

問1 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. 朝食は、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. 昼食は、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

ウ. 夕食は、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

エ. 起きる時間は、何時ですか？

1. 7時より前 2. 8～9時 3. 9～10時 4. 10時より遅い

オ. 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

カ. 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

キ. 勉強以外で、SNS、インターネット、動画視聴、ゲーム等をしている時間を平均すると何時間ありますか。

() 時間 ※使っていない場合は0で記入してください。

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. 不機嫌で怒りっぽい | 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 4月の休校が始まってから、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. 友だちにからかわれたり馬鹿にされたり悪口を言われたりした
イ. SNSやインターネットを使って嫌なことをされたりした
ウ. 友だちや生活のことで、家の人からうるさく言った
エ. 勉強のことで、家の人からうるさく言われた
オ. 家の人への期待は、大きすぎると思った

問4 休校中の学習について質問します。

ア. 毎日の学習の時間はどれくらいですか。

1. 1～2時間 2. 2～5時間 3. 5時間以上 4. 1時間以下

イ. どのような方法で学習していますか。

1. 学校の課題やプリント 2. 教科書とワーク 3. 塾のワーク 4. 学習動画等
5. 塾のオンライン授業 6. その他 ()

ウ. 学習計画について、当てはまるものを選んでください。

1. 計画通りにすすめている 2. ほぼ計画通りにすすめている 3. 計画通りにいかない 4. 計画を立てていない

問5 休校中の運動習慣について質問します。

ア. 毎日の運動の時間はどれくらいですか。

1. 15分未満 2. 15分～30分程度 3. 30分～1時間程度 4. 1時間以上

イ. 運動をしている人は、どんなことをしていますか。自由に記入してください。

問6 今現在、あなたが心配なことや悩んでいることがあれば自由に記入してください。