

高校生のこころとからだの健康アンケート

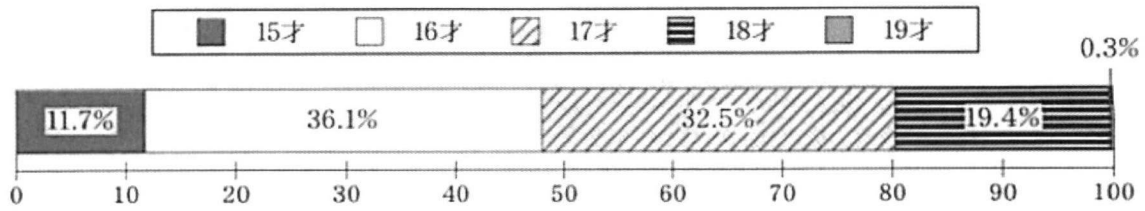
このアンケートは、高校生の心身の健康状態を調査するためのものです。

1. 「名前」を記入する必要はありません。
2. 担任の先生など、あなたを知っている人が、回答を見ることは絶対にありません。安心して、できるだけ正確に質問に答えてください。ただし、どうしても回答したくない場合は、記入しなくてもかまいません。回答しないことであなたに不利益が生じることはありません。
3. 回答中に体調が悪くなった場合などは、手を挙げて知らせてください。
4. アンケートの質問の内容がよくわからない場合には、先生に手を挙げて質問してください。
5. **30分程度**で回答を完了してください。
6. 回答している時間内は、友達の回答をのぞいたり、さわいだりはしないでください。
7. 記入が終わりましたら、くばられた封筒に自分で回答用紙を入れて封をとじてから先生に提出してください。

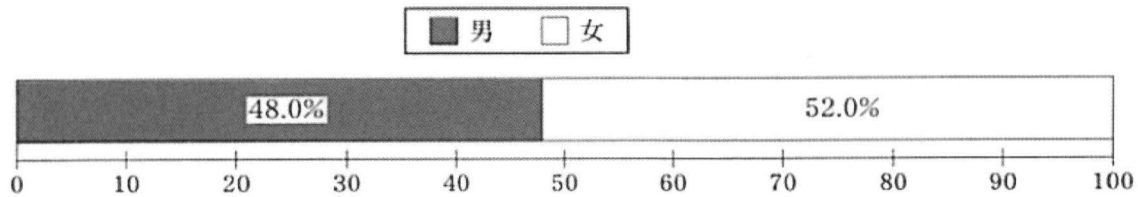
注意点

アンケートの質問文の中には、「この1週間に、……」や「この1ヵ月間に、…」などある期間内の出来事や体調についてたずねているものがあります。質問文中で聞かれている期間をまちがえないように気をつけて回答してください。

問1 現在、あなたは何才ですか？



問2 あなたの性別は？



問3 あなたは何月生まれですか？

月

(省 略)

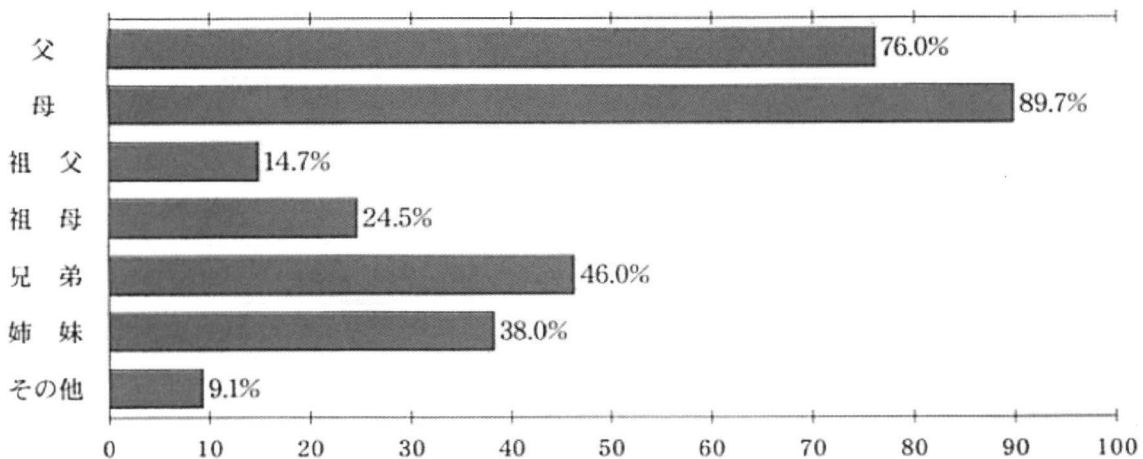
問4 あなたには兄弟や姉妹がいますか？いない場合は1. に○印をつけてください。いる場合はあなたに最も年の近い兄弟、または姉妹が何才か記入してください。

1. いない 最も年の近い兄弟・姉妹の年齢 才

(省 略)

問5 現在、あなたは誰と一緒に暮らしていますか？

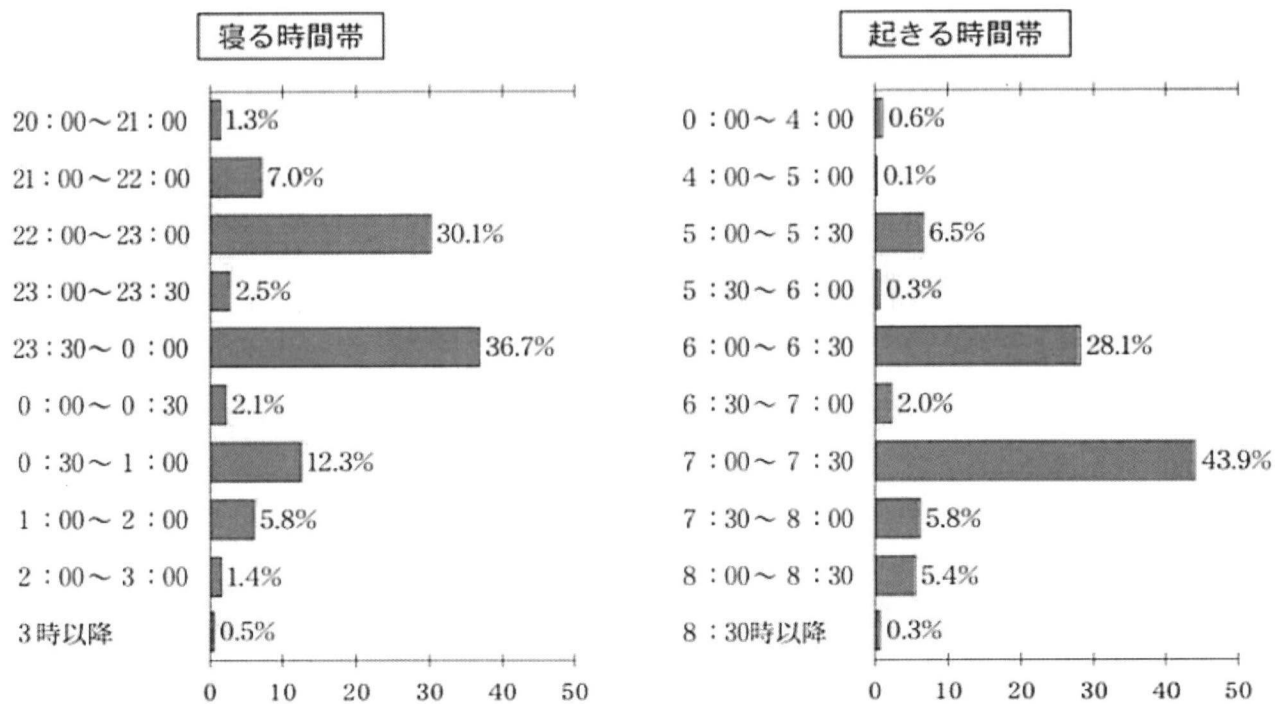
あてはまるものにすべて○印をつけてください。



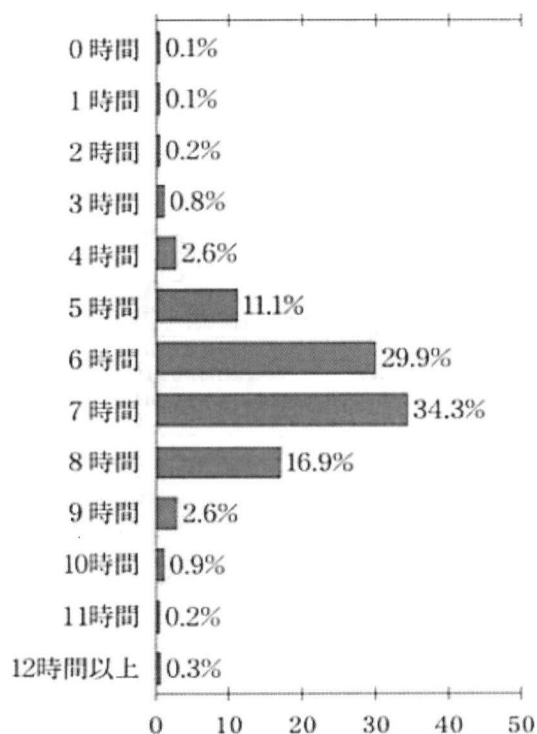
問6 現在のあなたの身長と体重を教えてください。

(省 略)

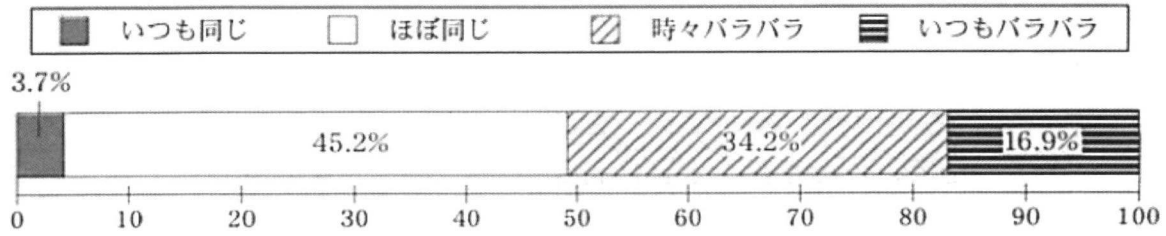
問7 いつもだいたい、夜は何時に寝て、朝は何時に起きますか？



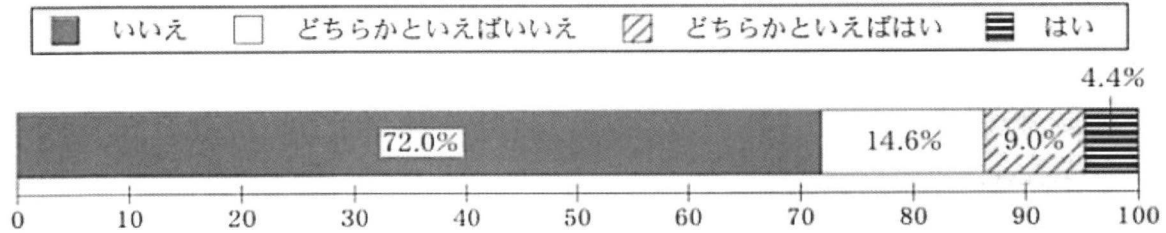
問8 毎日、何時間ぐらい寝ますか？



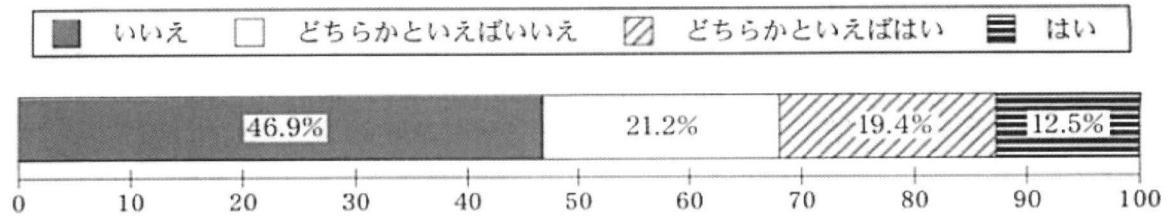
問9 夜、ふとんやベッドに入る時間帯は同じですか、バラバラですか？



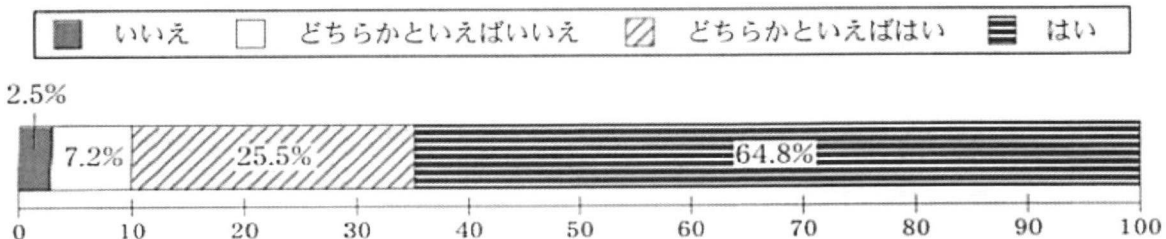
問10 この1ヵ月間、まわりの音が気になって、眠れないことがありましたか？



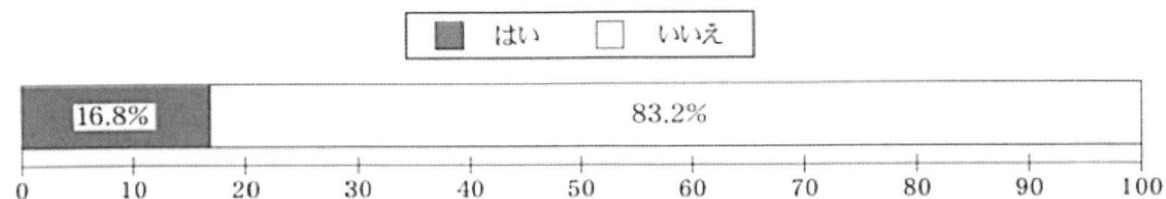
問11 この1ヵ月間、まわりでしゃべっている人の声や雑音が気になって、読書や勉強に集中できないことがありましたか？



問12 この1週間、食欲はありますか？



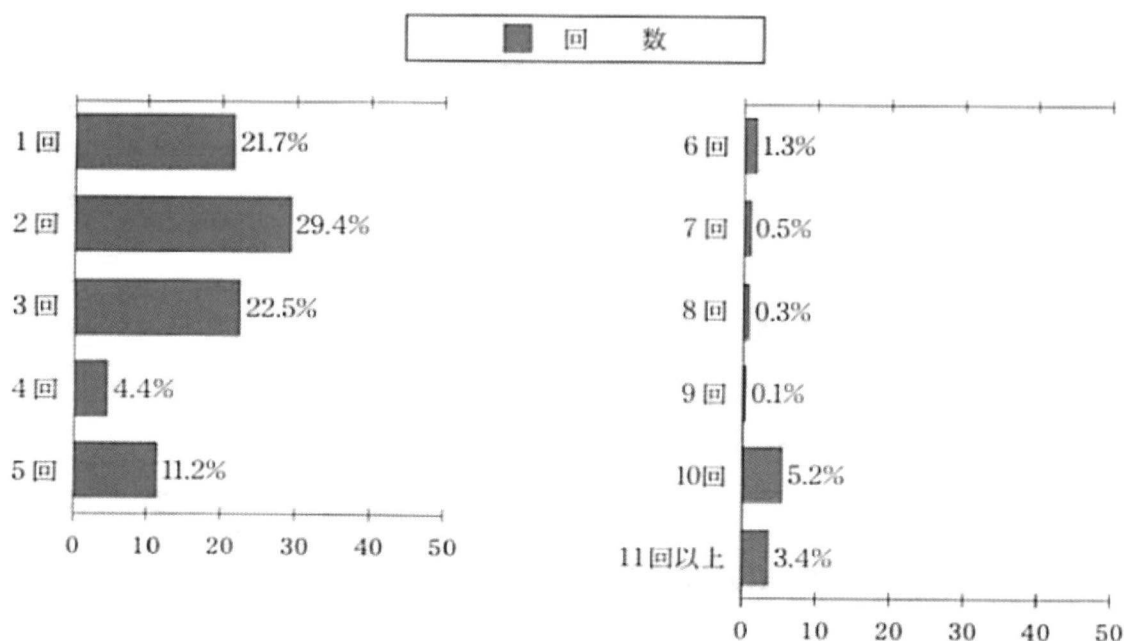
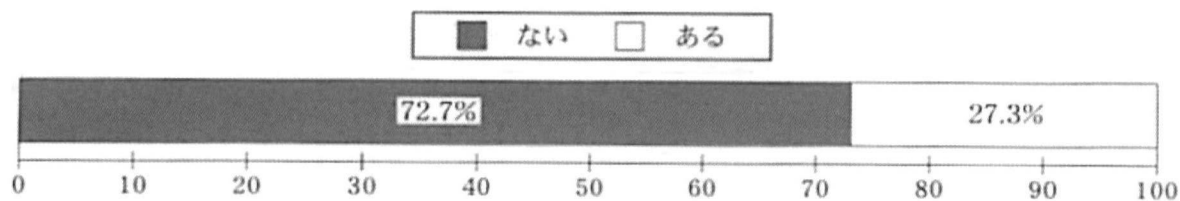
問13 肉などは好きでよく食べるが、野菜は嫌いであまり食べませんか？



問14 これまでに、ダイエットしたことがありますか？

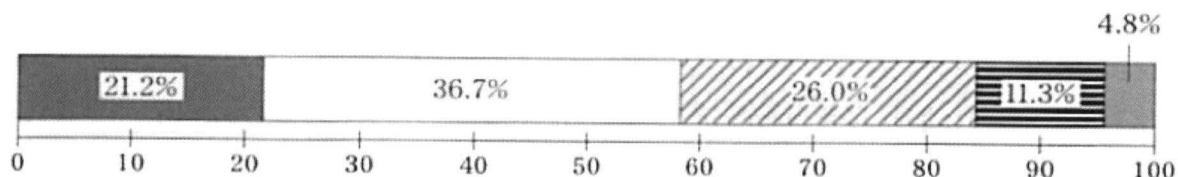
ない場合は1. に○印をつけてください。

ある場合はこれまでに何回ぐらいダイエットしたことがあるか回数を記入してください。



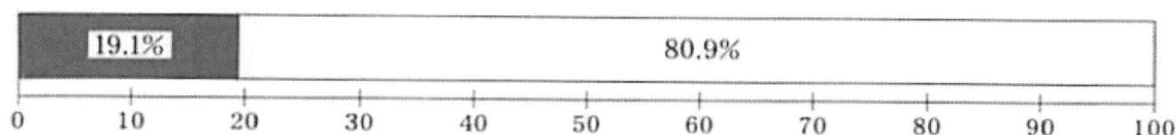
問15 現在の体重についてどう感じていますか？

■ 太りすぎている □ 少し太っている ▨ ちょうどよい ▩ 少しやせている ■ やせすぎている

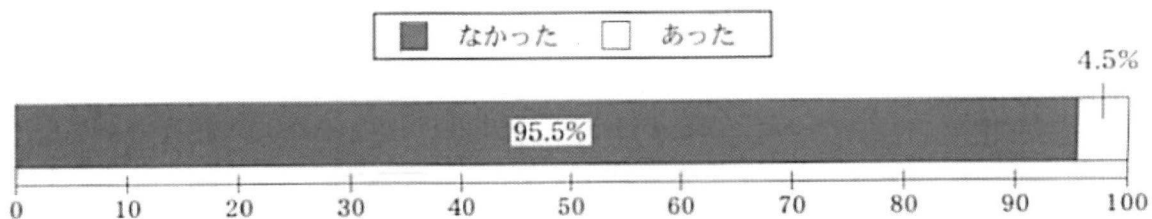


問16 理想とする身長や体重がありますか？ない場合は1. に○印をつけてください。ある場合は理想の身長・体重を記入してください。

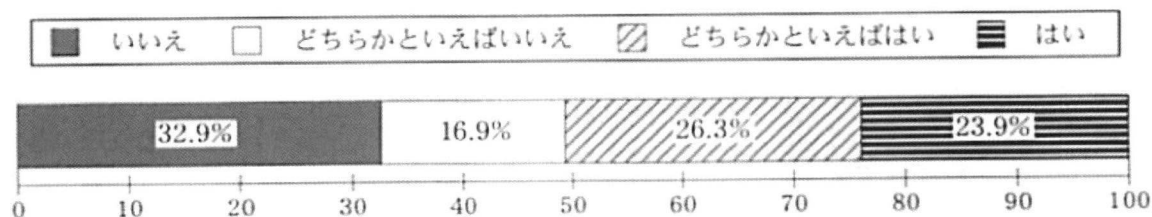
■ ない □ ある (数値は省略)



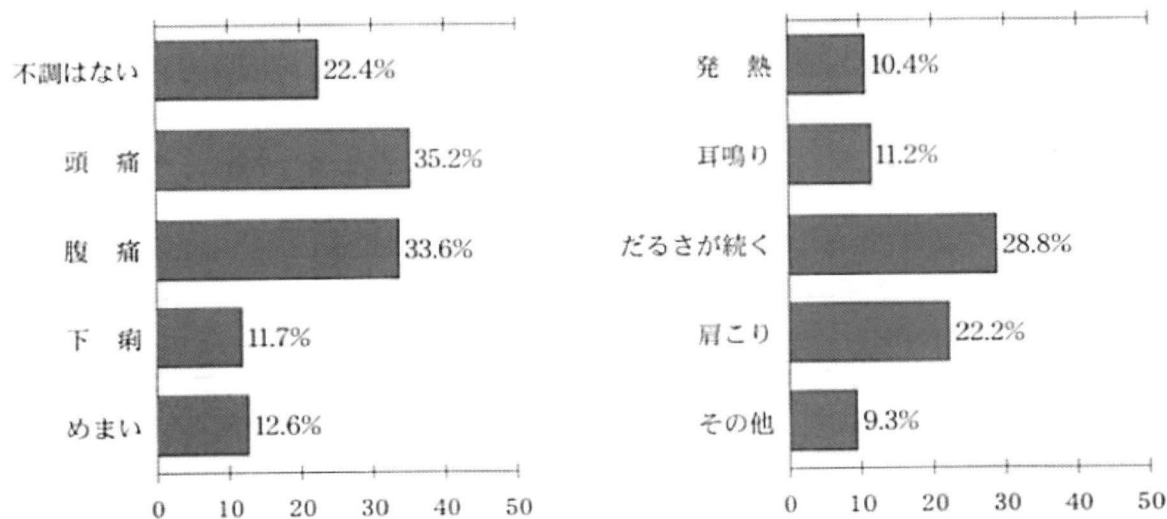
問17 これまでに、太るのが嫌で食べたものを吐き出したり、もどしたりしたことがありますか？



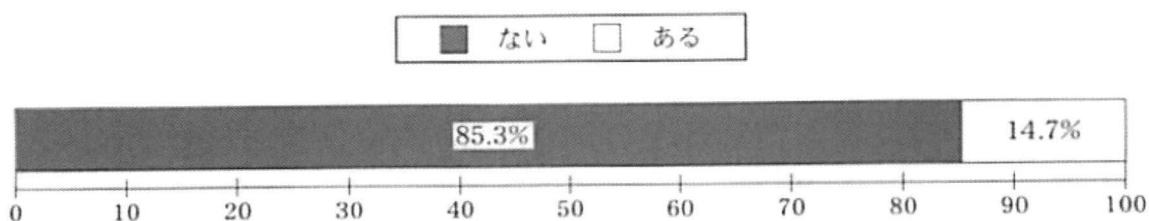
問18 この1ヵ月間、体調がすぐれないことはありましたか？



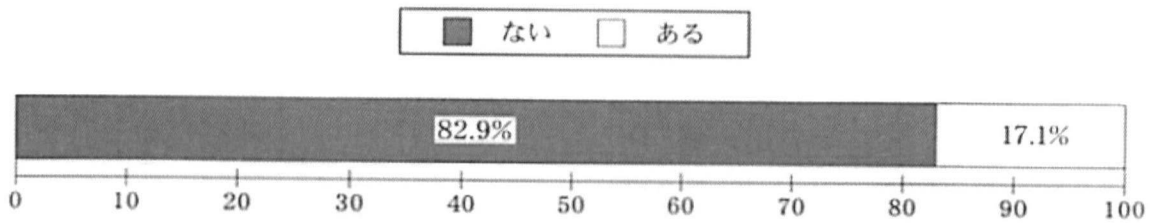
問19 この1ヵ月間、どのような体の不調がありましたか？
あてはまるものすべてに○印をつけてください。



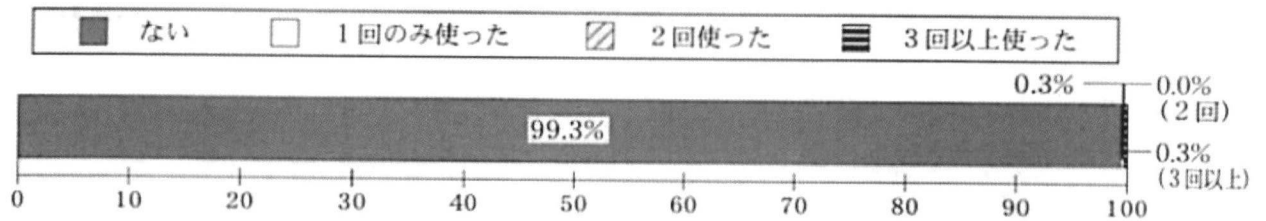
問20 現在、病院などで治療を受けている病気やケガなどがありますか？



問21 現在、病気やケガなどのために使っているお薬はありますか？



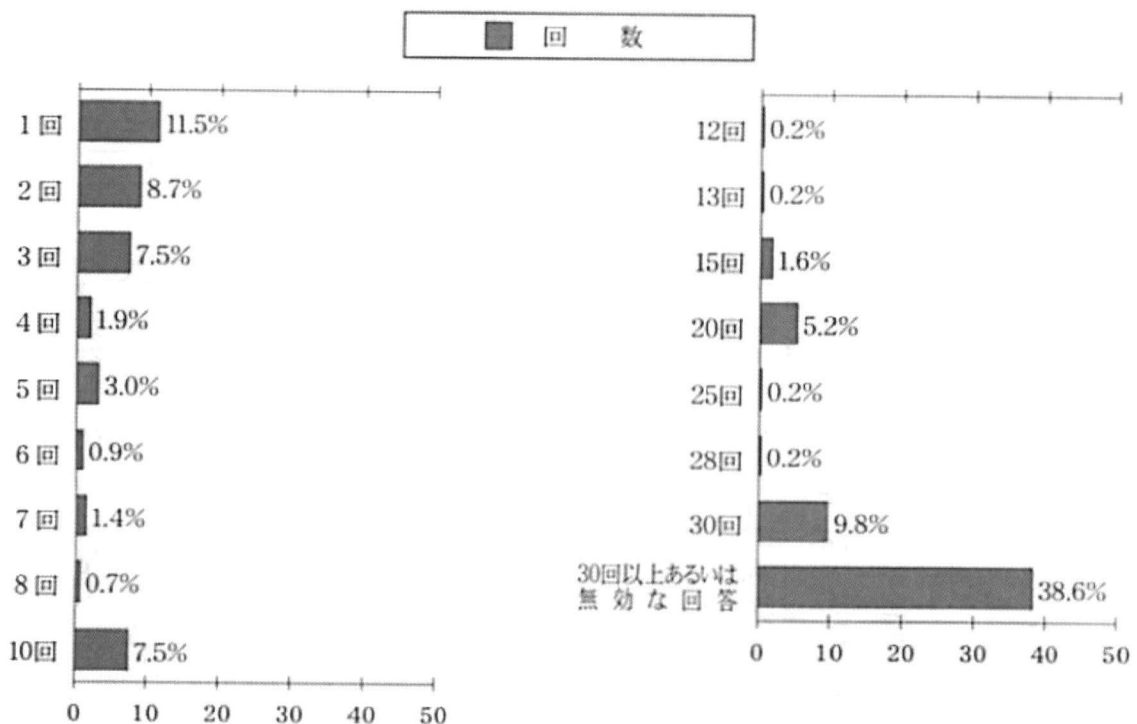
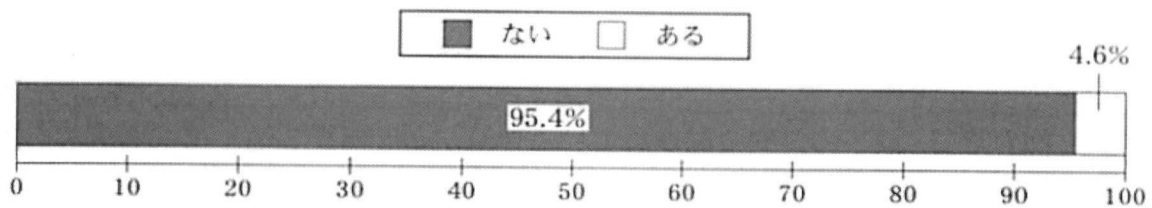
問22 これまでに、ドラッグ（麻薬など）を使ったことがありますか？



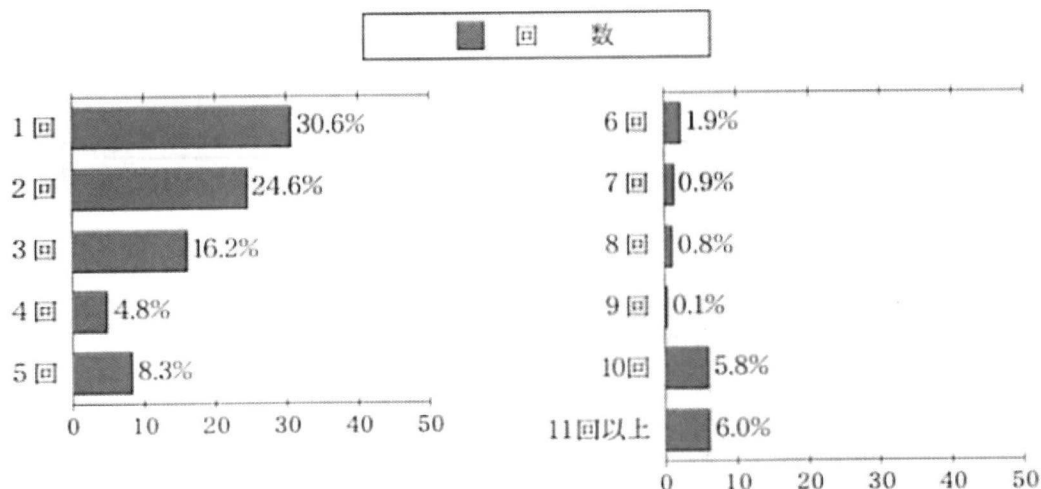
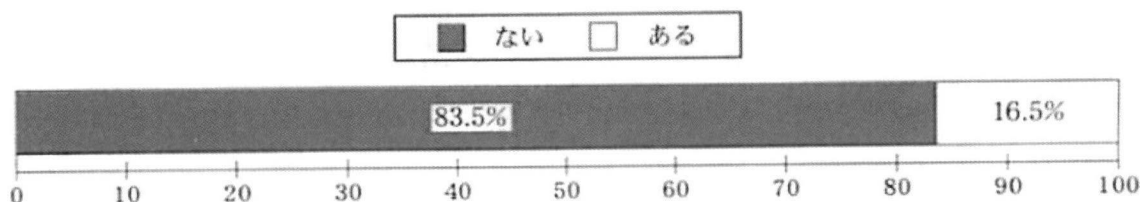
問23 この1ヵ月間に、タバコを吸ったことはありましたか？

ない場合は1. に○印をつけてください。

ある場合はこの1ヵ月間に何回ぐらい吸ったか回数を記入してください。

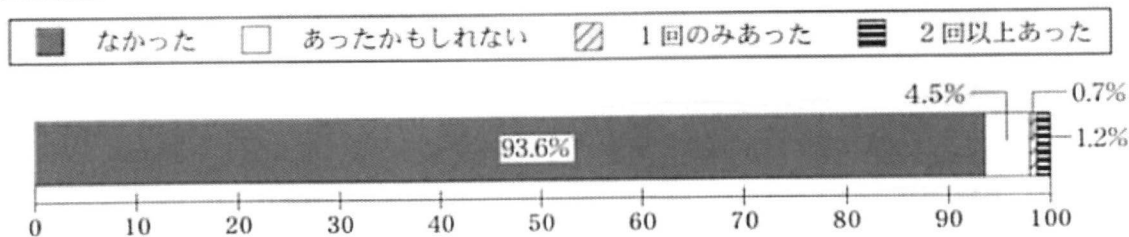


問24 この1ヵ月間に、ビールやお酒などアルコールの入った飲み物を飲んだことはありましたか？ない場合は1.に○印をつけてください。
ある場合はこの1ヵ月間に何回ぐらい飲んだか回数を記入してください。

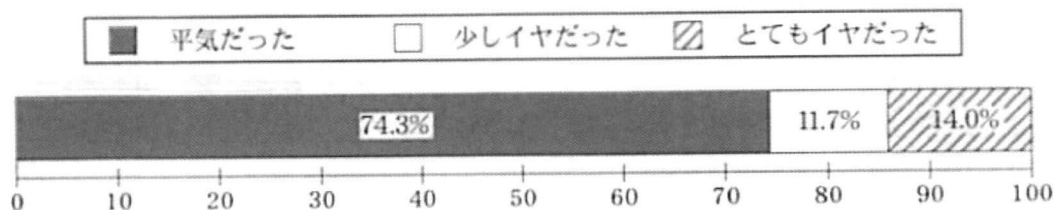


問25 これまでに、以下の質問で聞かれている体験があったかどうかをお答えください。「1回のみあった」「2回以上あった」と答えた方は、その体験をしたときにどのように感じたか、それぞれお答えください。

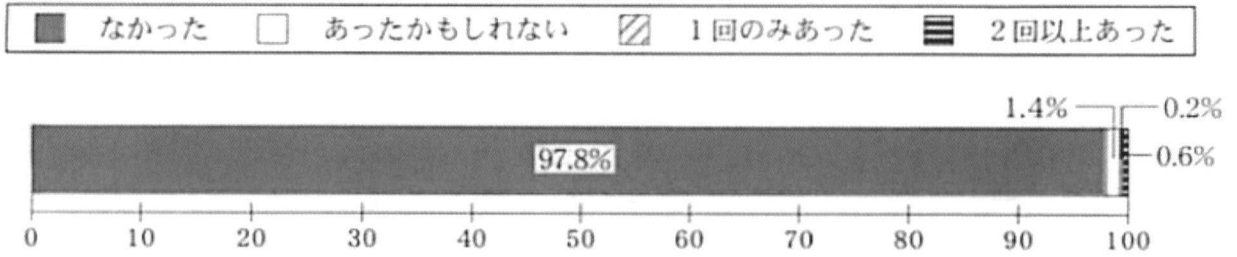
問25-1-1 超能力などによって、自分の心の中を誰かに読み取られたこと



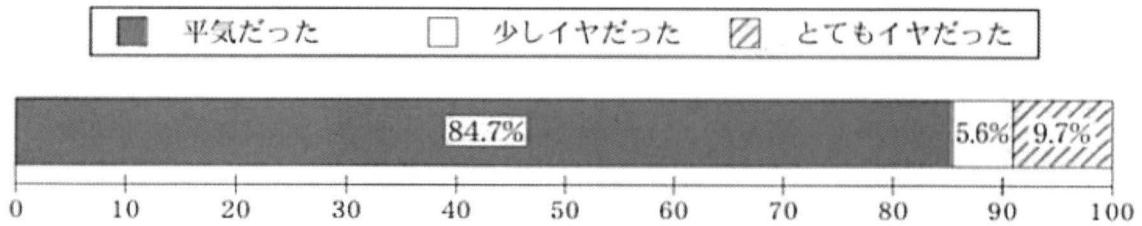
問25-1-2 超能力などによって、自分の心の中を誰かに読み取られたことに対する印象



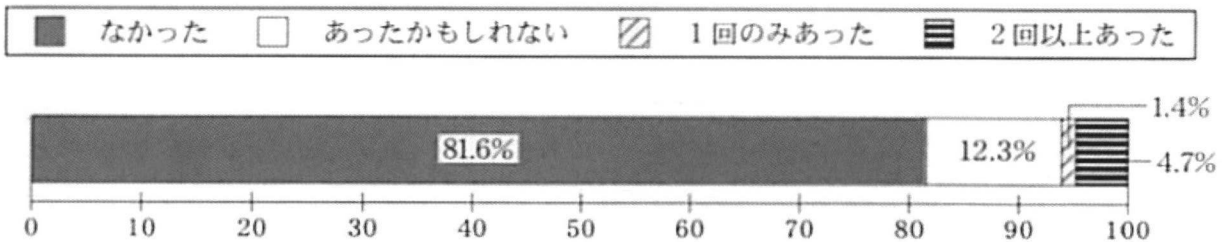
問25-2-1 テレビやラジオからメッセージや暗号が送られてきたこと



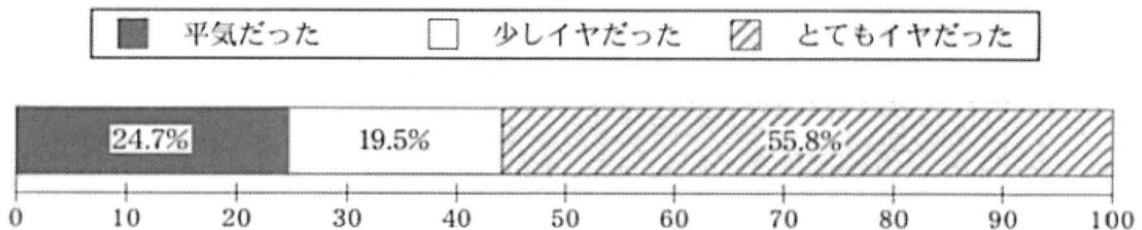
問25-2-2 テレビやラジオからメッセージや暗号が送られてきたことに対する印象



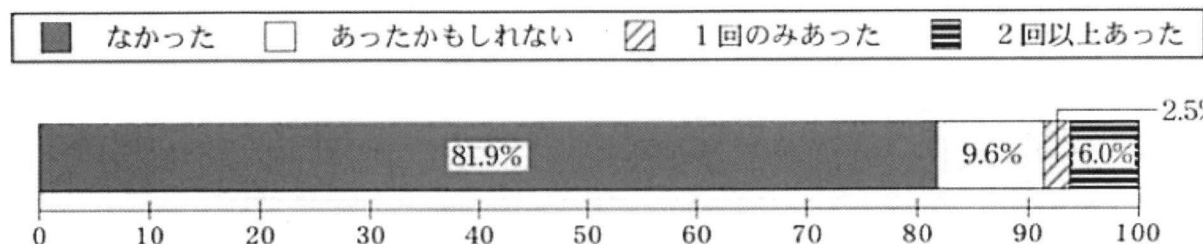
問25-3-1 誰かに後をつけられたり、こっそり話を聞かれていること



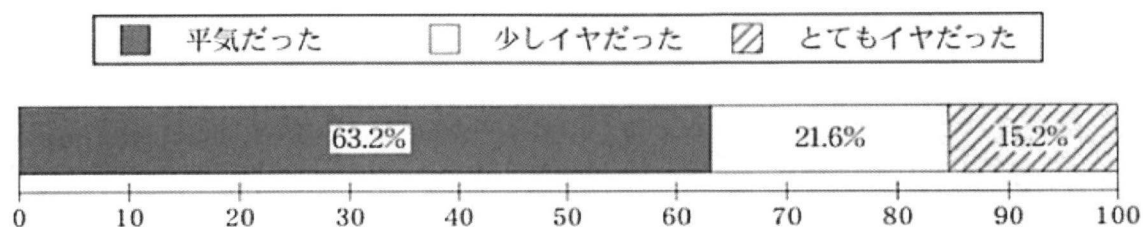
問25-3-2 誰かに後をつけられたり、こっそり話を聞かれていることに対する印象



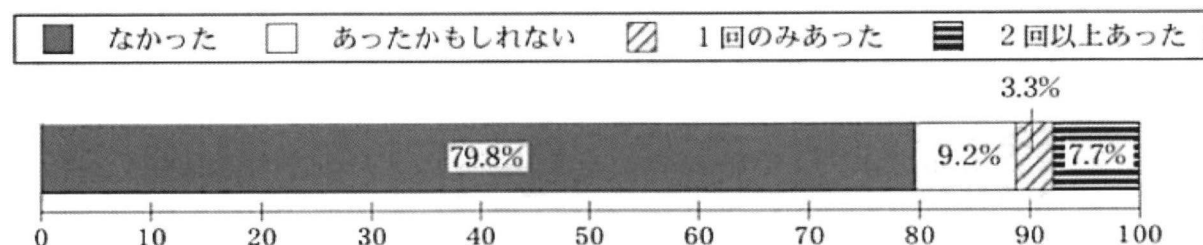
問25-4-1 他の人には聞こえない「声」を聞いたこと



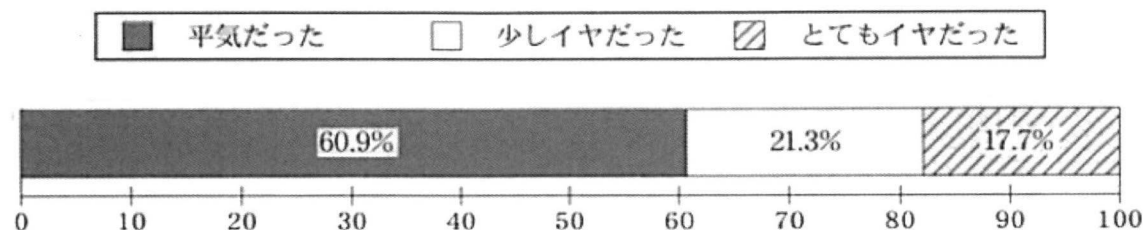
問25-4-2 他の人には聞こえない「声」を聞いたことに対する印象



問25-5-1 他の人には見えていない物や人が見えたこと

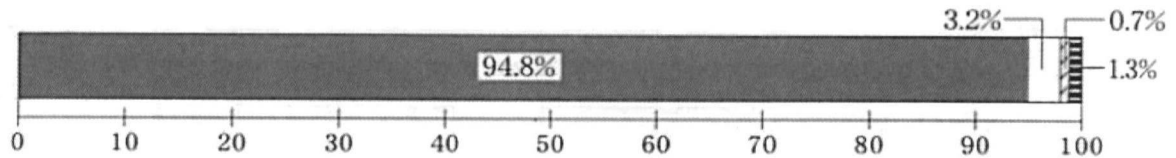


問25-5-2 他の人には見えていない物や人が見えたことに対する印象



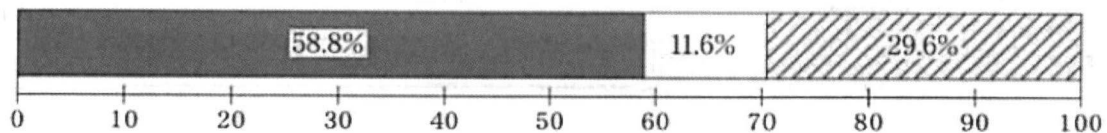
問25-6-1 原因不明の何らかの異変が体に生じていること

■ なかった □ あったかもしれない ▨ 1回のみあった ▩ 2回以上あった



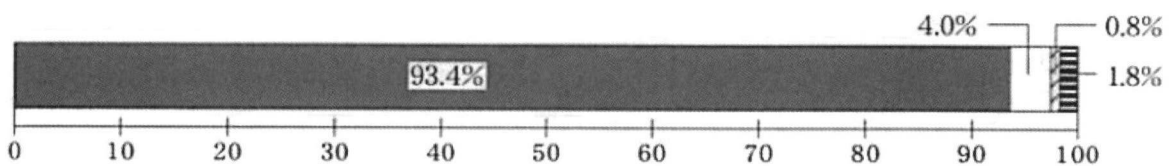
問25-6-2 原因不明の何らかの異変が体に生じていることに対する印象

■ 平気だった □ 少しイヤだった ▨ とてもイヤだった



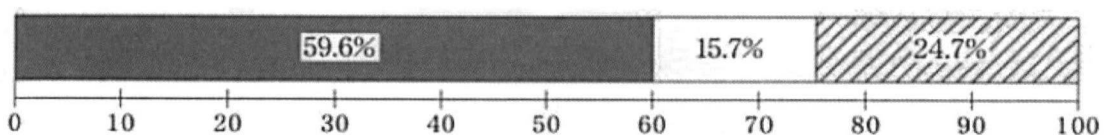
問25-7-1 何らかの特別な力によって、コントロールされていること

■ なかった □ あったかもしれない ▨ 1回のみあった ▩ 2回以上あった



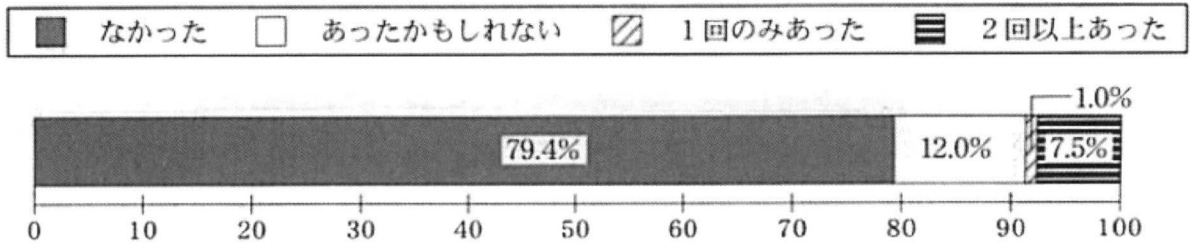
問25-7-2 何らかの特別な力によって、コントロールされていることに対する印象

■ 平気だった □ 少しイヤだった ▨ とてもイヤだった



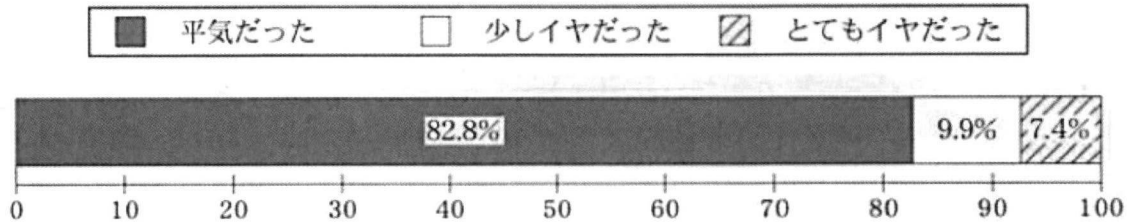
問25-8-1

しゃべっていないのに、相手の考えていることが、はっきりとわかったこと



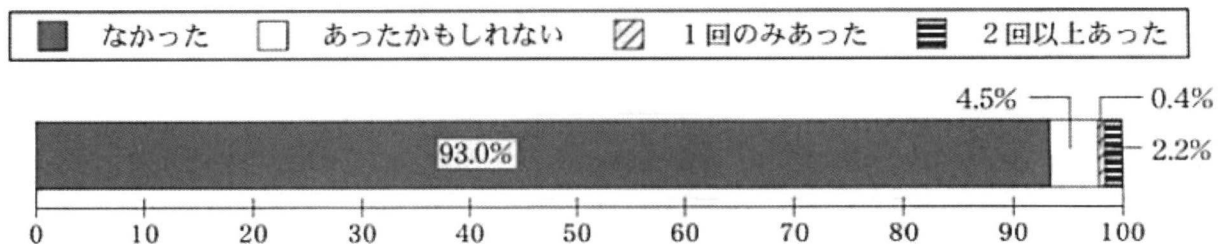
問25-8-2

しゃべっていないのに、相手の考えていることが、はっきりとわかったことに対する印象



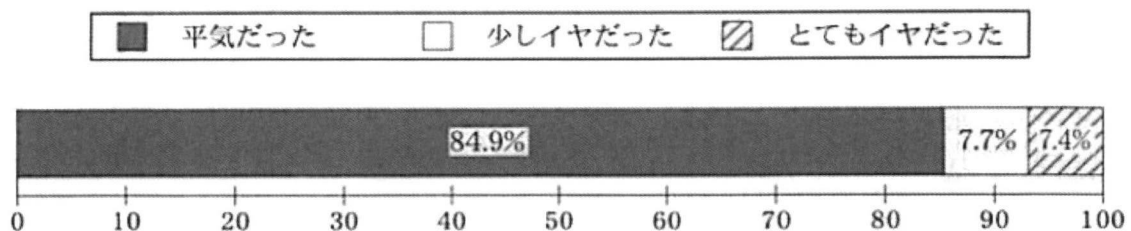
問25-9-1

他の人々が持っていない特殊な能力があること

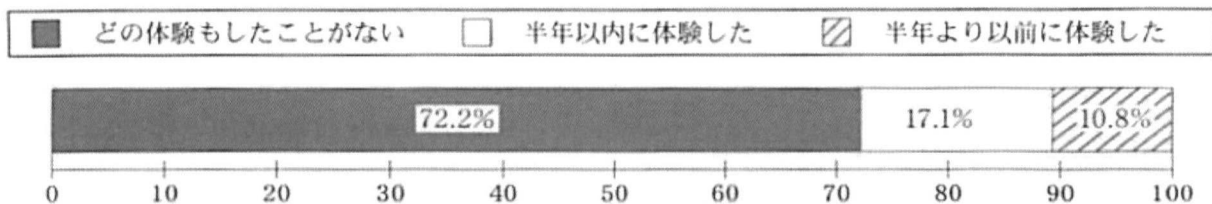


問25-9-2

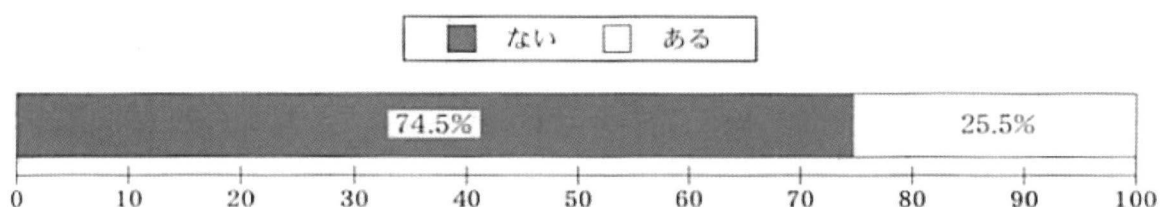
他の人々が持っていない特殊な能力があることに対する印象



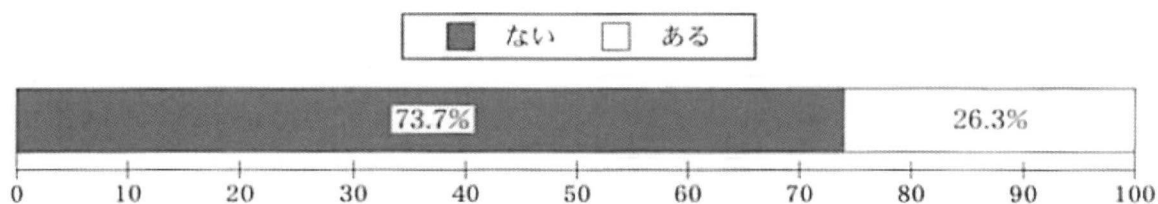
問26 問25の質問で聞かれているそれぞれの体験について、少なくとも1つ以上の体験を、この半年以内にすることがありますか？



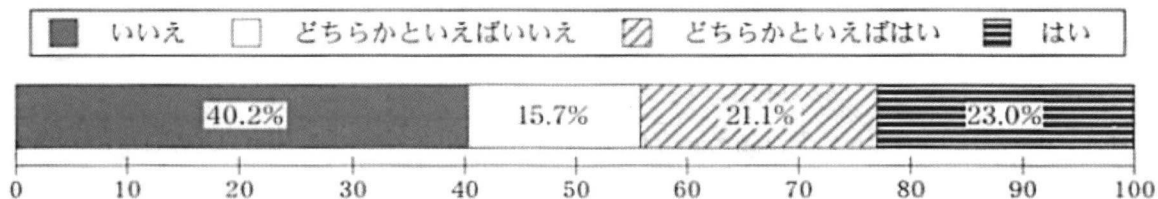
問27 人ごみの中にいるときや列にならんでいるとき、バスや、電車、車で移動しているときなどに、急にとても心配になったり、こわく感じたり、落ち着かなくなったりすることはありますか？



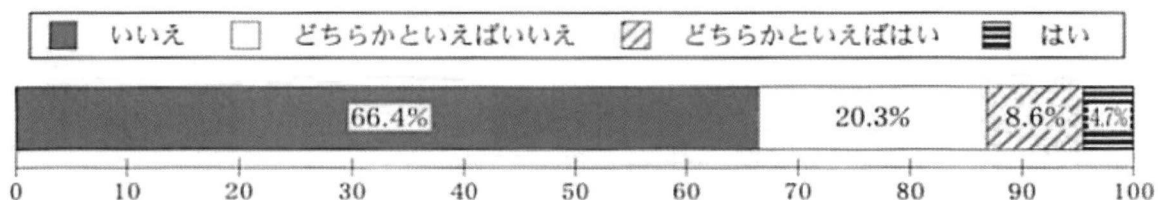
問28 急にとても心配になったり、こわく感じたり、落ち着かなくなったりするとき、胸が痛く感じたり、息苦しくなったり、急に汗をかいたりして、とてもつらくなったりすることがありましたか？



問29 これまでに、「生きていても仕方がない」と考えたことはありましたか？

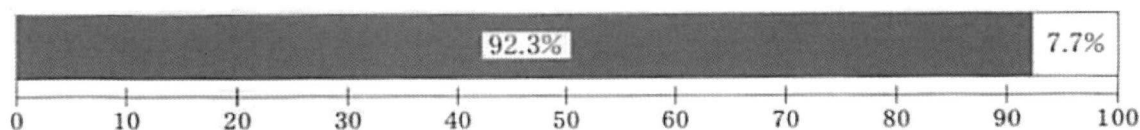


問30 現在、「生きていても仕方がない」と考えていますか？



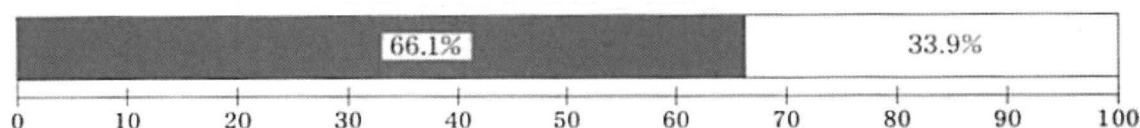
問31 この1年以内に、自分で自分を故意に傷つけてしまったことはありましたか？
 ない場合は1. に○印をつけてください。
 ある場合はこの1年以内に傷つけてしまった体の部分とその方法を記入してください。

■ なかった □ あった (部位と方法は省略)



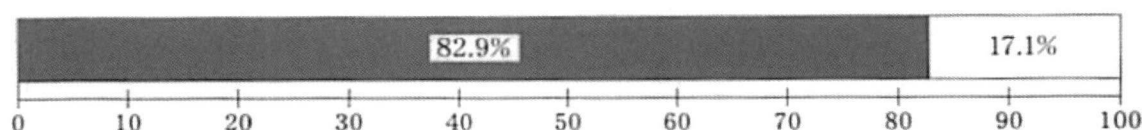
問32 この1年以内に、イライラして物をこわしてしまったことはありましたか？

■ なかった □ あった



問33 この1年以内に、家族や友人、他人などに暴力をふるってしまったことはありましたか？

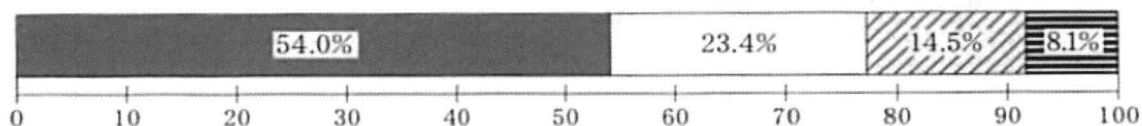
■ なかった □ あった



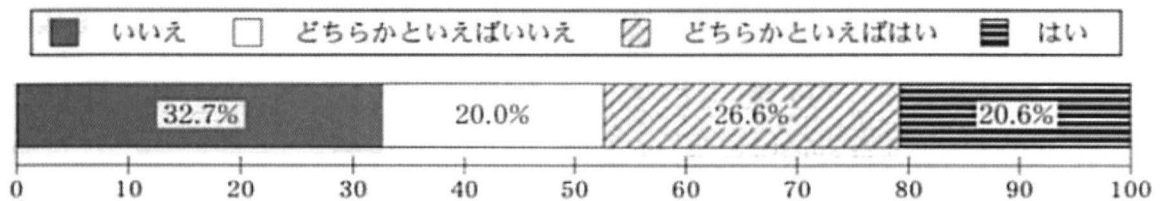
問34 以下の質問それぞれに最もあてはまると思われる番号に○印をつけてください。

怒ったり、悲しんだり、喜んだり、楽しんだり、気持ちに変化が生じることが、まわりの友達よりも自分は少ないと感じますか？

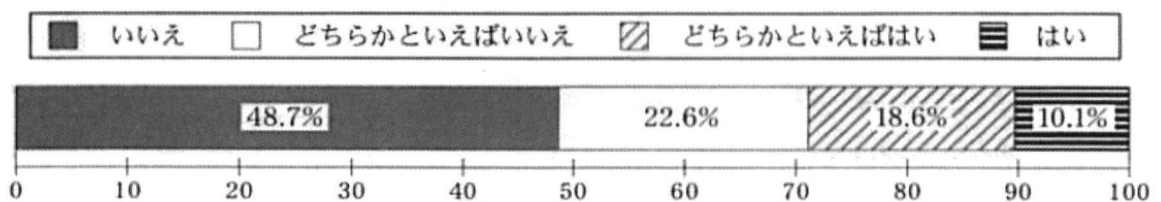
■ いいえ □ どちらかといえばいいえ ▨ どちらかといえばはい ≡ はい



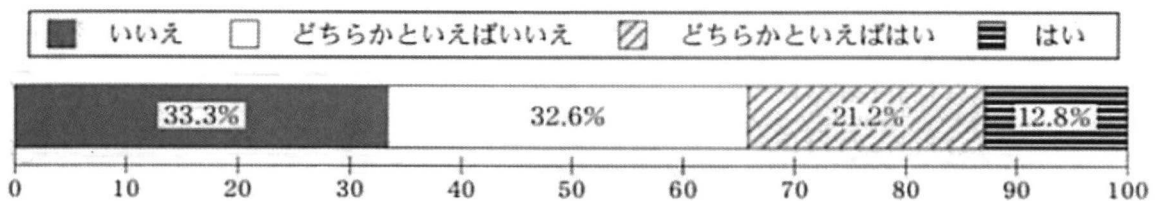
この数ヵ月間で、集中力が低下してきていると感じますか？



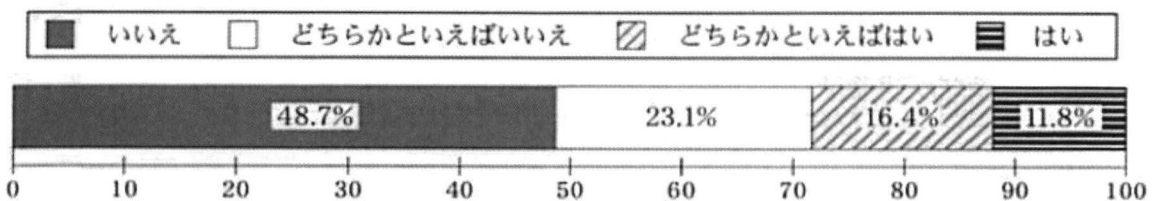
この数ヵ月間に、人と会話をしている時に、考えがまとまらず、話し始めるまでに時間がかかってしまうことはありましたか？



誰かというよりも一人でいる方が好きですか？



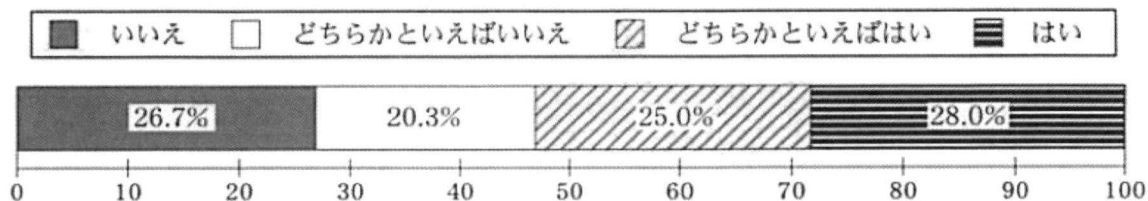
最近、学校に行くことがつらくなっていますか？



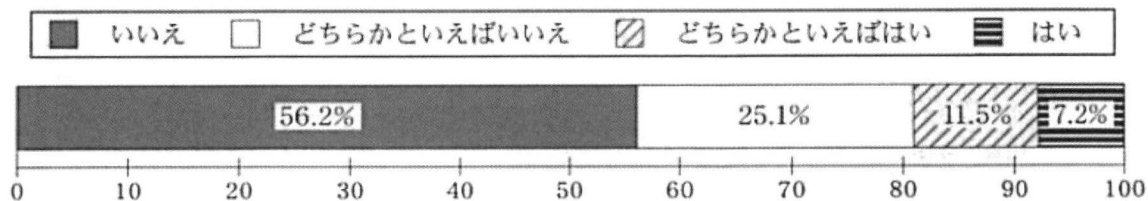
最近、勉強が手につかず困っていますか？



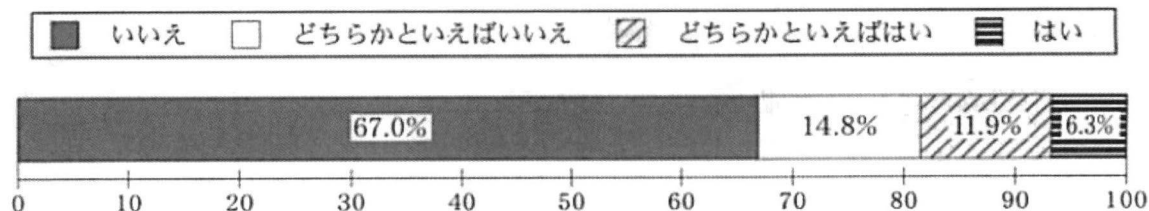
最近、成績が落ちて困っていますか？



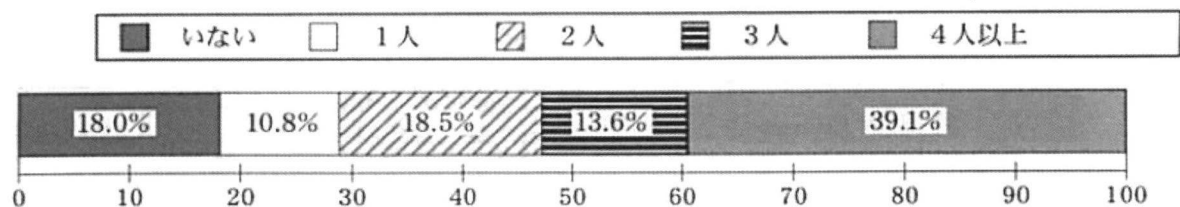
最近、友達や家族との関係がうまくいかず困っていますか？



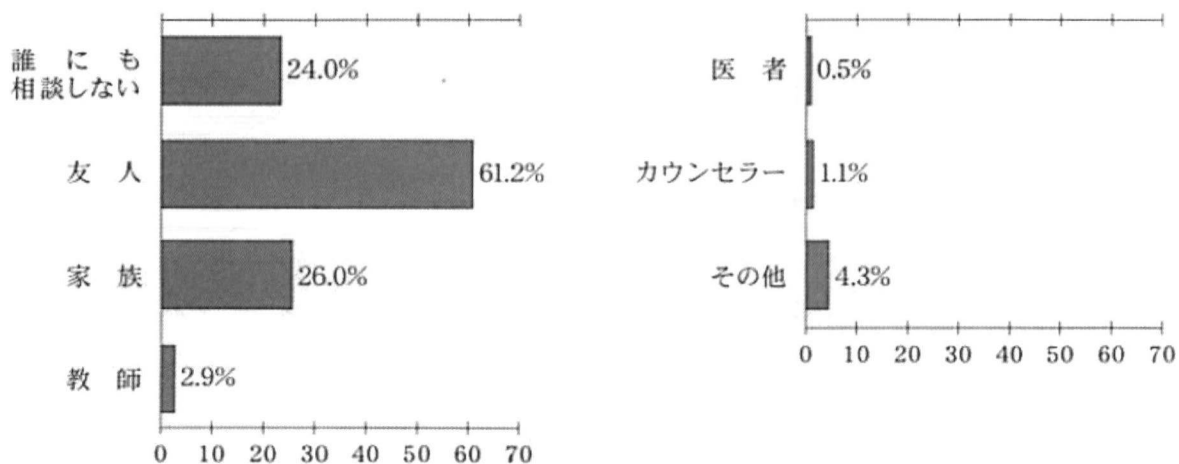
問35 この1ヵ月間、人前で話をする時、緊張して手がふるえたり、声がふるえたり、声が出なくなったりしたことがありますか？



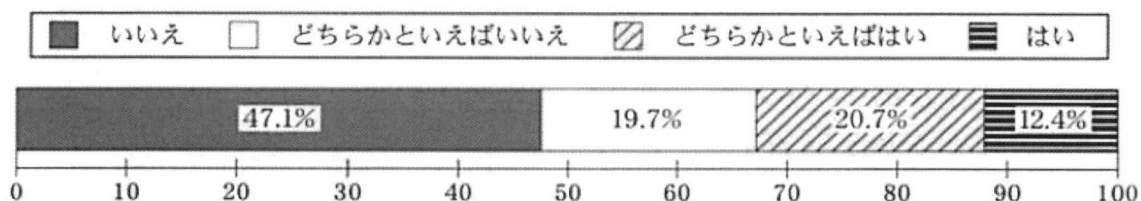
問36 なやみごとや心配ごとを相談できる人は何人いますか？



問37 気持ちが落ち込んだり、精神的につらくなったりした際に、最初に誰に相談しますか？あてはまるものすべて○印をつけてください。

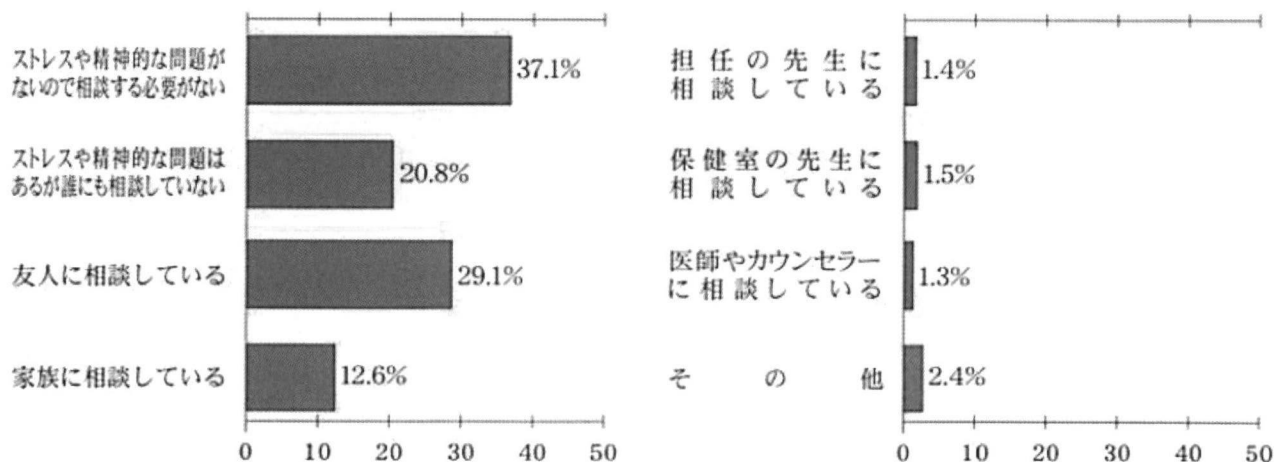


問38 現在、ストレスや精神的な問題で困っていますか？

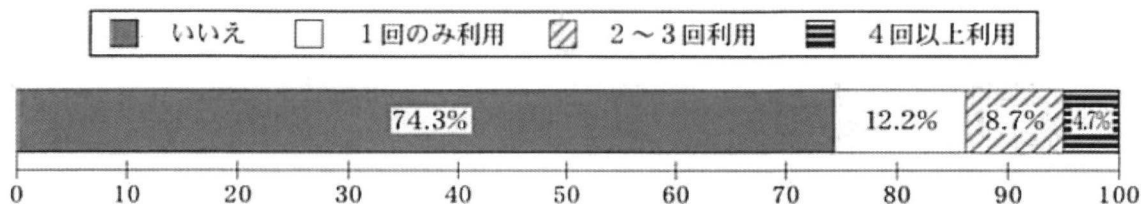


問39 現在、ストレスや精神的な問題で誰かに相談していますか？

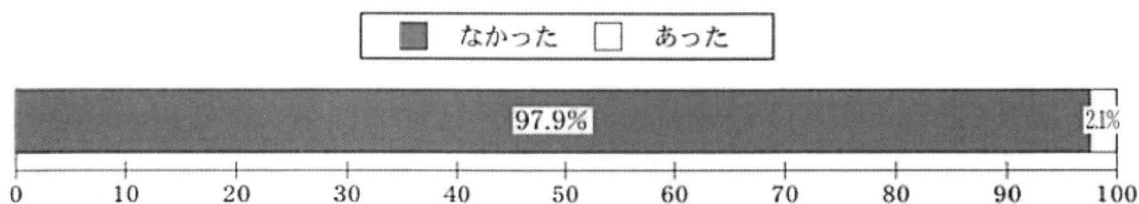
以下であてはまるものすべてに○印をつけてください。



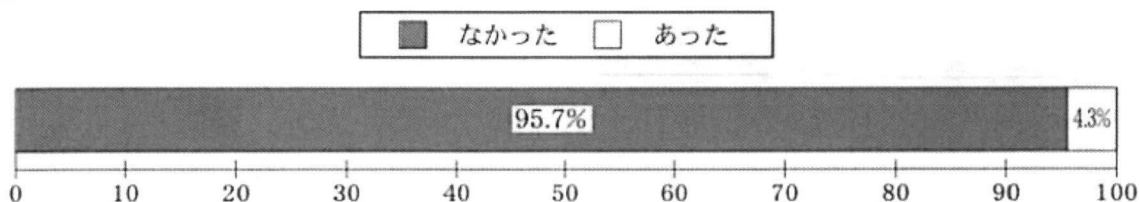
問40 この1ヵ月間に、学校の保健室を利用しましたか？



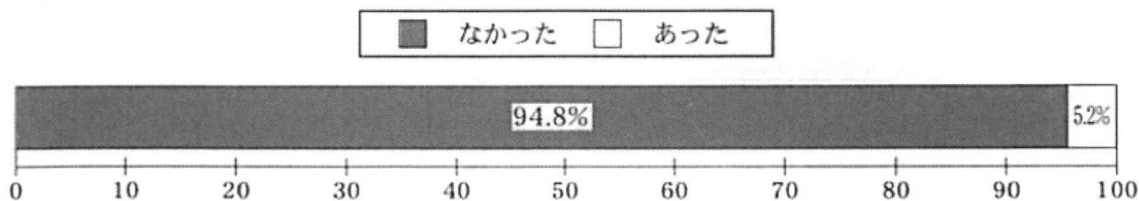
問41 この1ヵ月間に、いっしょに住んでいる大人から暴力を受けたことはありましたか？



問42 この1年以内に、いじめられたことはありましたか？

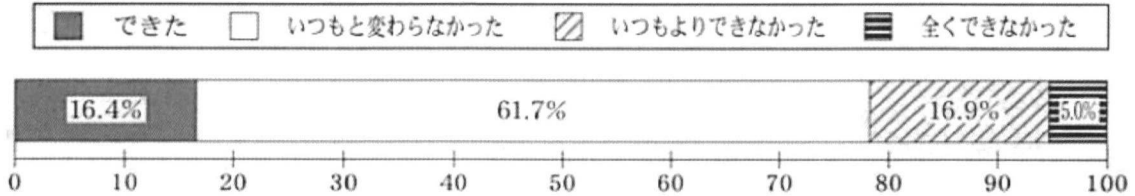


問43 この1年以内に、誰かをいじめたことはありましたか？

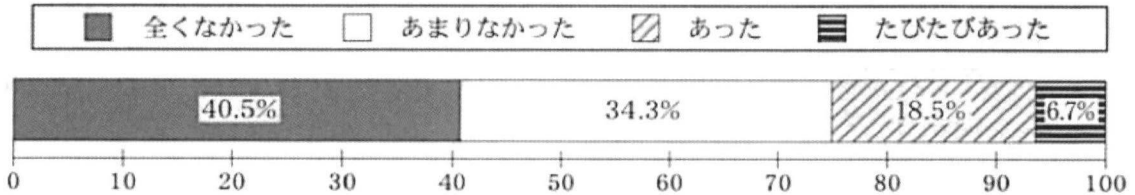


この1ヵ月間の心身の状態について、それぞれ最もあてはまると思われる番号に○印をつけてください。

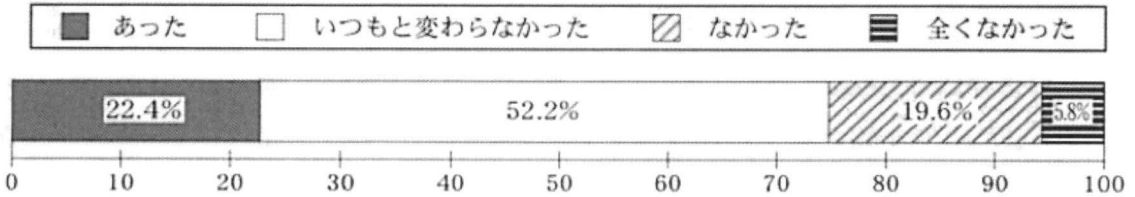
問44 何かをする時いつもより集中して



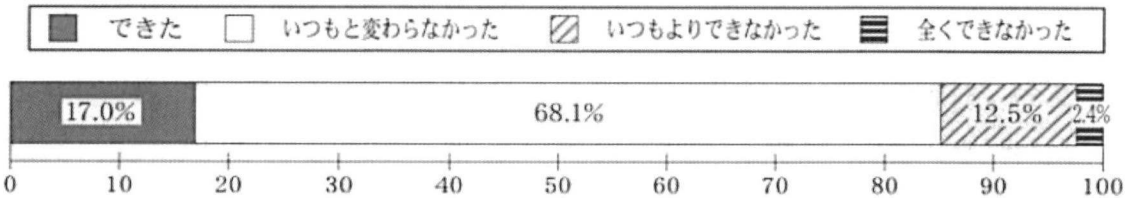
問45 心配事があって、よく眠れないことが



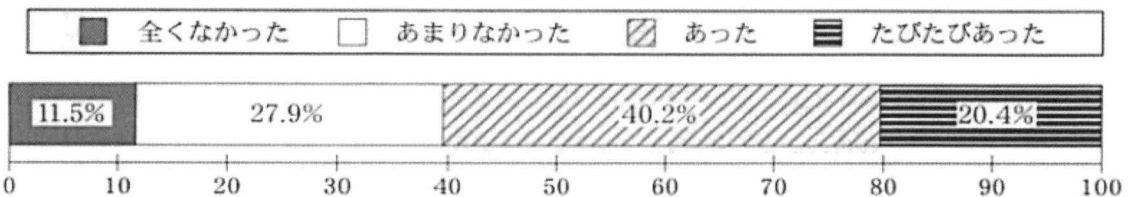
問46 いつもより自分のしていることにやりがいを感じる事が



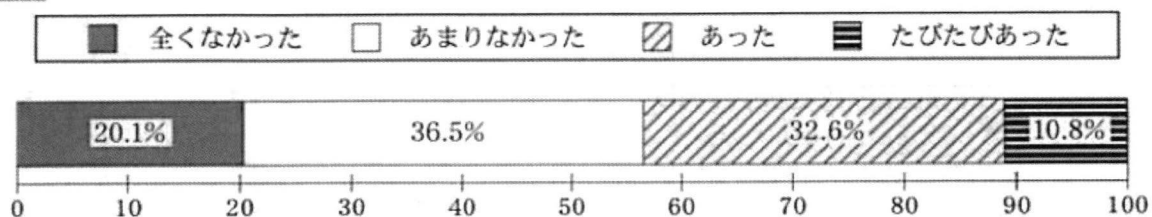
問47 いつもより簡単に物事を決めることが



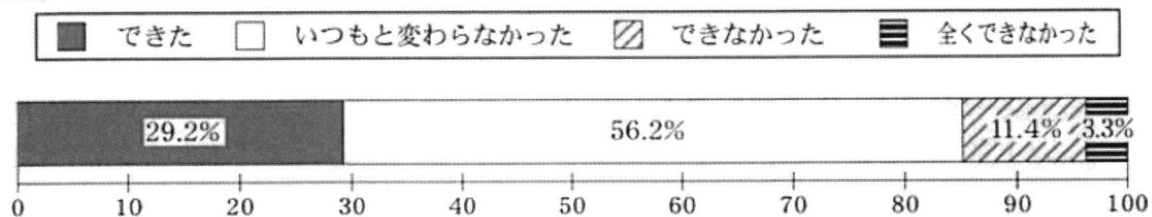
問48 ストレスを感じたことが



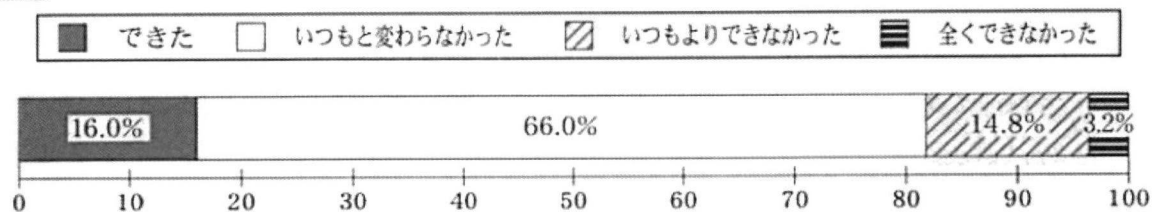
問49 解決できない心配事があって困ったことが



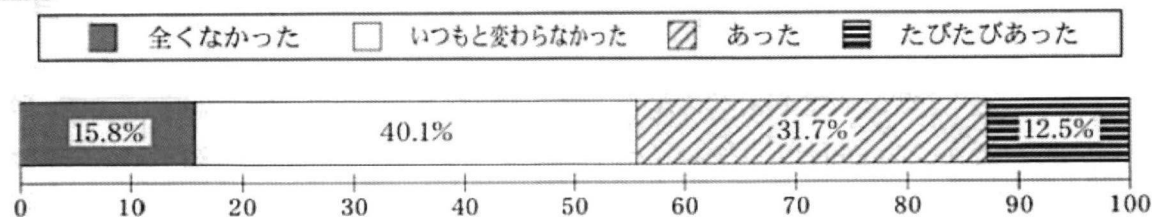
問50 いつもより日常生活を楽しく送ることが



問51 いつもより問題があった時に積極的に解決しようとするのが



問52 いつもより気が重く落ちこむことが



問53 自信を失ったことは

