



こころとからだのアンケート

ふりがな

年 組 番 氏名

このアンケートは、先生やスクールカウンセラーが、皆さんのこころとからだの状態じょうたいを知り、サポートをするために書いてもらいます。もし、書きたくないところがあれば、無理むりに書かなくても大丈夫です。

○体の状態じょうたいについて教えてください

・この1週間に、次のことがどれくらいありましたか？(あてはまる番号に○をつけてください)

		ない	少しある	よくある	毎日ある
1	なかなか眠 <small>ねむ</small> れない	1	2	3	4
2	すぐに疲 <small>つか</small> れる	1	2	3	4
3	体がだるい	1	2	3	4
4	お腹 <small>なか</small> が痛 <small>いた</small> い	1	2	3	4
5	頭 <small>いた</small> が痛 <small>いた</small> い	1	2	3	4
6	食欲 <small>しょくよく</small> がない	1	2	3	4

○心の状態じょうたいについて教えてください

・この1週間に、次のことがどれくらいありましたか？(あてはまる番号に○をつけてください)

		ない	少しある	よくある	毎日ある
1	イライラする	1	2	3	4
2	気分 <small>きぶん</small> が落ち込 <small>おこ</small> む	1	2	3	4
3	そわそわして落 <small>お</small> ち着 <small>ち</small> かない	1	2	3	4
4	色々なこと <small>ふあん</small> が不安 <small>ふあん</small> だ	1	2	3	4
5	涙 <small>なみだ</small> もろくなった	1	2	3	4
6	誰 <small>だれ</small> とも話 <small>はな</small> す気 <small>き</small> にならない	1	2	3	4

○みなさんの現在の様子や今後の学校生活などについて教えてください

・今、自分なりに頑がんば張ばっていることがあれば書いてください。

裏面に続きます⇒

・今、^{こま}困っていることや、心配なことがあったら書いてください。

・これからの学校生活で^{がんば}頑張りたいことや、楽しみなことは何ですか？

・今、^{こま}困っていることや^{しんぱい}心配なことがある人は、スクールカウンセラーに^{そうだん}相談することができます。
お話を聞いて、^{せいり}整理したり、^{いっしょ}どうしたらいいか一緒に考えたりします。

スクールカウンセラーに相談したいですか？(番号に○をつけてください)

1. すぐに相談したいことがある
2. すぐにではないけど、相談したいことがある
3. 今は相談しなくていい

⇒「すぐに相談したい」に○をつけてくれた人には、後で相談できる時間をお知らせします。

アンケートは、これで終わりです。答えてくれて、ありがとうございました。

