

問1 「今の気持ち」について、いくつか質問します。一番近いと思う数字1つに○をつけてください。

ア. 学校生活は楽しいですか？

1. 毎日楽しい 2. 週3～4日楽しい 3. 週1～2日楽しい 4. 毎日楽しくない

イ. 自分のことが好きですか？

1. 好き 2. どちらかといえば好き 3. どちらかといえばきらい 4. きらい

ウ. 今の学級は楽しいですか？

1. 楽しい 2. どちらかといえば楽しい 3. どちらかといえば楽しくない 4. 楽しくない

エ. 部活動に所属している人に質問します。部活動は楽しいですか？

1. 楽しい 2. どちらかといえば楽しい 3. どちらかといえば楽しくない 4. 楽しくない

問2 「最近の体や心のようす」について、あてはまるものすべてに○をつけてください。

ア. 体がだるい

カ. よく眠れない

サ. 気持ちが沈んでいる

イ. 不安な気持ちになる

キ. 寂しい(さみしい)

シ. 誰かに怒りをぶつけたい

ウ. いらいらする

ク. 不機嫌で怒っぽい

ス. 勉強が手につかない

エ. 元気がない

ケ. がんばろうと思えない

オ. 疲れやすい

コ. 頭痛がする

問3 最近、次のようなことがありましたか。あてはまるものすべてに○をつけてください。

ア. 勉強のことで、友だちにかかわれたり馬鹿にされたりした

イ. 顔や容姿など外見のことで、友だちにかかわれたり馬鹿にされたりした

ウ. 授業の内容が、よくわからなかった

エ. 授業中、自信を無くしたり、気持ちが沈んだりすることがあった

オ. 友だちや生活のことで、家の人からうるさく言った

カ. 勉強のことで、家の人からうるさく言われた

キ. 自分の発言や行動について、友だちから悪口を言われた

ク. 家の人への期待は、大きすぎたと思った

問4 「周りの人たちが、あなたの悩みや不満があるとき、どのくらいあなたの力になってくれる」と
思いますか。一番近いと思う数字に、1つずつ○をつけてください。

家族 1. とても力になってくれる 2. 少し力になってくれる 3. あまり力になってくれない 4. 全く力になってくれない

学校の先生 1. とても力になってくれる 2. 少し力になってくれる 3. あまり力になってくれない 4. 全く力になってくれない

友だち 1. とても力になってくれる 2. 少し力になってくれる 3. あまり力になってくれない 4. 全く力になってくれない

問5 最近、学校の友だちから、次のようなことをされたことがありましたか。

あてはまるものすべてに○をつけてください。

ア. 仲間外れにされたり、無視されたり、陰で悪口を言われたりした

イ. からかわれたり、悪口やおどし文句、イヤなことを言われたりした

ウ. 軽くぶつかられたり、遊ぶふりをして、たたかれたり、蹴られたりした

エ. ひどくぶつかられたり、たたかれたり、蹴られたりした

オ. お金や物を取られたり、壊されたりした

カ. パソコンや携帯電話で、イヤなことをされた

※ 上記のようないじめをうけ、いやな思いをしたとき、あなたがとった行動を教えてください。

問6 最近、学校の友だちが、誰かから次のようなことをされている場面を

見たり聞いたりしましたか。あてはまるものすべてに○をつけてください。

ア. 仲間外れにされたり、無視されたり、陰で悪口を言われたりしていた

イ. からかわれたり、悪口やおどし文句、イヤなことを言われたりしていた

ウ. 軽くぶつかられたり、遊ぶふりをして、たたかれたり、蹴られたりしていた

エ. ひどくぶつかられたり、たたかれたり、蹴られたりしていた

オ. お金や物を取られたり、壊されたりしていた

カ. パソコンや携帯電話で、イヤなことをされていた

※ 上記のようないじめをうけている場面に遭遇したとき、あなたがとった行動を教えてください。

問7 最近、学校の友だちの誰かに、次のようなことをやってしまったこと

がありますか。あてはまるものすべてに○をつけてください。

ア. 仲間はすれにしたり、無視したり、かけて悪口を言ったりした

イ. からかわたり、悪口やおどし文句、イヤなことを言ったりした

ウ. 軽くぶつかったり、遊ぶふりをしてたいたり、蹴ったりした

エ. ひどくぶつかったり、たたいたり、蹴ったりした

オ. お金や物を取ったり、壊したりした

カ. パソコンや携帯電話で、イヤなことをした

問8 家庭での様子について質問します。1番近いと思う数字に、○をつけてください。

ア. 朝の食事は、毎日きちんととっていますか？

1. 毎日食べる 2. 週に4～6日食べる 3. 週に1～3日食べる 4. まったく食べない

イ. 寝る時間は、何時ですか？

1. 11時まで 2. 11～12時 3. 12～1時 4. 1時より遅い

ウ. 家にいると落ち着きますか？

1. 落ち着く 2. まあまあ落ち着く 3. あまり落ち着かない 4. まったく落ち着かない

問9 通信機器（スマホ、パソコンなど）について質問します。1番近いと思う数字に○をつけてください。

ア. あなたが家の中で使用することができるもの、すべてに○をつけてください。

1. スマホ・携帯電話 2. パソコン 3. タブレット 4. その他（ ）

イ. 直前の質問で答えた通信機器を1週間でどれくらい使いますか。

1. 毎日 2. 6～4日 3. 3～1日 4. 全く使用しない

ウ. 平日に、1日あたりどれくらいの時間、通信機器を使用していますか。

1. 1時間未満 2. 1～2時間 3. 2～3時間 4. 3時間以上

エ. 休日に、1日あたりどれくらいの時間、通信機器を使用していますか。

1. 1時間未満 2. 1～2時間 3. 2～3時間 4. 3時間以上

※ 何か困っていることや、相談したいことがあれば、記入をしてください。