

これは皆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、安心して教えてください。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教えてください。

回答のしかた

・あなたはゲームで遊ぶのが好きですか？

とても好き 好き ふつう 嫌い とても嫌い

① ————— 2 ————— 3 ————— 4 ————— 5

あなたがもしゲームで遊ぶのが「とても好き」なら上のように番号に○をつけてください。

○ はじめにあなたのことをおしえてください。

(1) あなたは何年生ですか。 ①3年生 ②4年生 ③5年生 ④6年生

(2) あなたの性別は。 ①男の子 ②女の子

(3) 平日(学校がある日)の起きる時刻(だいたい時刻でかまいません)

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

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

(4) 平日(学校がある日)の夜の寝る時刻(だいたい時刻でかまいません)

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時よりあと
 9時30分頃 ~10時頃 10時30分頃 ~11時頃 11時30分頃 ~12時頃

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

よくある 時々ある あまりない 全然ない

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

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

(7) ふとんの中に入っても、なかなか眠れない。 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4

(8) 学校がある日とない日で、起きる時刻が2時間より遅くなることもある。 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4

○ 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

(9) 朝ごはんを食べないで学校へ行く。 1 ————— 2 ————— 3 ————— 4

※ 1「よくする」と2「時々する」を答えた人は9-1を教えてください。

(9-1) 朝ごはんを食べない理由はなんですか(一番近いものを1つ選んでください)。

① 食欲がない ② 太りたくない ③ 時間がない ④ 朝食が用意されていない ⑤ その他

うらへつづく

よくする 時々する あまりしない 全然しない

- (10) 夕ごはんをひとりで食べる。 1 — 2 — 3 — 4
- (11) 夕ごはんを家族全員そろってから食べる。 1 — 2 — 3 — 4
- (12) テレビやビデオを見ながらごはんを食べる。 1 — 2 — 3 — 4
- (13) 食事を楽しいと感じる。 1 — 2 — 3 — 4
- (14) 食事の時の挨拶「いただきます」「ごちそうさま」を言う。 1 — 2 — 3 — 4
- (15) ジュースなど甘い飲み物をのむ。 1 — 2 — 3 — 4
- (16) ポテトチップスなどのスナック菓子を食べる。 1 — 2 — 3 — 4
- (17) 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
- (18) 野菜を食べる。 1 — 2 — 3 — 4

○ 平日（学校がある日）の放課後のすごしかた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

- (19) 児童クラブも含めて、運動場や公園など外で遊ぶ。 1 — 2 — 3 — 4
- (20) 児童クラブも含めて、家や部屋の中で遊ぶ。 1 — 2 — 3 — 4
- (21) 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。

(22) 平日の一日に家で勉強する時間（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 15分 30分 45分 1時間 1時間30分 2時間 2時間より多い
1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6 — 7 — 8

(23) 一日にテレビやビデオ（DVD）を何時間くらい見ますか（テレビゲームをする時間をのぞく）。

ほとんど
みない 30分まで 1時間 1時間30分 2時間 2時間30分 3時間 3時間30分 4時間より多い
1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6 — 7 — 8 — 9

(24) 一日に携帯ゲーム（スマートフォンのゲームをふくむ）・テレビゲーム（パソコンのゲームを含む）などを、どのくらいしますか。

ほとんど
しない 30分まで 30分~1時間まで 1時間~ 1時間30分~ 2時間~ 3時間まで 3時間より多い
1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6 — 7

(25) 一日に携帯電話やスマートフォンで通話やメール、インターネットを、どのくらいしますか。

（携帯電話やスマートフォンを使ってゲームをする時間を除く）

もってない 15分 30分 45分 1時間 1時間30分 2時間 2時間30分 3時間より多い メールもインターネットも
1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6 — 7 — 8 — 9 — 10

(26) 携帯電話やスマートフォンを使って、SNS（フェイスブック、ツイッター、ラインなど）を、どのくらい使いますか。

SNSを
しない 15分 30分 45分 1時間 1時間30分 2時間 2時間30分 3時間より多い
1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6 — 7 — 8 — 9

(27) 一日にパソコン（タブレットを含む）をどのくらい使いますか（パソコンを使ってゲームをする時間を除く）。

しない ほとんど 30分 30分~1時間 1時間~ 1時間30分 2時間~ 3時間より多い
しない まで まで 1時間30分まで ~2時間まで 3時間まで
1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6 — 7 — 8

(28) パソコン（タブレットを含む）を使って、SNS（フェイスブック、ツイッター、ラインなど）を、どのくらい使いますか。

SNSを
しない 15分 30分 45分 1時間 1時間30分 2時間 2時間30分 3時間より多い
1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6 — 7 — 8 — 9

(29) 一週間の間に「学習塾」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
1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6 — 7 — 8

(30) 一週間の間に、「習い事」や学校以外のクラブ（例：ピアノ教室、お習字、英会話教室、地域のサッカー教室など）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）。

(31) 学校がすきですか。

①とてもすき ②すき ③あまりすきではない ④すきではない

(32) 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わからないことがおおい

(33) 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あまりない ④全然ない

(34) 毎日が楽しいですか。

①とても楽しい ②楽しい ③あまり楽しくない ④全然楽しくない

(35) 将来の夢がありますか。 ① 夢がある ② 夢はない

よくある 時々ある あまりない 全然ない

(36) 疲れていると感じることがありますか。

1 — 2 — 3 — 4

(37) イライラすることがありますか。

1 — 2 — 3 — 4

(38) 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

(39) ちょっとしたこと、腹がたちますか。

1 — 2 — 3 — 4

よくある 時々ある あまりない 全然ない

(40) あきっぽく、途中でやめたくなくなることがありますか。 1—— 2—— 3—— 4

(41) 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

(42) お腹や頭がいたくなったり、気分が悪くなったりすることがありますか。 1—— 2—— 3—— 4

(43) 今一番ほしい時間はどれですか、1つだけえらんで○をつけてください。

- ①ねる ②勉強をする ③食べる ④遊ぶ ⑤家族と過ごす ⑥運動をする
⑦なにもしないで「ぼんやり」する ⑧テレビ・ビデオをみる ⑨携帯ゲームなどで遊ぶ
⑩その他()

○ 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

(44) 今の自分を気に入っていますか。 1—— 2—— 3—— 4

(45) 自分は得意なところを持った人間だと思えますか。 1—— 2—— 3—— 4

(46) 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

(47) 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

(48) 自分には自慢できるところがたくさんあると思えますか。 1—— 2—— 3—— 4

(49) 自分は役にたつ人間だと思えますか。 1—— 2—— 3—— 4

(50) 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

(51) 自分をもっと大事にできるようにになりたいと思えますか。 1—— 2—— 3—— 4

(52) いつも失敗するのではないかと不安に思えますか。 1—— 2—— 3—— 4

(53) 自分を「今のままでよい」と感じていますか。 1—— 2—— 3—— 4

○ そのほかの質問にこたえてください。

(54) あなたは家族と学校でのできごとなどを話しますか。

- ①よく話す ②ときどき話す ③あまり話さない ④全然話さない

(55) 家族はあなたの話をしんげんに聞いてくれていると感じますか。

- ①よく感じる ②ときどき感じる ③あまり感じない ④全然感じない

(56) 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

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

- ①お母さん ②お父さん ③兄弟姉妹 ④学校の先生 ⑤友だち ⑥その他()

これで終わりです。ご協力ありがとうございました。