるが，対象生徒数が 59 人と少なく，この程度の差であれば偶然に起こったもの，つまり誤差である可能性を否定できないと統計学的に判断された。

【3】育成学級の児童生徒の度数分布

- 育成学級に在籍する児童生徒について、小学生、中学生に分けた上で度数分布をグラフにし、図16、17に示した。
- いずれの図においても、分布は右に寄っており、おおむね学校生活を楽しいと感じていると考えられる。
- しかし、低い点数を示す者も一定数いることから、一人一人の要因を的確に見極め、適切な支援を行うことが必要と言える。

図16. (学校生活への楽しみ) 育成学級在籍の「小学生」における度数分布

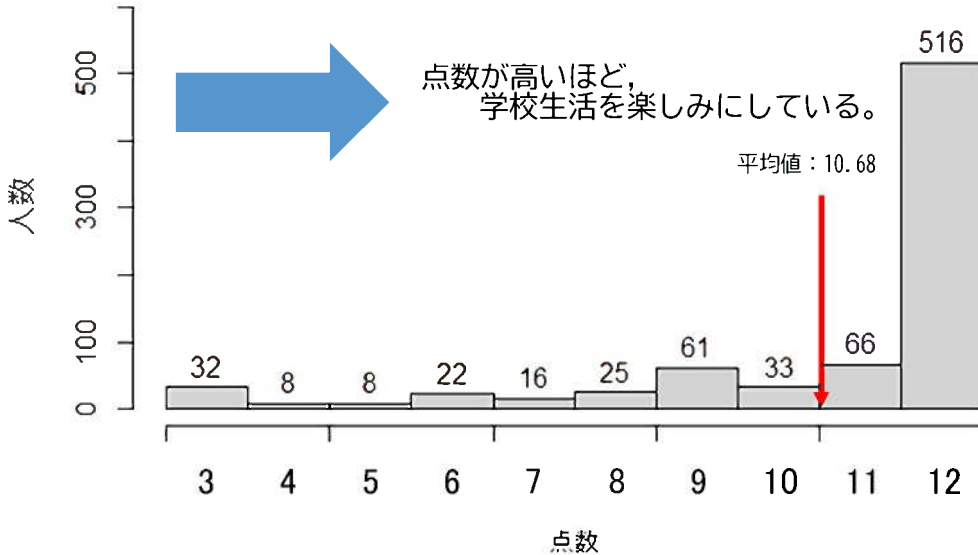
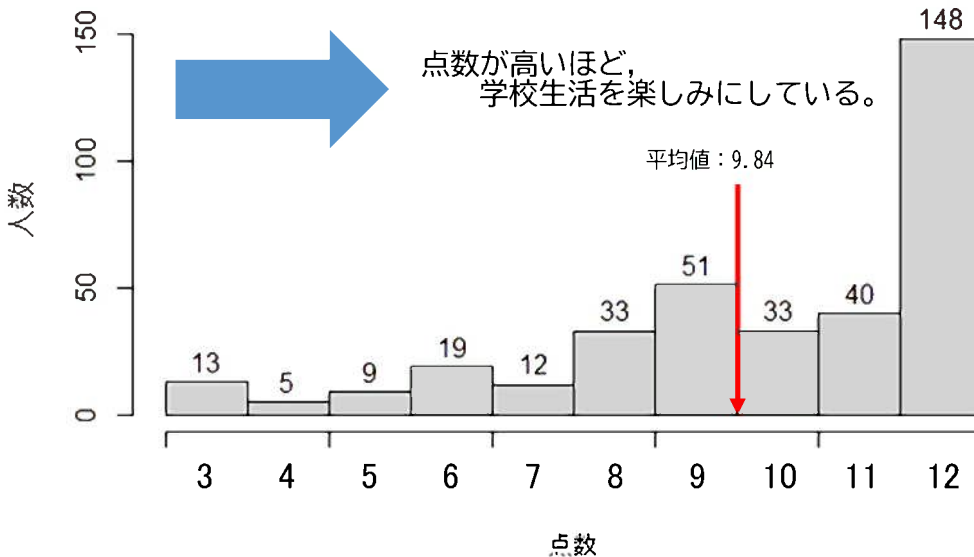


図17. (学校生活への楽しみ) 育成学級在籍の「中学生」における度数分布



【4】総合支援学校の児童生徒の度数分布

- 総合支援学校に在籍する児童生徒について、小学部、中学部、高等部に分けた上で度数分布をグラフにし、図18~20に示した。
- いずれの図においても、分布は右に寄っており、おおむね学校生活を楽しみと感じていると考えられる。
- しかし、低い点数を示す者も一定数いることから、一人一人の要因を的確に見極め、適切な支援を行うことが必要と言える。

図 18. (学校生活への楽しみ) 総合支援学校「小学部」在籍の児童における度数分布

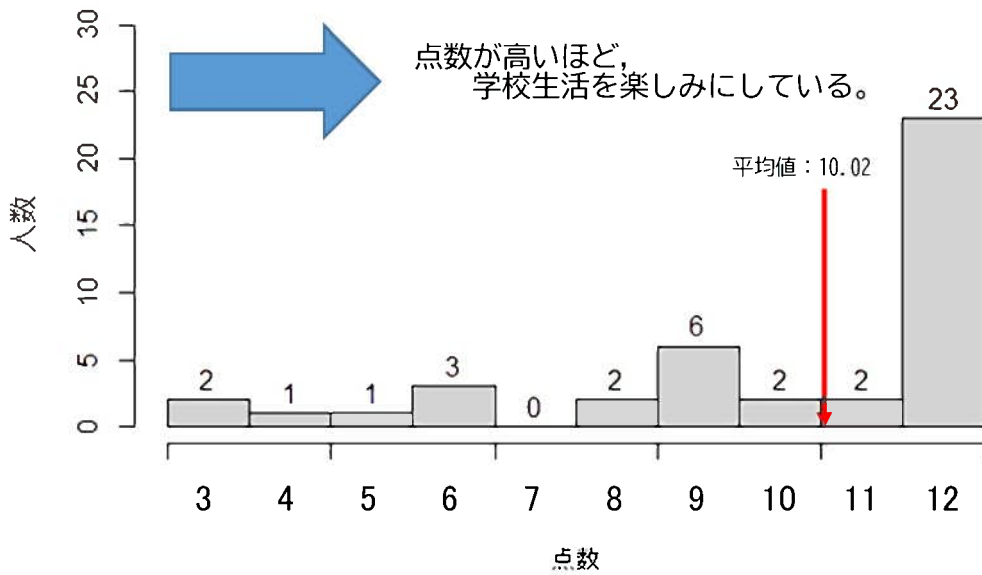


図 19. (学校生活への楽しみ) 総合支援学校「中学部」在籍の生徒における度数分布

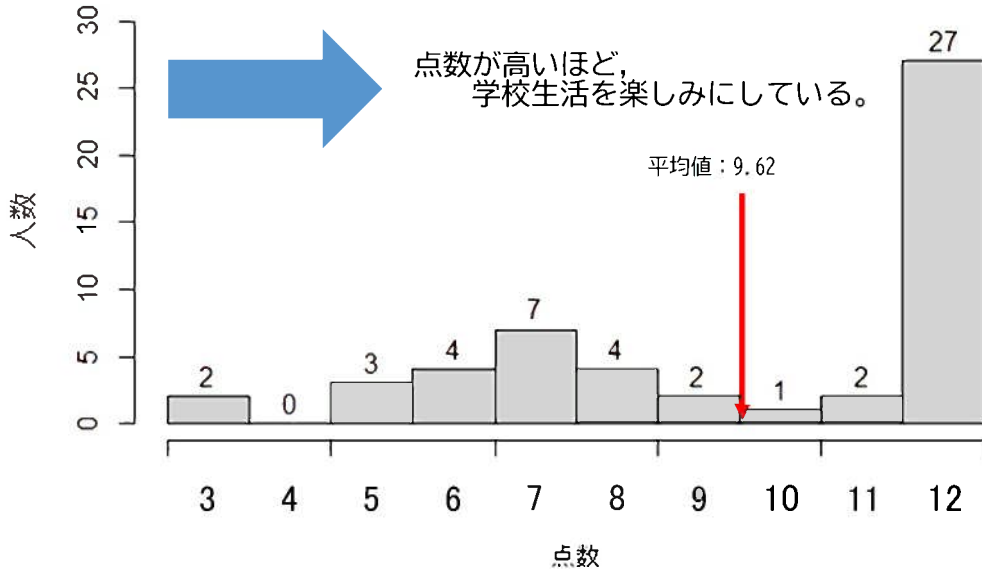
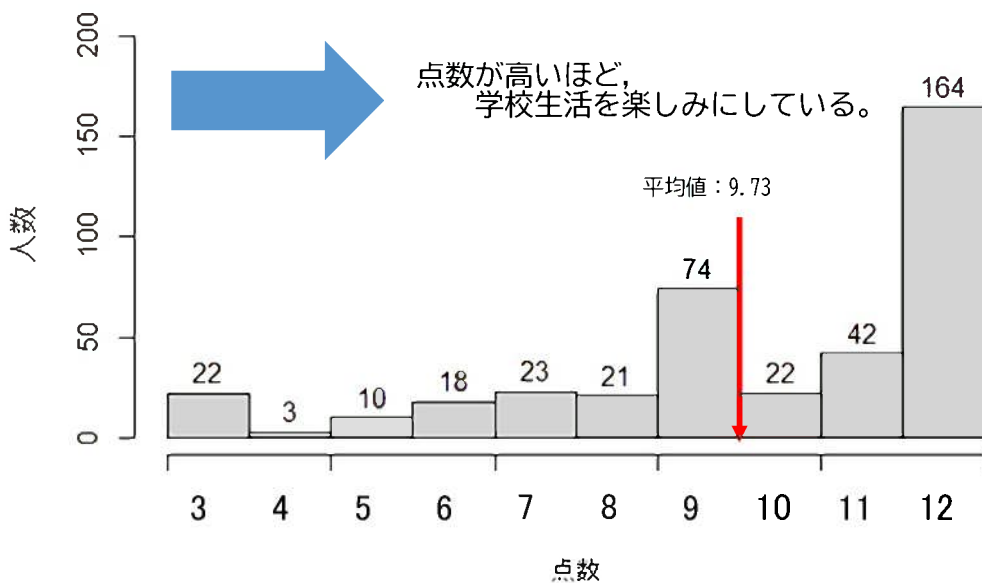


図 20. (学校生活への楽しみ) 総合支援学校「高等部」在籍の生徒における度数分布



休業期間中の家族との関係

質問項目については、各アンケートの[質問3 1)~3)] (小学校低学年版：p. 38, 小学校高学年版：p. 44, 中学校・高校版：p. 49)を参照。

《全3項目。点数の範囲は3点から12点で、点数が高いほど家族との関係を親密と感じていたことを意味している。》

1 普通学級の児童生徒の結果

【1】男女比較

- >表 15~17 に、学年ごと及び男女ごとの休業期間中の家族との関係の平均値を挙げた。
- >全ての学年を通じて、一貫して女子のほうが男子よりも点数が高く、家族との関わりが多いと感じていることが示唆される。
- >とりわけ、中学2,3年生や高校生では女子の方が高い点数を示す傾向は顕著である。⁷

表 15. (家族との関係)「小学生」における平均値の男女比較

	小1	小2	小3	小4	小5	小6	全学年
男子	10.16	9.33	9.27	9.36	9.60	9.32	9.51
女子	10.33	9.79	9.80	9.90	9.98	9.84	9.94
男女差	▲ 0.17	▲ 0.46	▲ 0.52	▲ 0.53	▲ 0.38	▲ 0.52	▲ 0.43

表 16. (家族との関係)「中学生」における平均値の男女比較

	中1	中2	中3	全学年
男子	9.31	8.94	8.73	8.98
女子	9.83	9.81	9.61	9.74
男女差	▲ 0.52	▲ 0.87	▲ 0.89	▲ 0.76

表 17. (家族との関係)「高校生」における平均値の男女比較

	高1	高2	高3	全学年
男子	8.95	8.84	8.41	8.72
女子	9.91	9.71	9.51	9.72
男女差	▲ 0.96	▲ 0.87	▲ 1.09	▲ 1.00

【2】学年推移

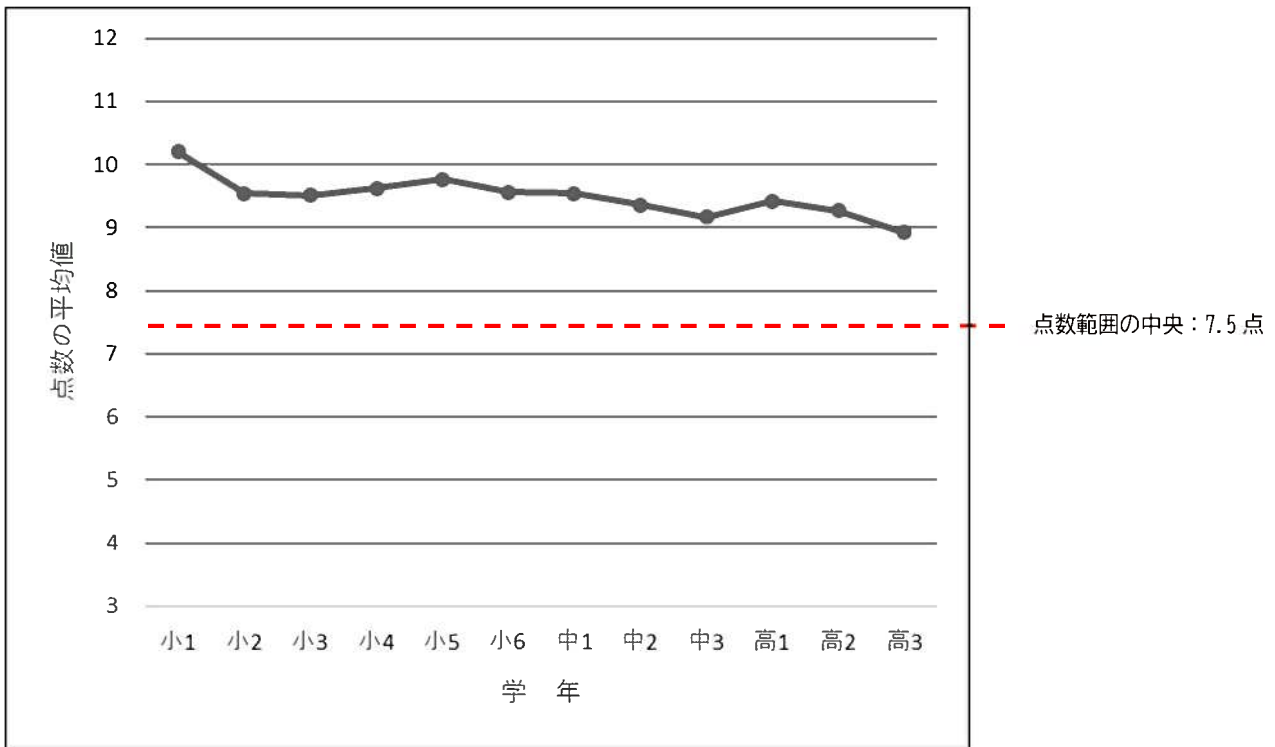
- >表 18 及び図 21 に休業期間中の家族との関係の推移を挙げた。
- >全ての学年を通じて、点数範囲の中央である7.5点を上回る比較的高い点数を示しており、おおむね児童生徒は、休業期間中に家族との親密な関わりがあったことが伺える。

表 18. (家族との関係) 平均値の学年推移

	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
点数	10.20	9.54	9.50	9.61	9.77	9.56	9.54	9.35	9.16	9.42	9.26	8.92

⁷ 統計学的に明確な差があるか否かを厳密に判定するには非常に複雑な計算を行う必要があるが、本報告書では、そうした統計分析の結果を踏まえつつ、結果の検討を行いやすいよう、基準値を設けることとした。「休業期間中の家族との関係」については、調査対象の児童生徒数が十分に多い場合、0.7以上(又は、-0.7以下)を明確な差があると判定することとしている。

図 21. (家族との関係) 平均値の学年推移グラフ



【3】年代ごとの度数分布

- 小学校低学年から高校生までの度数分布をグラフにし、図 22～25 に挙げた。
- 若干の差はあるが、全ての年代を通じて分布は右に寄っており、おおむね休業期間中に親密な家族との関わりを持っていたと考えられる。
- しかし、中学生、高校生では、分布の頂点が 12 点のほか 9 点にもあり、2 つの大きな群があることが伺える。
- 低い点数を示す者も一定数おり、家庭との連携などの支援が必要と言える。

図 22. (家族との関係) 「小学校低学年」における度数分布

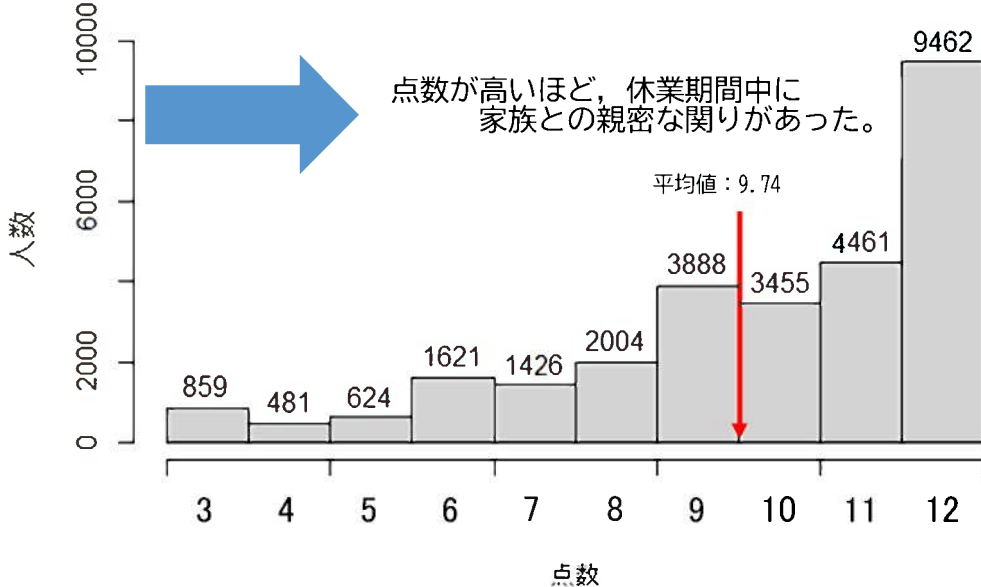


図 23. (家族との関係)「小学校高学年」における度数分布

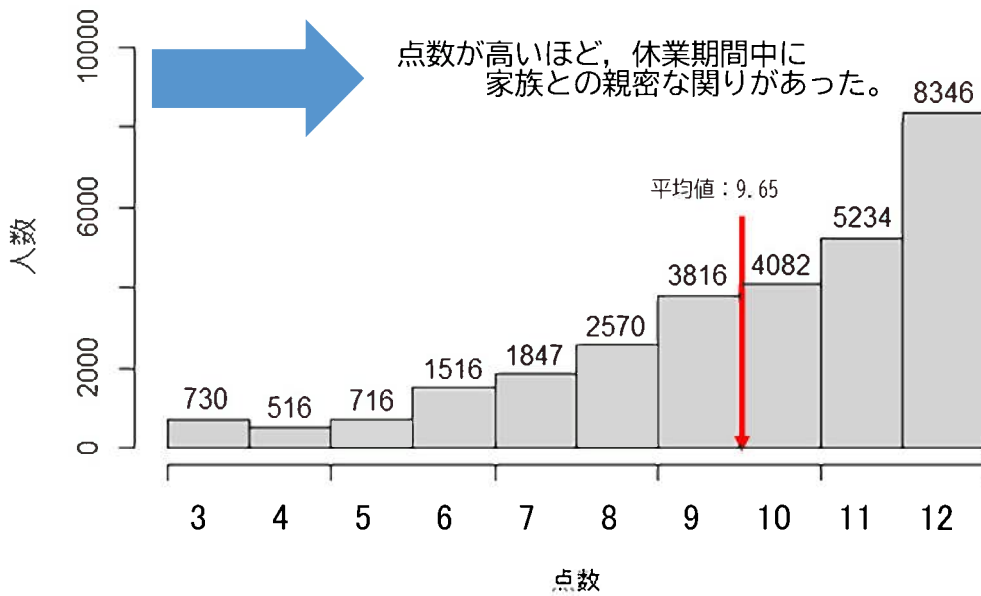


図 24. (家族との関係)「中学生」における度数分布

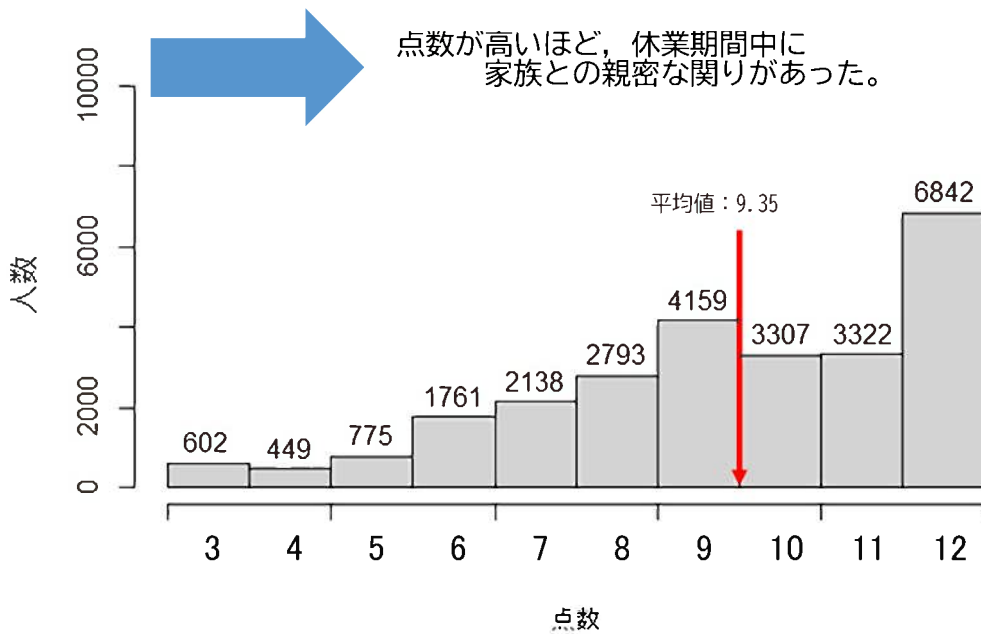
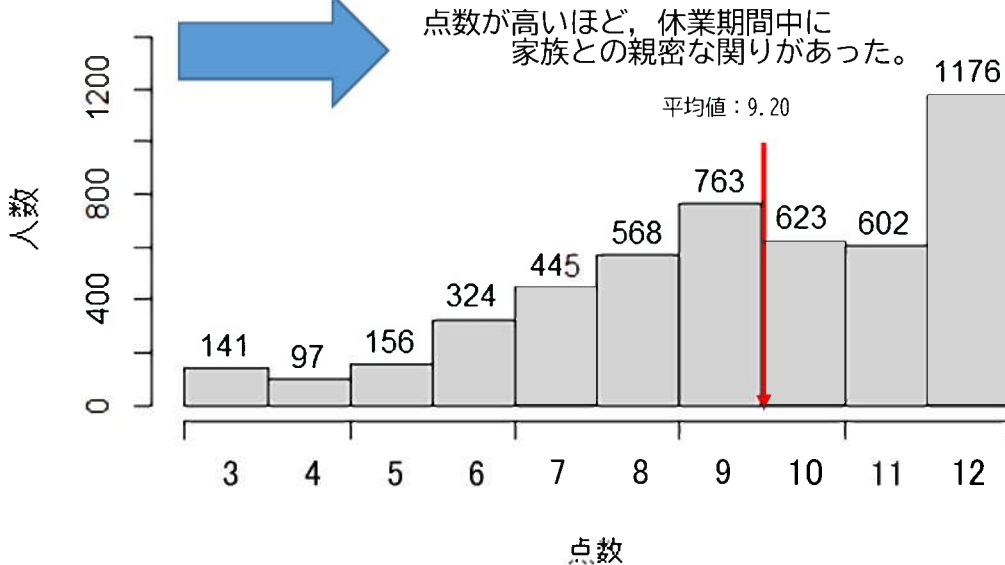


図 25. (家族との関係)「高校生」における度数分布



2

育成学級及び総合支援学校の児童生徒の結果

【1】男女比較

- 表 19 に育成学級，総合支援学校の休業期間中の家族との関係の平均値を男女ごとに挙げた。
- 育成学級，総合支援学校いずれにおいても若干の男女差が見られるが，明確な差があるとは言えない。⁸

表 19. (家族との関係) 育成学級及び総合支援学校の平均値の男女比較

	育成学級		総合支援学校		
	小学生	中学生	小学部生	中学部生	高等部生
男子	9.98	8.73	10.00	9.41	8.46
女子	10.15	8.66	11.83	9.00	9.46
男女差	▲ 0.17	0.07	▲ 1.83	0.41	▲ 1.00

【2】普通学級の児童生徒との比較

- 表 20, 21 に育成学級，総合支援学校のそれぞれと普通学級の児童生徒の休業期間中の家族との関係の平均値を挙げた。
- 育成学級，総合支援学校の児童生徒の平均値は，ともに普通学級の児童生徒と明確な差はない。

表 20. (家族との関係) 育成学級と普通学級の平均値の比較

	小学生	中学生
育成学級	10.03	8.71
普通学級	9.69	9.35
差	0.34	▲ 0.64

表 21. (家族との関係) 総合支援学校と普通学級の平均値の比較

	小学生 (小学部生)	中学生 (中学部生)	高校生 (高等部生)
総合支援学校	10.08	8.77	8.66
普通学級	9.69	9.35	9.20
差	0.39	▲ 0.58	▲ 0.54

⁸ 表 19 において，総合支援学校小学部生では 1.83，高等部生では 1.00 という男女差があるが，今回の対象児童生徒数が前者では 44 人，後者では 430 人と少なく，この程度の差であれば偶然に起こったもの，つまり誤差である可能性を否定できないと統計学的に判断された。

【3】育成学級の児童生徒の度数分布

- 育成学級に在籍する児童生徒について、小学生、中学生に分けた上で度数分布をグラフにし、図 26, 27 に示した。
- いずれの図においても、分布は右に寄る傾向にあり、児童生徒はおおむね休業期間中に家族との親密な関わりを持っていたと考えられる。
- しかし、中学生では、分布の頂点が 12 点のほか 9 点にもあり、2 つの大きな群があることが伺える。
- 低い点数を示す者も一定数おり、家庭との連携などの支援が必要と言える。

図 26. (家族との関係) 育成学級在籍の「小学生」における度数分布

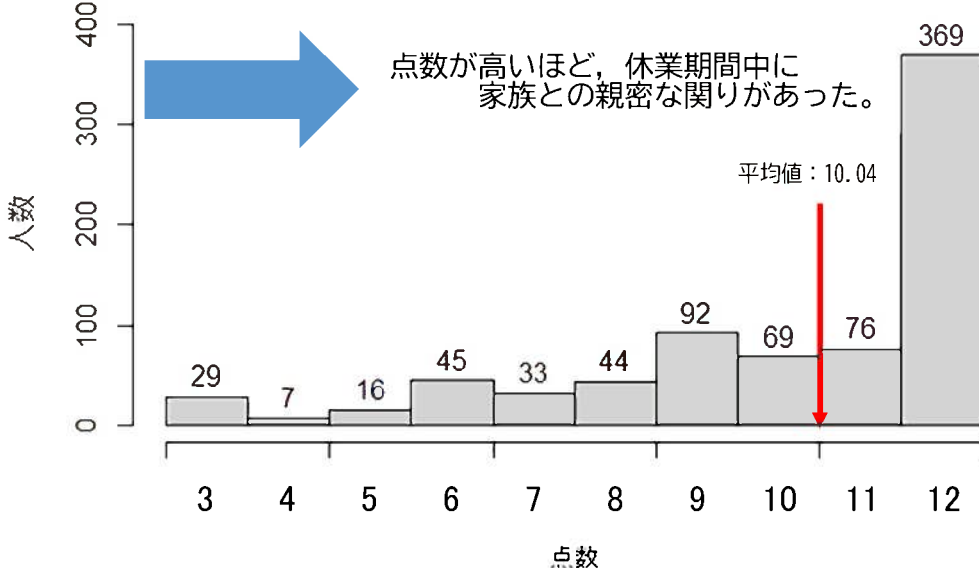
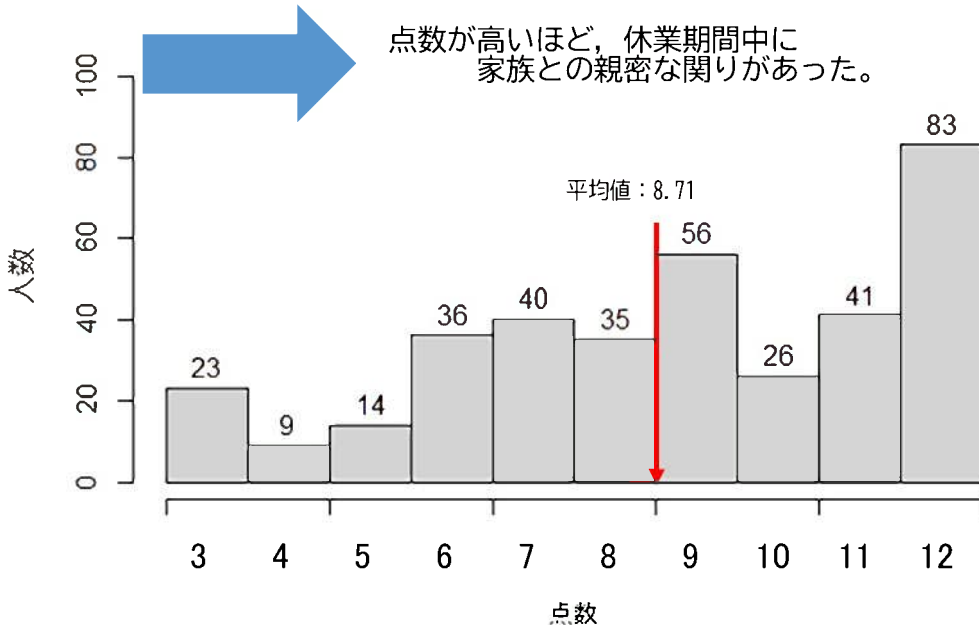


図 27. (家族との関係) 育成学級在籍の「中学生」における度数分布



【4】総合支援学校の児童生徒の度数分布

- 総合支援学校に在籍する児童生徒について、小学部、中学部、高等部に分けた上で度数分布をグラフにし、図 28~30 に示した。
- いずれの図においても、分布は右に寄る傾向にあり、児童生徒はおおむね休業期間中に家族との親密な関わりを持っていたと考えられる。
- しかし、高等部の生徒では、分布の頂点が 12 点のほか 9 点にもあり、2 つの大きな群があることが伺える。
- 低い点数を示す者も一定数おり、家庭との連携などの支援が必要と言える。

図 28. (家族との関係) 総合支援学校「小学部」在籍の児童における度数分布

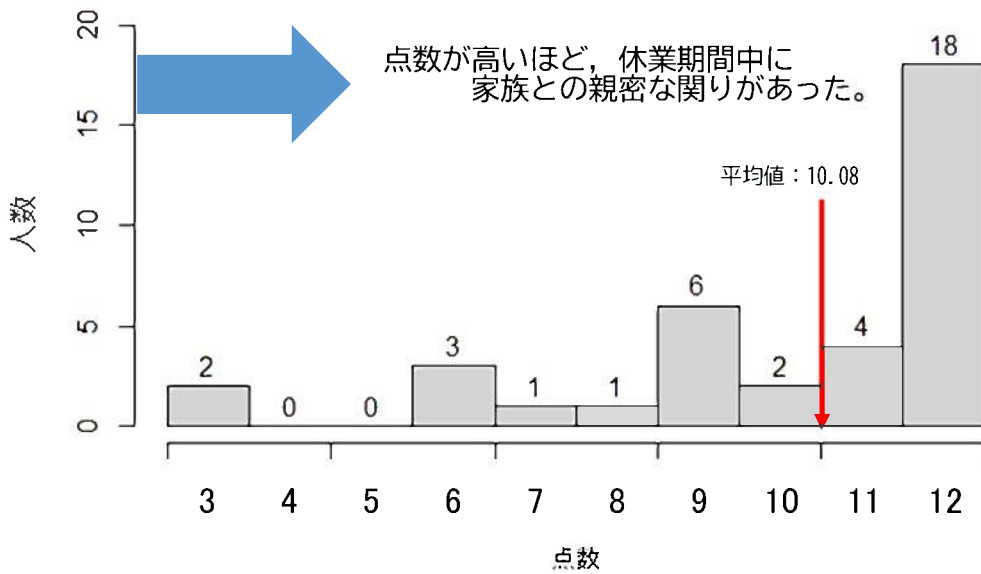


図 29. (家族との関係) 総合支援学校「中学部」在籍の生徒における度数分布

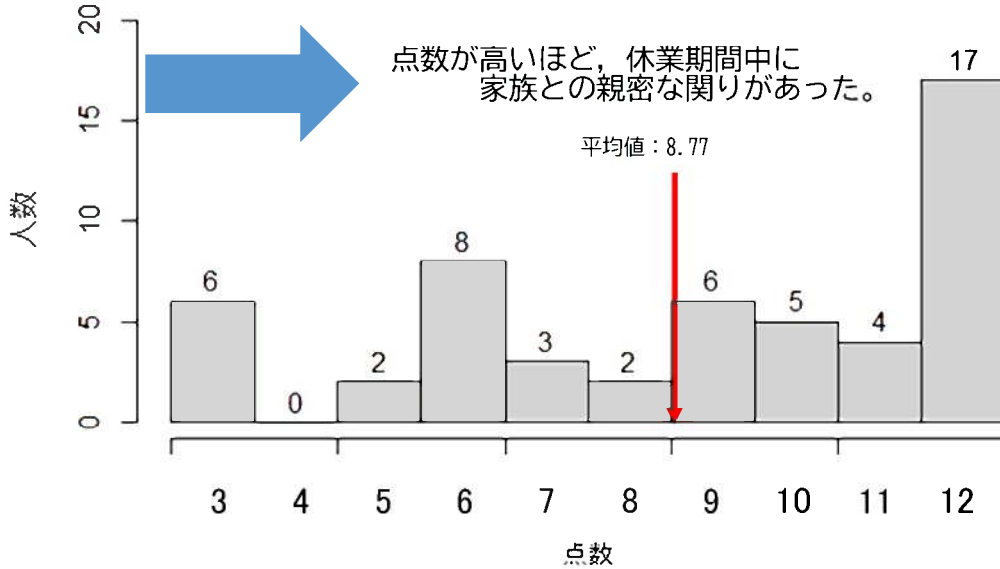
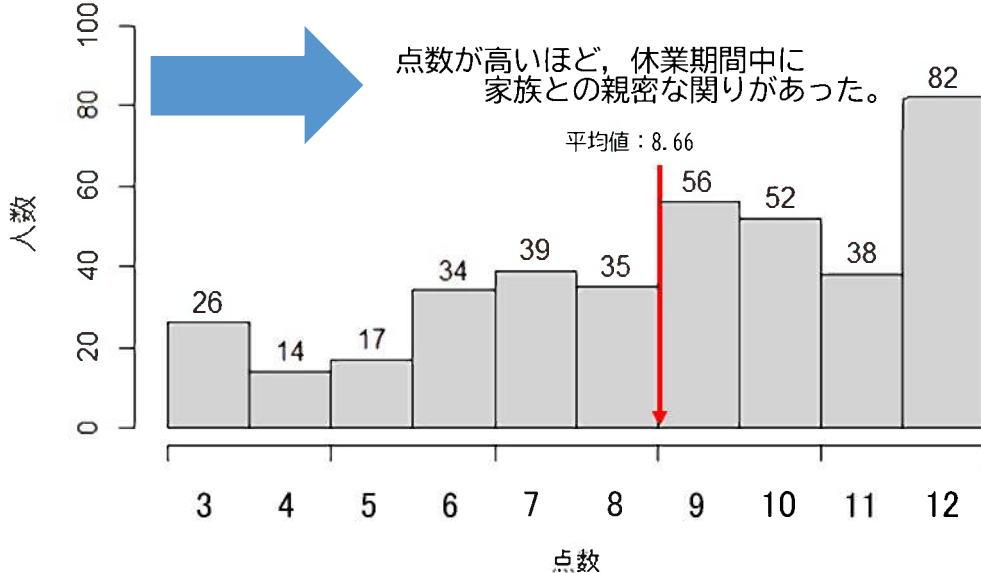


図 30. (家族との関係) 総合支援学校「高等部」在籍の生徒における度数分布



休業期間中の生活の規則正しさ

質問項目については、各アンケートの質問34～6（小学校低学年版：p.38，小学校高学年版：p.44，中学校・高校版：p.49）を参照。

《全3項目。点数の範囲は3点から12点で、点数が高いほど規則正しい生活を送っていたことを意味している。》

1 普通学級の児童生徒の結果

【1】男女比較

- 表 22～24 に、学年ごと及び男女ごとの休業期間中の生活の規則正しさの平均値を挙げた。
- 全ての学年を通じて、男女間での差はほぼなく、休業期間中の生活の規則正しさにおいて明確な男女差はないと考えられる。⁹

表 22. (生活の規則正しさ)「小学生」の平均値の男女比較

	小1	小2	小3	小4	小5	小6	全学年
男子	10.40	9.61	9.54	9.51	9.61	9.44	9.69
女子	10.59	9.97	9.85	9.75	9.86	9.67	9.95
男女差	▲ 0.19	▲ 0.35	▲ 0.32	▲ 0.25	▲ 0.25	▲ 0.23	▲ 0.26

表 23. (生活の規則正しさ)「中学生」の平均値の男女比較

	中1	中2	中3	全学年
男子	8.90	8.21	7.96	8.35
女子	8.82	8.19	7.86	8.30
男女差	0.08	0.01	0.10	0.05

表 24. (生活の規則正しさ)「高校生」の平均値の男女比較

	高1	高2	高3	全学年
男子	8.14	7.68	7.98	7.92
女子	8.28	8.02	8.16	8.15
男女差	▲ 0.14	▲ 0.33	▲ 0.18	▲ 0.23

【2】学年推移

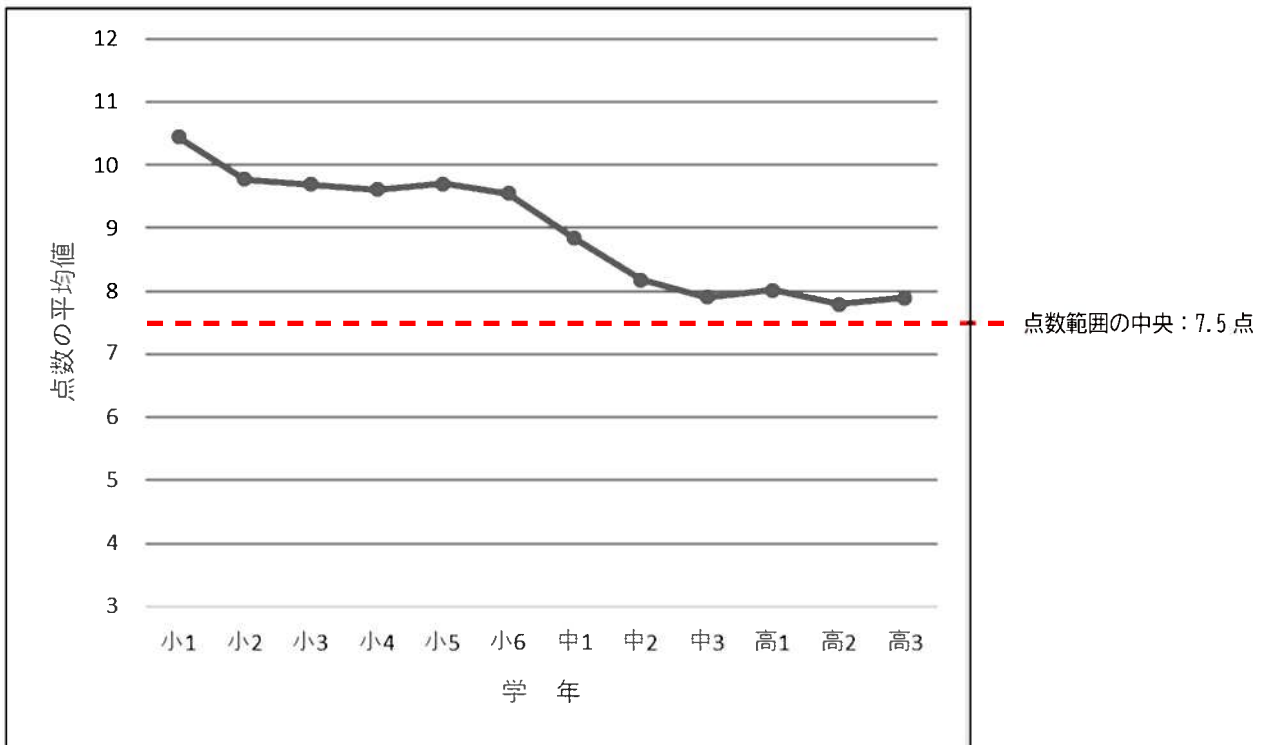
- 表 25 及び図 31 に休業期間中の生活の規則正しさの平均値の推移を挙げた。
- 小学生については、全学年を通じて、点数範囲の中央である 7.5 点を上回る比較的高い点数を示しており、おおむね児童は、休業期間中に規則正しい生活をしていたことが伺える。
- 中学生になると学年が上がるにつれ、生活が不規則になる傾向があり、高校ではいずれの学年においても中学校 3 年生と同程度であることが伺える。

⁹ 統計学的に明確な差があるか否かを厳密に判定するには非常に複雑な計算を行う必要があるが、本報告書では、そうした統計分析の結果を踏まえつつ、結果の検討を行いやすいよう、基準値を設けることとした。「休業期間中の生活の規則正しさ」については、調査対象の児童生徒数が十分に多い場合、0.7 以上（又は、-0.7 以下）を明確な差があると判定することとしている。

表 25. (生活の規則正しさ) 平均値の学年推移

	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3
点数	10.45	9.77	9.69	9.61	9.70	9.55	8.84	8.18	7.90	8.02	7.79	7.90

図 31. (生活の規則正しさ) 平均値の学年推移グラフ



【3】年代ごとの度数分布

- ▶ 小学校低学年から高校生までの度数分布をグラフにし、図 32～35 に挙げた。
- ▶ 小学校低学年では、分布の頂点が右端にあるが、年代が上がるにつれ、徐々に頂点が左にずれていく傾向が見られる。年齢の高い児童生徒ほど、休業期間中の生活が不規則になる傾向があると考えられる。

図 32. (生活の規則正しさ) 「小学校低学年」における度数分布

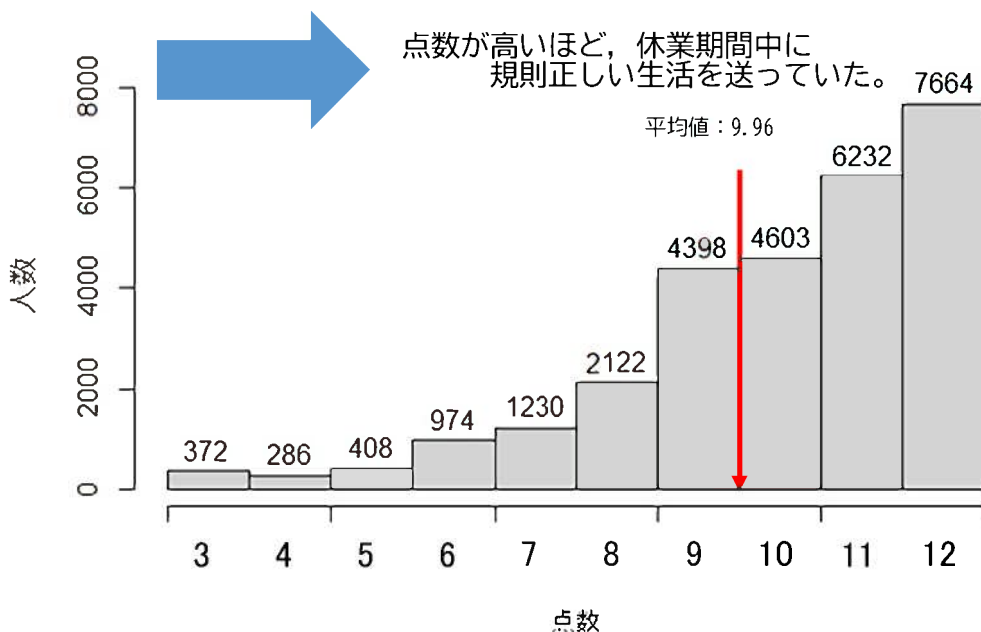


図 33. (生活の規則正しさ)「小学校高学年」における度数分布

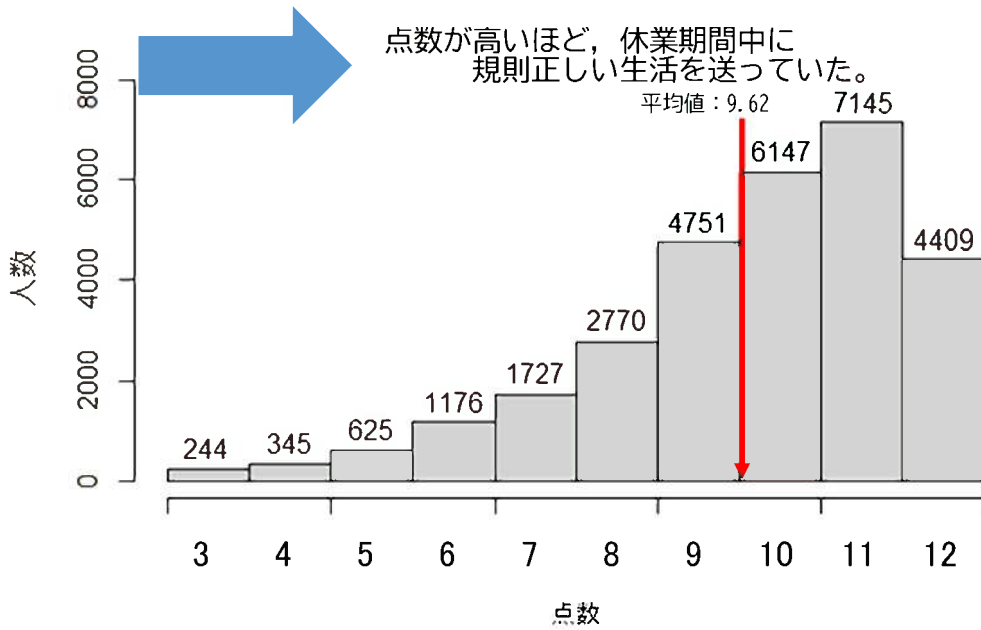


図 34. (生活の規則正しさ)「中学生」における度数分布

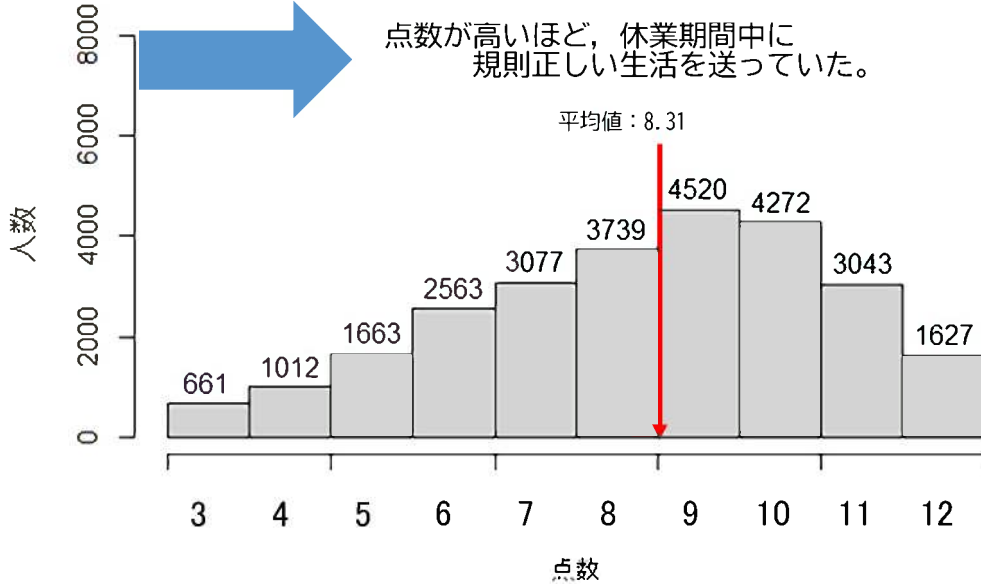
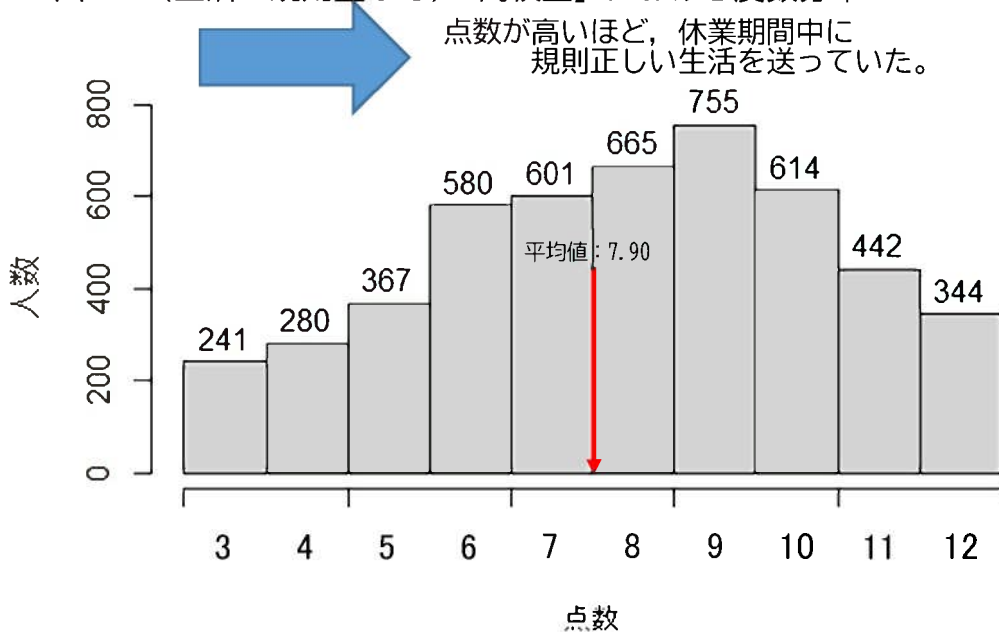


図 35. (生活の規則正しさ)「高校生」における度数分布



2 育成学級及び総合支援学校の児童生徒の結果

【1】男女比較

- 表 26 に育成学級，総合支援学校のそれぞれの児童生徒の休業期間中の生活の規則正しさの平均値を挙げた。
- いずれにおいても，明確な男女差は見られなかった。¹⁰

表 26. (生活の規則正しさ) 育成学級及び総合支援学校の平均値の男女比較

	育成学級		総合支援学校		
	小学生	中学生	小学部生	中学部生	高等部生
男子	10.32	8.62	9.77	8.78	8.45
女子	10.29	9.15	9.00	10.00	8.47
男女差	0.03	▲ 0.53	0.77	▲ 1.22	▲ 0.02

【2】普通学級の児童生徒との比較

- 表 27, 28 に育成学級，総合支援学校のそれぞれと普通学級の児童生徒の休業期間中の生活の規則正しさの平均値を挙げた。
- 育成学級，総合支援学校の児童生徒の平均値は，ともに普通学級の児童生徒と明確な差はない。¹¹

表 27. (生活の規則正しさ) 育成学級と普通学級の平均値の比較

	小学生	中学生
育成学級	10.28	8.84
普通学級	9.79	8.31
差	0.49	0.53

表 28. (生活の規則正しさ) 総合支援学校と普通学級の平均値の比較

	小学生 (小学部生)	中学生 (中学部生)	高校生 (高等部生)
総合支援学校	8.92	8.44	8.23
普通学級	9.79	8.31	7.90
差	▲ 0.87	0.13	0.33

¹⁰ 表 26 において，総合支援学校小学部生では 0.77，中学部生では 1.22 という男女差があるが，今回の対象児童生徒数が前者では 44 人，後者では 59 人と少なく，この程度の差であれば偶然に起こったもの，つまり誤差である可能性を否定できないと統計学的に判断された。

¹¹ 表 28 において，総合支援学校小学部生と普通学級の小学生との差が 0.87 を示しているが，対象児童数が前者では 44 人と少なく，この程度の差であれば偶然に起こったもの，つまり誤差である可能性を否定できないと統計学的に判断された。

【3】育成学級の児童生徒の度数分布

- 育成学級に在籍する児童生徒について、小学生、中学生に分けた上で度数分布をグラフにし、図 36, 37 に示した。
- いずれの図においても、分布は右に寄っており、児童生徒は休業期間中におおむね規則正しい生活を送っていたと考えられる。
- しかし、中学生は小学生に比べると右寄りではなくなっており、生活がやや不規則になっていたと考えられる。

図 36. (生活の規則正しさ) 育成学級在籍の「小学生」における度数分布

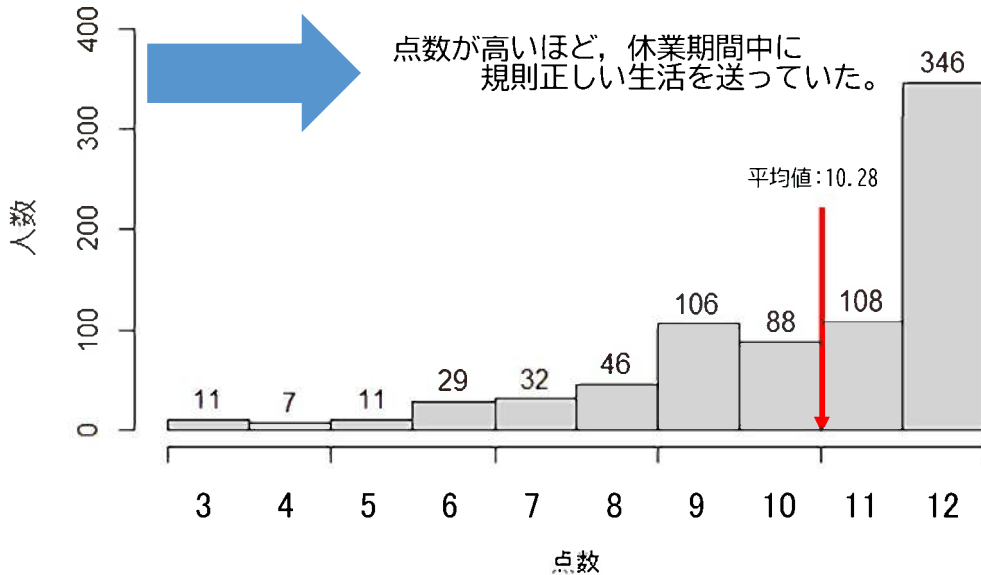
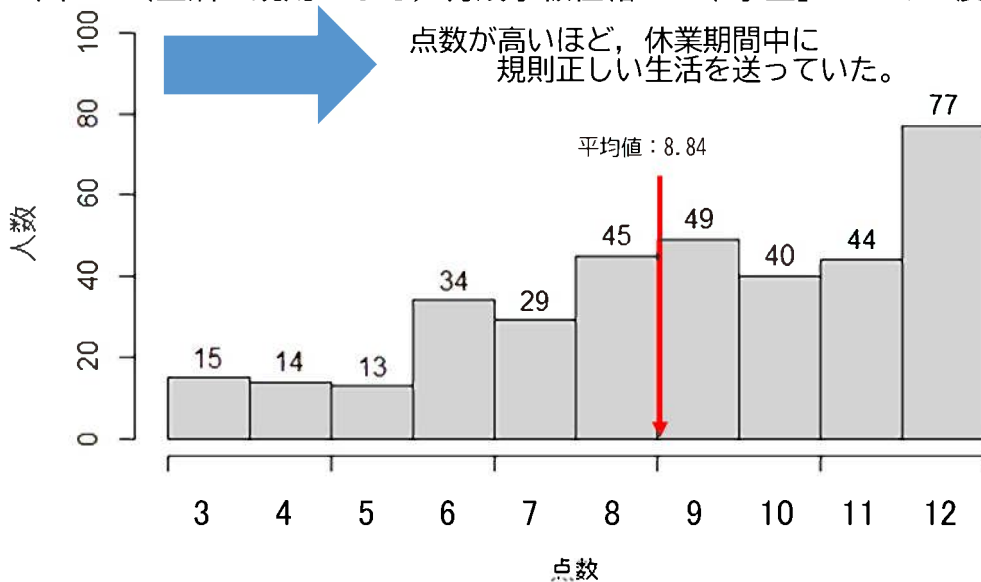


図 37. (生活の規則正しさ) 育成学級在籍の「中学生」における度数分布



【4】総合支援学校の児童生徒の度数分布

- 総合支援学校に在籍する児童生徒について、小学部、中学部、高等部に分けた上で度数分布をグラフにし、図 38~40 に示した。
- 小学部、中学部では人数が少ないため、明確な傾向は把握できないが、高等部では非常に規則正しい生活を送っていた生徒から生活がかなり不規則になっていた生徒まで幅広く存在することが伺える。

図 38. (生活の規則正しさ) 総合支援学校「小学部」在籍の児童における度数分布

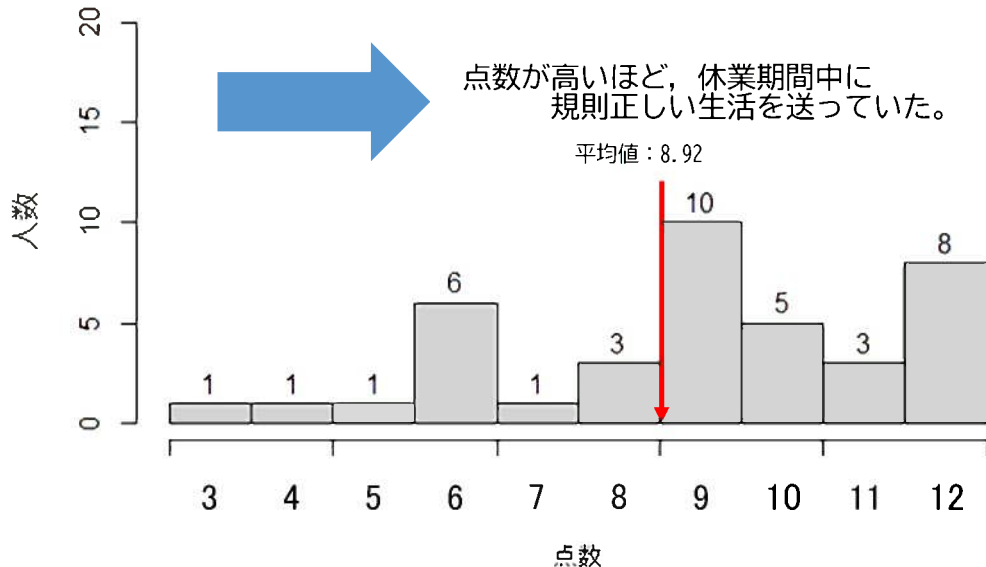


図 39. (生活の規則正しさ) 総合支援学校「中学部」在籍の生徒における度数分布

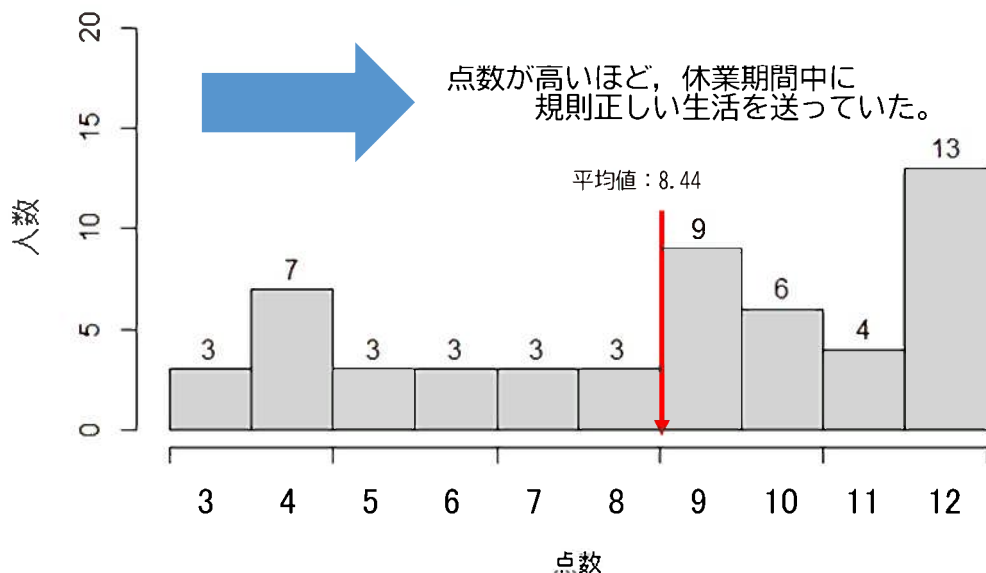
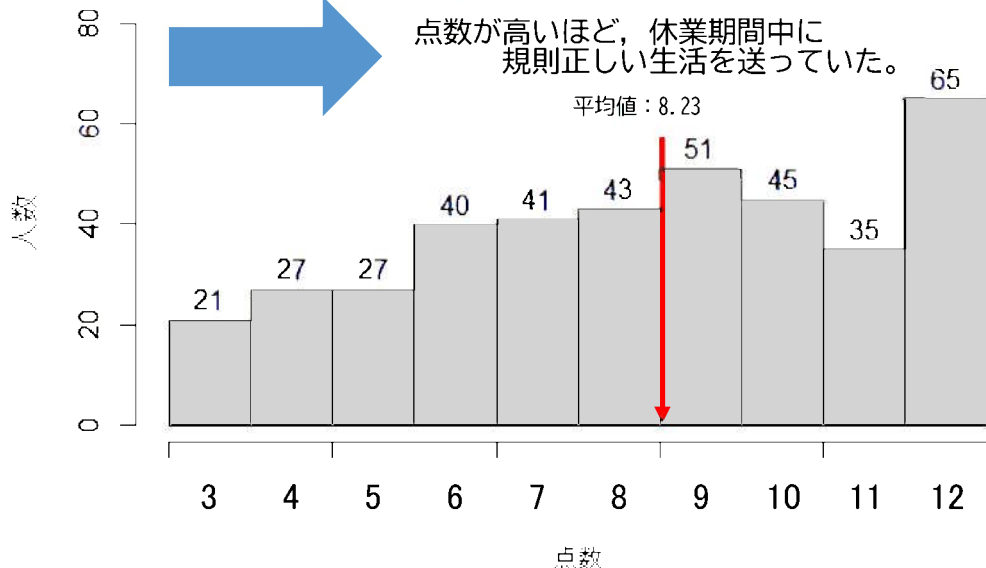


図 40. (生活の規則正しさ) 総合支援学校「高等部」在籍の生徒における度数分布



調査対象の4要因の関連

1 ストレスの度合い、学校生活への楽しみ、休業期間中の家族との関係、休業期間中の生活の規則正しさの相関関係について

- 今回の調査で把握したストレスの度合い、学校生活への楽しみ、休業期間中の家族との関係、休業期間中の生活の規則正しさについて、相互の相関関係を明らかにする統計分析¹²を行った。
- 結果として、学校生活への楽しみ、休業期間中の家族との関係、休業期間中の生活の規則正しさの3つの要因は相互に「正の相関関係」（一方の数値が高いと、他方の数値も高いという関係）にあることが分かった。例えば、学校生活に楽しさを感じている子どもは、休業期間中の家族との関係が親密な傾向にあったと言える。
- 一方、ストレスの度合いは、他の3つの要因全てに対し「負の相関関係」（一方の数値が高いと、他方の数値が低いという関係）を示していた。つまり、学校生活に楽しみを感じ、休業期間中に家族との親密な関係があり、規則正しい生活をしてきた子どもほど、ストレスが低い傾向があると言える。

2 学校生活への楽しみ、休業期間中の家族との関係、休業期間中の生活の規則正しさの程度ごとのストレスの度合いについて

- 普通学級の児童生徒を対象として学校生活への楽しみ、休業期間中の家族との関係、休業期間中の生活の規則正しさのそれぞれについて、点数が3～6点の児童生徒を低群、7点～9点を中群、10点～12点を高群と分類し、各群ごとにストレスの度合いの平均値を算出した（図41、42、43）。
- 小学校低学年における学校生活への楽しみの傾向のみ、やや例外的であるが、おおむね低群、中群、高群の順にストレスの度合いが低くなっており、上記1の相関関係の分析と同様の結果と言える。

¹² 複数のデータの間で、相関関係を明らかにするための統計分析手法。「相関分析」と呼ばれる。例えば、夏の平均気温が高いほど清涼飲料水の販売量が増えるという関係があった場合、夏の平均気温と清涼飲料水の販売量の間には「正の相関関係」があると言う。逆に、一方のデータが高いほど、他方のデータが低くなる場合を「負の相関関係」と言う。

図 41. 学校生活への楽しみ【低群・中群・高群】ごとのストレスの度合い平均値

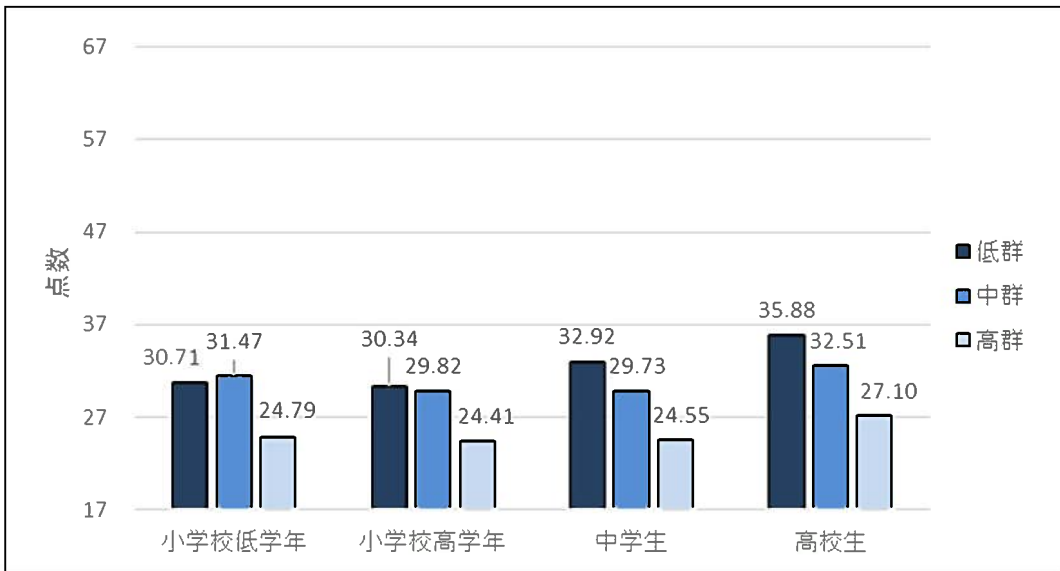


図 42. 休業期間中の家族との関係【低群・中群・高群】ごとのストレスの度合い平均値

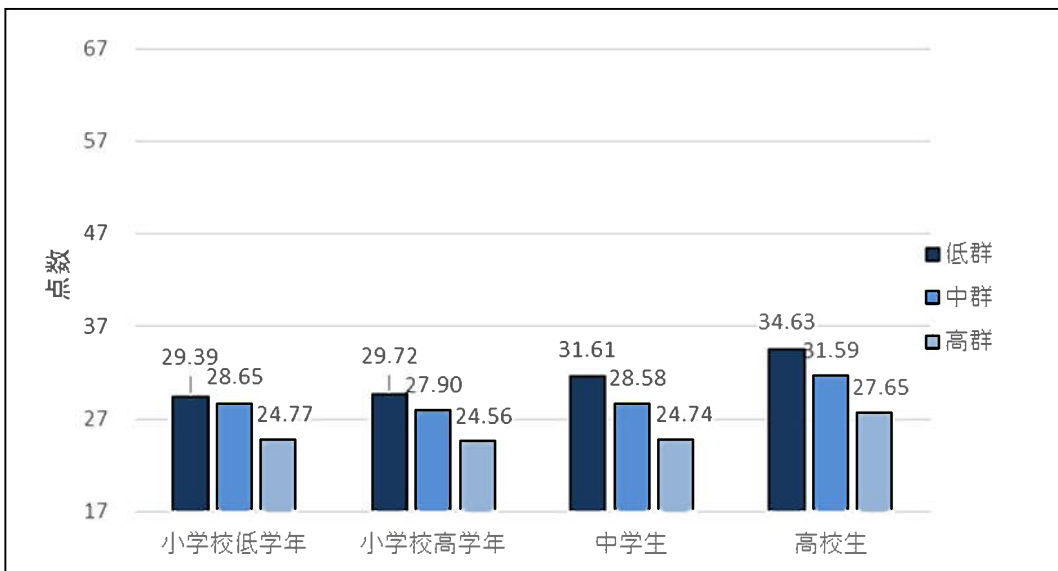
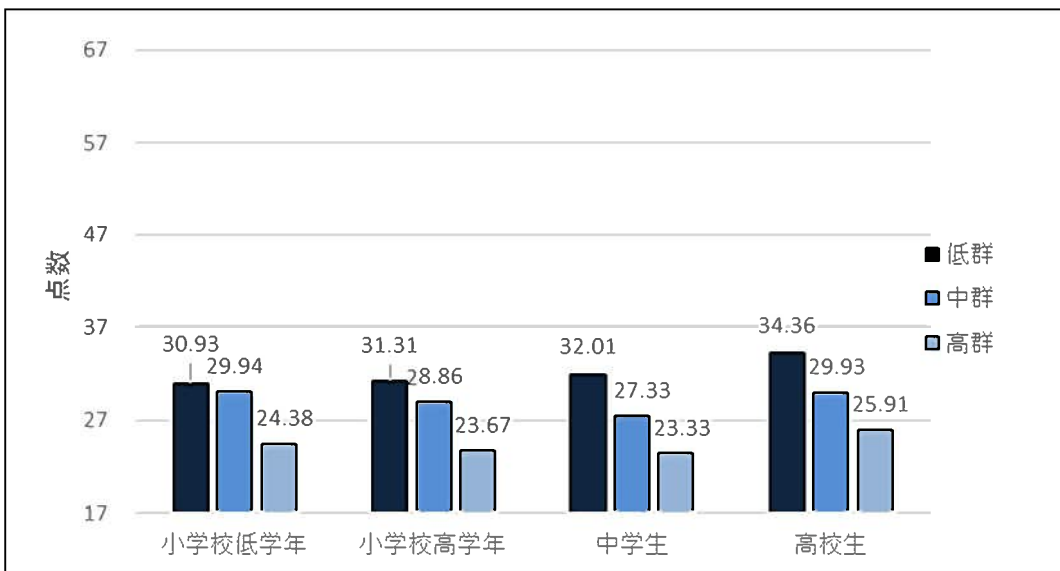


図 43. 休業期間中の生活の規則正しさ【低群・中群・高群】ごとのストレスの度合い平均値



3 ストレスの度合いに影響を与える要因の詳細な分析

【1】小学生低学年

- ストレスの度合いに対し、学校生活への楽しみ、休業期間中の家族との関係、休業期間中の生活の規則正しさの個々の項目のうち、どれがストレスの度合いに強い影響を与えているかについて、普通学級の児童生徒を対象に詳細な統計分析を行った。¹³
- その結果、小学生低学年では次の項目がストレスを抑制する影響が強いことが分かった。
 - ①【質問 2-1)】がっこうにくるのが、たのしい
 - ②【質問 3-5)】がっこうがやすみのあいだ、あさごはん・ひるごはん・ばんごはんをまいにちきちんと食べていた
 - ③【質問 3-6)】がっこうがやすみのあいだ、はやね・はやおきをしていた

【2】小学校高学年

- 小学生高学年では次の項目がストレスを抑制する影響が強いことが分かった。
 - ①【質問 2-1)】学校に来るのが、楽しい
 - ②【質問 3-5)】学校が休みの間、朝ごはん・昼ごはん・ばんごはんを毎日きちんと食べていた
 - ③【質問 3-6)】学校が休みの間、早寝早起きをしていた

【3】中学生

- 中学生では次の項目がストレスを抑制する影響が強いことが分かった。
 - ①【質問 2-1)】学校に来るのが楽しい
 - ②【質問 3-3)】学校が休みの間、家の人といると気持ちが落ち着いた
 - ③【質問 3-5)】学校が休みの間、規則正しく朝食・昼食・夕食をとっていた

【4】高校生

- 高校生では次の項目がストレスを抑制する影響が強いことが分かった。
 - ①【質問 2-1)】学校に来るのが楽しい
 - ②【質問 3-3)】学校が休みの間、家の人といると気持ちが落ち着いた
 - ③【質問 3-4)】学校が休みの間、家でしっかりと勉強をしていた
 - ④【質問 3-5)】学校が休みの間、規則正しく朝食・昼食・夕食をとっていた

【5】小学生から高校生までの年代間での違い

- 学校生活を楽しいと感じていること、規則正しく朝食・昼食・夕食をとっていたことがストレスを抑制することは、どの年代においても共通している。
- 小学生では、上記に加えて早寝早起きすることもストレスを抑制する影響が強いと考えられる。
- 中学生では、早寝早起きの習慣があまり重要ではなくなるとともに、家族と過ごす気持ちが落ち着くと感じていた生徒ほどストレスを抑制できていたと考えられる。
- 高校生では、中学生における要因に加えて、学習習慣を維持できていたか否かがストレスの抑制に重要な役割を果たしていると考えられる。

¹³ 1つ又は複数の要因がある事象に影響を与えているか否か、また影響を与えている場合にその影響の強さを明らかにするための統計分析手法。「回帰分析」と呼ばれる。例えば、筋トレとジョギングのどちらの方がダイエットに効果があるかなどを調べるときに用いられる。

まとめ

この報告書では、児童生徒から得られた様々な思いを数値化し、傾向を分析した。その中では、コロナ禍という未曾有の状況においてさえ、多くの児童生徒が前向きに学校生活や家庭生活を送る姿が見えてきた。しかし、一方でSOSを発している子どもがいることも浮き彫りになった。

すでに各学校には、6月のアンケート実施後から、その結果に基づいた対応について指導助言を行っているが、今後、社会的情勢の変化を見極めつつ、改めて一人一人の児童生徒の気持ちや背景を十分把握した上での支援が求められる。

また、今回分析したデータは令和2年6月当初時点でのものであり、このアンケート調査を実施した期間に登校していなかった児童生徒の回答は含まれていない。

しかしながら、楽しく学校生活を過ごすことが子どもたちの日頃のストレスを解消する役割を果たしていることを再確認できたことは、非常に大きな成果であり、今後とも子どもたちの社会的自立に向けた取組を鋭意進めていきたい。

そのためにも、継続的なアンケートの実施により、息の長い見守りや支援を続けることが必要と考える。

最後に、この調査の結果として多くの子どもたちで高いストレスが確認されなかったことについては、休校期間中の地域や学校、そして何より家庭での支えがあってこそと、心から敬意を表したい。今後、子どもを支える側の大人も含めたメンタルケアについても社会全体で検討されることが望まれる。

～参考資料～

- 資料① 小学校低学年版** ころとからだのアンケート（様式①）・・・34
- 資料② 小学校高学年版** ころとからだのアンケート（様式②）・・・40
- 資料③ 中学生・高校生版** ころとからだのアンケート（様式③）・・・46

資料① 小学校低学年版



こころとからだのアンケート



このアンケートでは、このごろのあなたの^{き も}気持ちや^{たいちょう}体調について質問します。^{ただ}正しい^{こた}答えというものはありません。あなたが^{おも}思ったり、^{かん}感じたりしたとおりに○をつけてください。

まわりの人の^{ひと}答えを^{こた}見たり、^み相談したりしないようにしましょう。

^{じっしび}実施日 ^{がつ}月 ^{にち}日

() ^{ねん}年 () ^{くみ}組
 () ^{ばん}番

^{なまえ}名前

質問1 ^{しつもん} あなたの^{ぎも}気持ちや^{たいちょう}体調について^{しつもん}質問します。自分が^{じぶん}
^{おも}あてはまると^{ばんごう}思う番号を一つえらんで○をつけましょう。

あてはまらない	あまりあてはまらない	すこしあてはまる	あてはまる
---------	------------	----------	-------

- 1) おなかがいたい..... 1 - 2 - 3 - 4
- 2) あたまがいたい..... 1 - 2 - 3 - 4
- 3) よる, よくねられない..... 1 - 2 - 3 - 4
- 4) ごはんをたべたくない
 ときがある..... 1 - 2 - 3 - 4
- 5) さびしいかんじがする..... 1 - 2 - 3 - 4
- 6) げんきがない..... 1 - 2 - 3 - 4
- 7) こわいかんじがする..... 1 - 2 - 3 - 4
- 8) あそんでいても
 たのしくない..... 1 - 2 - 3 - 4

- | | あてはまらない | あまのあつははじ | す | あてはまる |
|---|---------|----------|----|-------|
| 9) いろいろする..... | 1 | -2 | -3 | -4 |
| 10) ちょっとしたことで
^{ひと} 人におこってしまう..... | 1 | -2 | -3 | -4 |
| 11) らんぼうになったり,
らんぼうなことばになったりする.. | 1 | -2 | -3 | -4 |
| 12) いじわるなきもちになる..... | 1 | -2 | -3 | -4 |
| 13) がんばれない..... | 1 | -2 | -3 | -4 |
| 14) からだがだるい..... | 1 | -2 | -3 | -4 |
| 15) すぐにつかれる..... | 1 | -2 | -3 | -4 |
| 16) あたまがぼーっとする..... | 1 | -2 | -3 | -4 |
| 17) がっこうにくるのが
しんどいとおもう..... | 1 | -2 | -3 | -4 |

質問2 ^{しつもん} 学校^{がっこう}がはじまってからのあなたの^{きも}気持ちについて
^{しつもん} 質問します。自分が^{じぶん}あてはまると思う^{おも}番号^{ばんごう}を一つえらん
^{ひと}で○をつけましょう。

あてはまらない
 あまりあてはまらない
 すごくあてはまる
 あてはまる

- 1) がっこうにくるのが,
 たのしい..... 1 - 2 - 3 - 4
- 2) がっこうのともだちにあうのが,
 たのしい..... 1 - 2 - 3 - 4
- 3) がっこうのせんせいにあうのが,
 たのしい..... 1 - 2 - 3 - 4



質問3 がっこう やす あいだ いえ かた 学校が休みの間の家での過ごし方について質問しま
じぶん おも ばんごう ひと す。自分があてはまると思う番号を一つえらんで○をつ
 けましょう。

あてはまらない
 あまりあてはまらない
 すこしあてはまる
 あてはまる

- 1) がっこうがやすみのあいだ、
 いえのひと人と、よくはなしをした・・・ 1 - 2 - 3 - 4
- 2) がっこうがやすみのあいだ、
 いえのひと人と、たのしいことをした・・・ 1 - 2 - 3 - 4
- 3) がっこうがやすみのあいだ、
 いえのひと人といると、
 きもちがおちついた・・・・ 1 - 2 - 3 - 4
- 4) がっこうがやすみのあいだ、
 いえで、がっこうのプリントなどの
 べんきょうをしていた・・・・ 1 - 2 - 3 - 4
- 5) がっこうがやすみのあいだ、
 あさごはん・ひるごはん・ばんごはんを
 まいにちきちんとたべていた・・・ 1 - 2 - 3 - 4
- 6) がっこうがやすみのあいだ、
 はやね・はやおきをしていた・・・・ 1 - 2 - 3 - 4

しつもん
質問は、これで終わりです。

ほかに^{おも}も思ったことや先生^{せんせい}につたえておきたいことがあれば

した^{らん}下の欄にかいてください。



おも
思ったこと・つたえておきたいことなど





こころとからだのアンケート



このアンケートでは、このごろのあなたの^{きも}気持ちや^{たいちょう}体調について^{しつもん}質問します。^{ただ}正しい^{こた}答えというものはありません。あなたが^{おも}思ったり、^{かん}感じたりしたとおりに○をつけてください。

まわりの人の^{ひと}答えを^{こた}見たり、^み相談したりしないようにしましょう。

^{じっしび}実施日 ^{がつ}月 ^{にち}日

() ^{ねん}年 () ^{くみ}組

() ^{ばん}番

^{なまえ}名前 _____

質問1 ^{しつもん} あなたの^{ぎも}気持ちや^{たいちよう}体調について^{しつもん}質問します。^{じぶん}自分が
^{おも}あてはまると^{ばんごう}思う^{ひと}番号を一つえらんで○をつけましょう。

あてはまらない
 あまりあてはまらない
 すごくあてはまる
 あてはまる

- 1) おなかがいたい..... 1 - 2 - 3 - 4
- 2) ^{あたま}頭がいたい..... 1 - 2 - 3 - 4
- 3) ^{よる}夜、よくねられない..... 1 - 2 - 3 - 4
- 4) ごはんを^た食べたくない
^{とき}時がある..... 1 - 2 - 3 - 4
- 5) さびしい^{かん}感じがする..... 1 - 2 - 3 - 4
- 6) ^{げんき}元気がない..... 1 - 2 - 3 - 4
- 7) こわい^{かん}感じがする..... 1 - 2 - 3 - 4
- 8) ^{あそ}遊んでいても^{たの}楽しくない..... 1 - 2 - 3 - 4
- 9) イライラする..... 1 - 2 - 3 - 4
- 10) ちょっとしたこと
^{ひと}人におこってしまう..... 1 - 2 - 3 - 4

あてはまらない
 あまりあてはまらない
 すぐにあてはまる
 あてはまる

- 11) らんぼうになったり,
 らんぼうな^{ことば}言葉になったりする.... 1 - 2 - 3 - 4
- 12) いじわるな^{きもち}気持ちになる..... 1 - 2 - 3 - 4
- 13) がんばれない..... 1 - 2 - 3 - 4
- 14) ^{からだ}体がだるい..... 1 - 2 - 3 - 4
- 15) すぐにつかれる..... 1 - 2 - 3 - 4
- 16) ^{あたま}頭がぼーっとする..... 1 - 2 - 3 - 4
- 17) ^{がっこう}学校に来るのが^くしんどいと思う^{おも}.... 1 - 2 - 3 - 4



質問2 ^{しつもん} 学校^{がっこう}がはじまってからのあなたの^{きも}気持ちについて
^{しつもん} 質問します。自分が^{じぶん}あてはまると思う^{おも}番号^{ばんごう}を一つえらんで○をつけましょう。

あてはまらない
 あまりあてはまらない
 すごくあてはまる
 あてはまる

1) ^{がっこう} ^く学校に来るのが、^{たの}楽しい..... 1 - 2 - 3 - 4

2) ^{がっこう} ^{とも}学校の友だちに会うのが、
^{たの}楽しい..... 1 - 2 - 3 - 4

3) ^{がっこう} ^{せんせい} ^あ学校の先生に会うのが、
^{たの}楽しい..... 1 - 2 - 3 - 4



質問3 ^{がっこう やす あいだ いえ かた} 学校が休みの間 の家での過ごし方について質問しま
^{じぶん おも ばんごう ひと} す。自分があてはまると思う番号を一つえらんで○をつ
 けましょう。

あてはまらない
 あまりあてはまらない
 すごくあてはまる
 あてはまる

- 1) ^{がっこう やす あいだ} 学校が休みの間,
^{いえ ひと はなし} 家の人と、よく話をした・・・ 1 - 2 - 3 - 4
- 2) ^{がっこう やす あいだ} 学校が休みの間,
^{いえ ひと たの} 家の人と、楽しいことをした・・・ 1 - 2 - 3 - 4
- 3) ^{がっこう やす あいだ いえ ひと} 学校が休みの間、家の人といると,
^{きも お} 気持ちが落ちついた・・・・・・・・ 1 - 2 - 3 - 4
- 4) ^{がっこう やす あいだ いえ がっこう} 学校が休みの間、家で学校の
^{べんきょう} プリントなどの勉強をしていた 1 - 2 - 3 - 4
- 5) ^{がっこう やす あいだ} 学校が休みの間,
^{あさ ひる} 朝ごはん・昼ごはん・ばんごはんを
^{まいにち} 毎日きちんとたべていた・・・ 1 - 2 - 3 - 4
- 6) ^{がっこう やす あいだ} 学校が休みの間,
^{はやねはやお} 早寝早起きをしていた・・・・・・・・ 1 - 2 - 3 - 4

しつもん
質問は、これで終わりです。

ほかに^{おも}も思ったことや先生^{せんせい}につたえておきたいことがあれば
した^{らん}下の欄にかいてください。



^{おも}思ったこと・つたえておきたいことなど



質問1 あなたの気持ちや体調について質問します。自分が

あてはまると思う番号を一つ選んで○をつけてください。

	あてはまらない	あまりあてはまらない	すこしあてはまる	あてはまる
1) 腹痛 <small>あくだう</small> がする.....	1	2	3	4
2) 頭痛 <small>あづう</small> がする.....	1	2	3	4
3) 夜 <small>よる</small> によく眠 <small>ねむ</small> れない.....	1	2	3	4
4) 食欲 <small>しょくよく</small> がない.....	1	2	3	4
5) 不安 <small>ふあん</small> な気持ち <small>きもち</small> だ.....	1	2	3	4
6) 気分 <small>きぶん</small> が落ち込 <small>おちこ</small> んでいる.....	1	2	3	4
7) 何か <small>なに</small> がよくないことが起き <small>お</small> きそうな気 <small>き</small> がする.....	1	2	3	4
8) よいことがあっても、うれ <small>うれ</small> しいと思 <small>おも</small> えない.....	1	2	3	4
9) イライラする.....	1	2	3	4
10) 怒 <small>おこ</small> りっぽい.....	1	2	3	4
11) 人 <small>ひと</small> にやさしくするのが難 <small>むづか</small> しい.....	1	2	3	4
12) わざと人 <small>ひと</small> の嫌 <small>いや</small> がる態度 <small>たいど</small> を取 <small>と</small> ってしまう.....	1	2	3	4
13) やる気 <small>き</small> が起 <small>お</small> きない.....	1	2	3	4
14) 体 <small>からだ</small> がだるい.....	1	2	3	4

- | | | あてはまらない | あまりあてはまらない | すこしあてはまる | あてはまる |
|-----|------------------------------|---------|------------|----------|-------|
| 15) | いちにちじゅう
一日中ぼーっとしていたい..... | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16) | ものごとにしゅうちゅう
集中できない..... | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17) | 学校に来るのがしんどいと思う..... | 1 | 2 | 3 | 4 |

質問2 学校が始まってからのあなたの気持ちについて

質問します。自分があてはまると思う番号を一つ選んで○をつけてください。

- | | | あてはまらない | あまりあてはまらない | すこしあてはまる | あてはまる |
|----|--------------------------------------|---------|------------|----------|-------|
| 1) | がっこう くる たの
学校に来るのが楽しい..... | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2) | がっこう とも あ たの
学校の友だちに会うのが楽しい..... | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3) | がっこう せんせい あ たの
学校の先生に会うのが楽しい..... | 1 | 2 | 3 | 4 |

質問3 学校が休みの間の家での過ごし方について質問します。自分があてはまると思う番号を一つ選んで○をつけてください。

- | | あてはまらない | あまりあてはまらない | すこしあてはまる | あてはまる |
|---|---------|------------|----------|-------|
| 1) 学校が休みの間、家の人とよく話をした..... | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2) 学校が休みの間、家の人と楽しいことをした..... | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3) 学校が休みの間、家の人といると気持ちが落ち着いた.. | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4) 学校が休みの間、
家でしっかりと勉強をしていた..... | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5) 学校が休みの間、規則正しく
朝食・昼食・夕食をとっていた..... | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6) 学校が休みの間、早寝早起きをしていた..... | 1 | 2 | 3 | 4 |

質問は、以上です。他にも思ったことや先生に伝えておきたいことがあれば下の欄に書いてください。

発行・編集

京都市教育相談総合センター カウンセリングセンター

〒604-8184 京都市中京区姉小路通東洞院東入曇華院前町 706-3

TEL (075)254-1108