

甲州市

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査

報告書

令和4年度

令和5（2023）年2月

甲州市 健康増進課

山梨大学大学院 総合研究部 社会医学講座

はじめに

令和4年(2022年)度も新型コロナウイルス感染症(COVID-19)パンデミックでの日常となりました。一方で、オミクロン株になって感染力は強いものの、重症化に至るケースは少なく、ワクチンの普及と相まって、欧米では公共交通機関でのマスク着用のみとなる等、ほぼ日常生活に戻っています。一方で、ゼロコロナ政策を実施した中国では、急な解除のためか、感染者が急増し、医療ひっ迫などが起きているようです。日本は2023年3月13日からのマスク着用の自由化、5月8日からの5類相当への移行と、徐々に、アフターコロナに向けた対策が進んでいます。しかし、後遺症の問題やワクチン接種をどのようにしていくのか等、残された課題は多くあります。今後、新型コロナ対策の検証が本格的にはじまります。効果的な対策のための情報の活用、ステイホーム等の行動制限対策による認知症や自殺の増加等の副作用(カウンターベリングリスク)を最小限にする方法など、より良い方法が提案されることを期待しています。

児童生徒の健康度調査の第17回目が2022年7月に実施されました。コロナ禍で実施できなかったことは、感染予防と児童生徒への教育を両立させるために多くのご苦勞をされている甲州市教育委員会小林俊彦教育長をはじめ、校長会、学校関係者の皆さんの多大なご配慮とご尽力のおかげです。心より感謝申し上げます。

2022年度は、調査の成果を2回に渡り教育関係者の皆様に向けて発表させていただきました。まずは、9月に甲州市教育委員会が担当された令和4年度山梨県市町村教育委員会連合会「秋季研修会」で「コロナ禍がもたらす児童生徒の心と身体の問題とそのケア」の講演と、11月の勝沼地区における「健やかに生きる～メディア依存からアウトメディアへ」の講演です。いずれも、本思春期調査の成果と全国調査の結果を基にお話をさせていただきました。市民の皆様には甲州プロジェクト・思春期調査のご報告をする機会を与えていただき、あらためて感謝申し上げます。

今後も、甲州市と連携して市民の皆様の理解を得ながら、現実のデータによる科学的根拠に基づいて子どもたちの健康増進に寄与できるように役割を果たしたいと思っております。

2023年2月

山梨大学大学院総合研究部医学域 社会医学講座
教授 山縣 然太郎

－ 甲州市児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 プロジェクトメンバー －

■ 甲州市教育委員会

■ 甲州市健康増進課

■ 山梨大学大学院 総合研究部 社会医学講座・出生コホート研究センター

教授	山縣 然太郎
	篠原 亮次 (出生コホート研究センター)
准教授	横道 洋司
	三宅 邦夫
講師	小島 令嗣
助教	秋山 有佳 (報告書担当)
	大岡 忠生
	由井 秀樹
	堀内 清華 (出生コホート研究センター)
	久島 萌 (出生コホート研究センター)
	小田和 早苗 (出生コホート研究センター)
技術専門職員	今井 小絵
技術補佐員等	川村 由美子
	黒部 麻衣子
	岡田 あゆみ (報告書_表・グラフ作成等)

■ 山梨県立大学 看護学部 看護関連科学領域

講師	山北 満哉 (報告書_集計・解析等)
----	--------------------

目次

第Ⅰ章 調査実施概要	1
1. 調査の目的	3
2. 調査の対象	3
3. 調査方法	3
4. データの入力ならびに集計方法.....	3
第Ⅱ章 調査結果概要	5
1. 対象者数と回収率	7
2. 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査結果について.....	8
1) 睡眠時間（平日と休日の睡眠時間）	8
2) 運動習慣	10
① 身体活動ガイドライン（1日60分（1週間で7時間）以上の運動時間） を満たす割合	10
② 1週間の総運動時間.....	11
3) スクリーンタイム.....	12
4) 抑うつ症状の有無.....	13
5) ネット依存的傾向.....	14
まとめ.....	15
第Ⅲ章 調査結果集計表・グラフ	17
1. 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査.....	19
2. 身体データ	70
第Ⅳ章 学校別集計グラフ	75
第Ⅴ章 甲州市思春期調査に関する研究.....	93
甲州市思春期調査に関する研究成果物	95
付録	101
■調査票	
「児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査（小学生用）」	
「児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査（中学生用）」	

第 I 章 調査実施概要

第 I 章 調査実施概要

1. 調査の目的

思春期の子ども達の生活習慣と心の健康を把握することにより、現在の子ども達を取り巻く問題や個々の問題を推測し、その対応を考えるべく調査を実施した。また、甲州市における学校教育と地域の連携を推進するための基礎資料を作成することも主な目的である。

2. 調査の対象

甲州市全域の小学校 4 年生から 6 年生、および中学校 1 年生から 3 年生までの 17 小中学校の全児童生徒を対象とした。

3. 調査方法

令和 4 年 7 月に各学校において、クラス単位で、児童生徒に無記名で調査票記入を依頼し、回答後、各自厳封の上、担任教諭により回収を行った。

4. データの入力ならびに集計方法

令和 4 年 8 月にデータ入力会社において入力を実施し、その後、山梨大学社会医学講座において、集計・解析作業を行った。

第Ⅱ章 調査結果概要

第II章 調査結果概要

1. 対象者数と回収率

		配布数	回収数	回収率 (%)
児童生徒の心の	小学生	644	634	98.4
健康と生活習慣	中学生	724	677	93.5
に関する調査	合計	1,368	1,311	95.8

≪回収数内訳≫

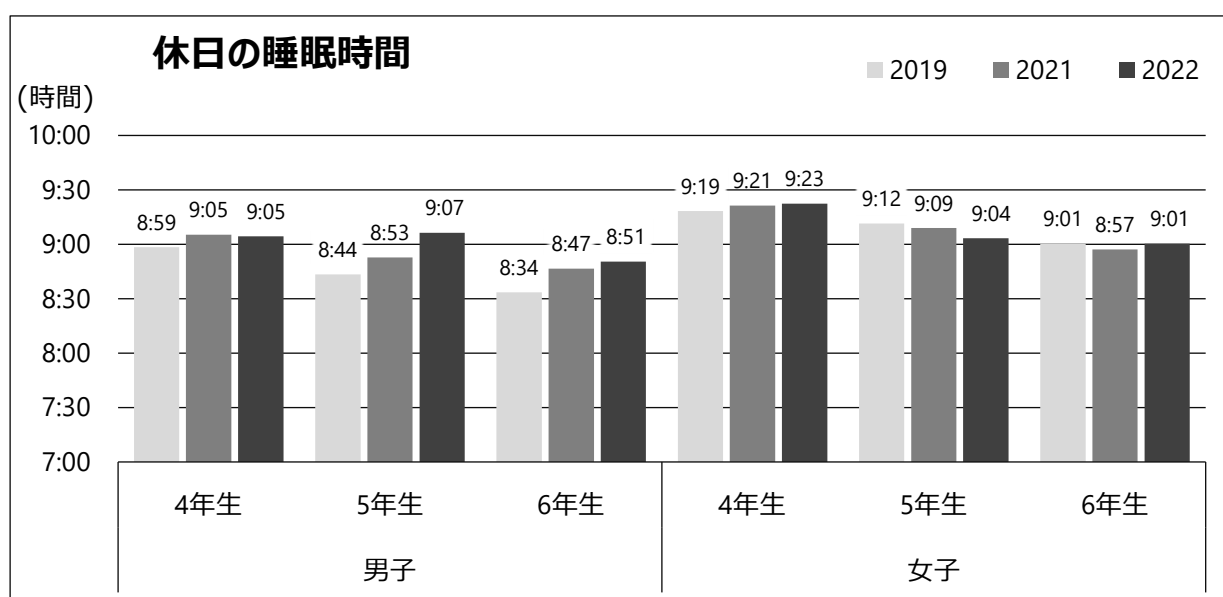
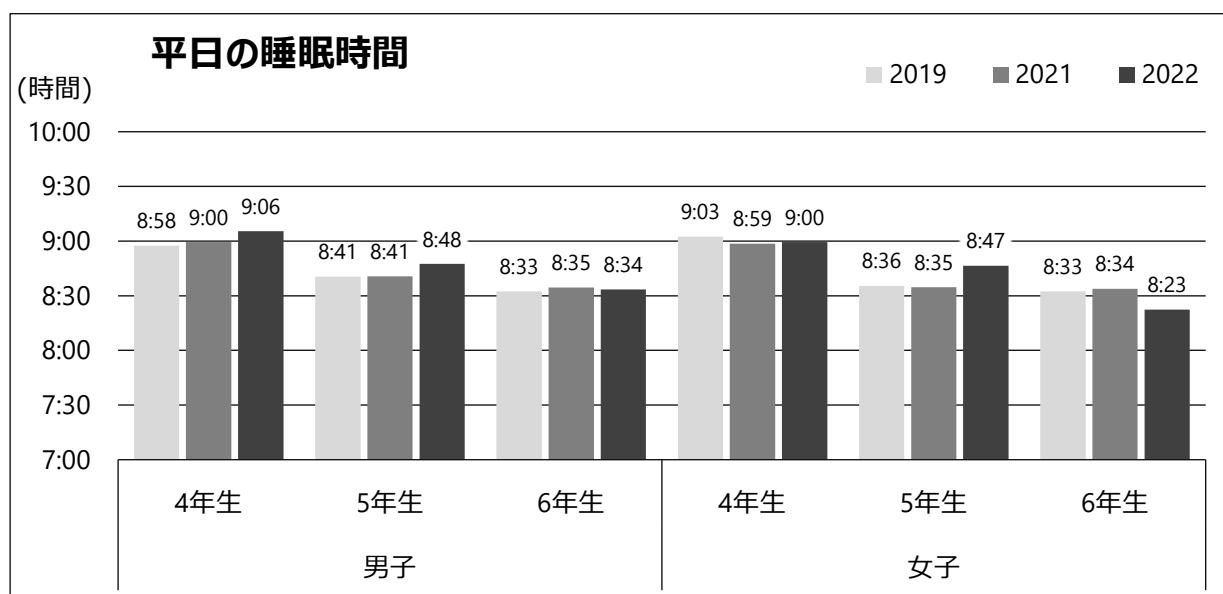
学校名	配布数	未回収数	回収数	回収率 (%)
塩山南小学校	174	6	168	96.6
塩山北小学校	57	0	57	100.0
奥野田小学校	57	1	56	98.2
大藤小学校	19	0	19	100.0
神金小学校	17	0	17	100.0
玉宮小学校	15	0	15	100.0
松里小学校	38	0	38	100.0
井尻小学校	44	1	43	97.7
勝沼小学校	67	2	65	97.0
祝小学校	48	0	48	100.0
東雲小学校	76	0	76	100.0
菱山小学校	19	0	19	100.0
大和小学校	13	0	13	100.0
塩山中学校	340	23	317	93.2
塩山北中学校	48	3	45	93.8
松里中学校	104	17	87	83.7
勝沼中学校	232	4	228	98.3
合計	1,368	57	1,311	95.8

2. 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査結果について

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査につきまして、2019年度、および昨年度(2021年度)と今年度(2022年度)の結果を記載しました。同学年における新型コロナウイルス感染症拡大前の状況(2019年度)、および昨年度の生活習慣の特徴と比較し、今後のご指導にご活用いただければ幸いです。

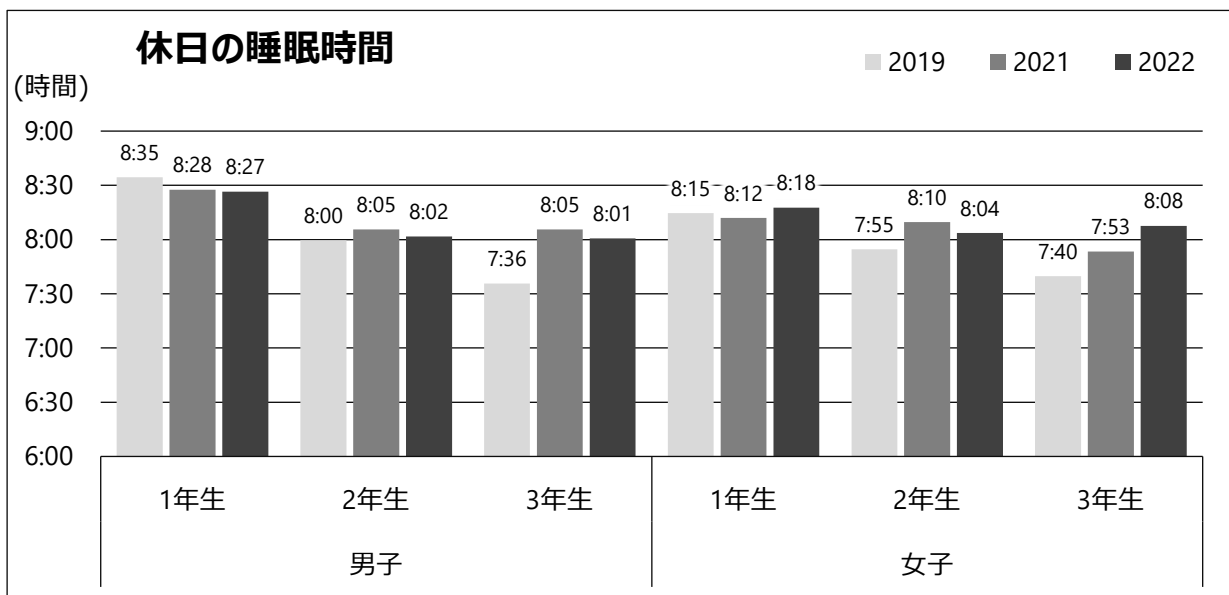
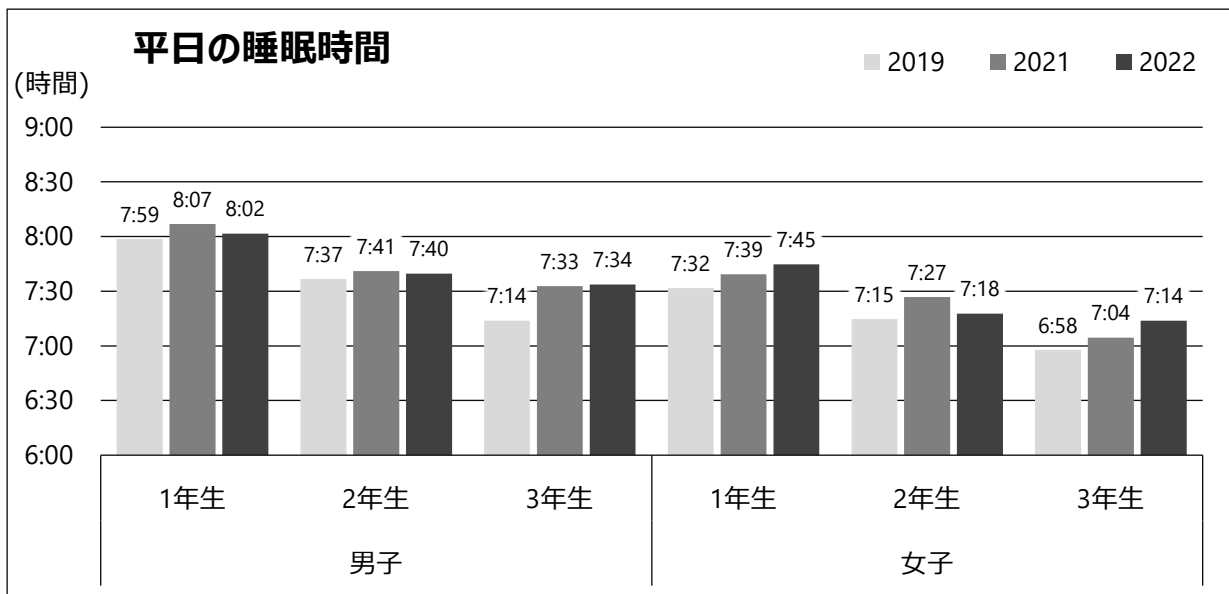
1) 睡眠時間

■小学生



→ 全体的に大きな変動はありませんが、国際睡眠財団が推奨する6-13歳の睡眠時間は9~11時間ですので、平日では男女ともに睡眠時間が十分ではない状況です。

■中学生

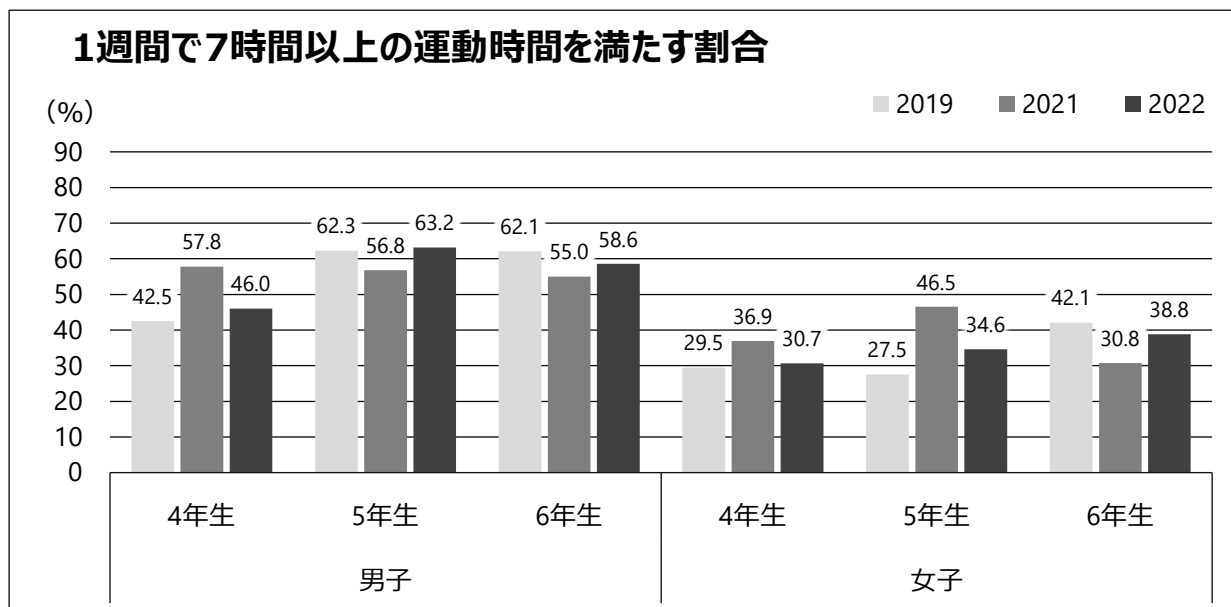


→ 昨年度と比較して、全体的に大きな変動はありませんが、国際睡眠財団が推奨する14-17歳の睡眠時間は8~10時間ですので、平日では男女ともに睡眠時間が十分ではない状況です。

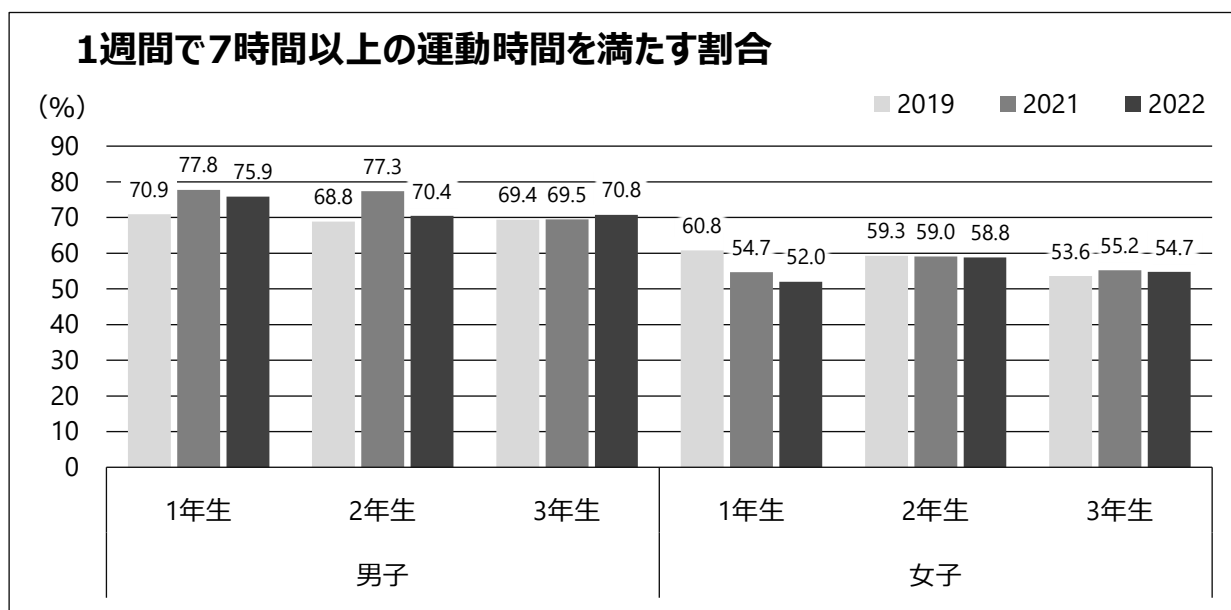
2) 運動習慣

①身体活動ガイドラインで推奨されている1日60分（7時間/週）以上の運動時間を満たす割合

■小学生



■中学生



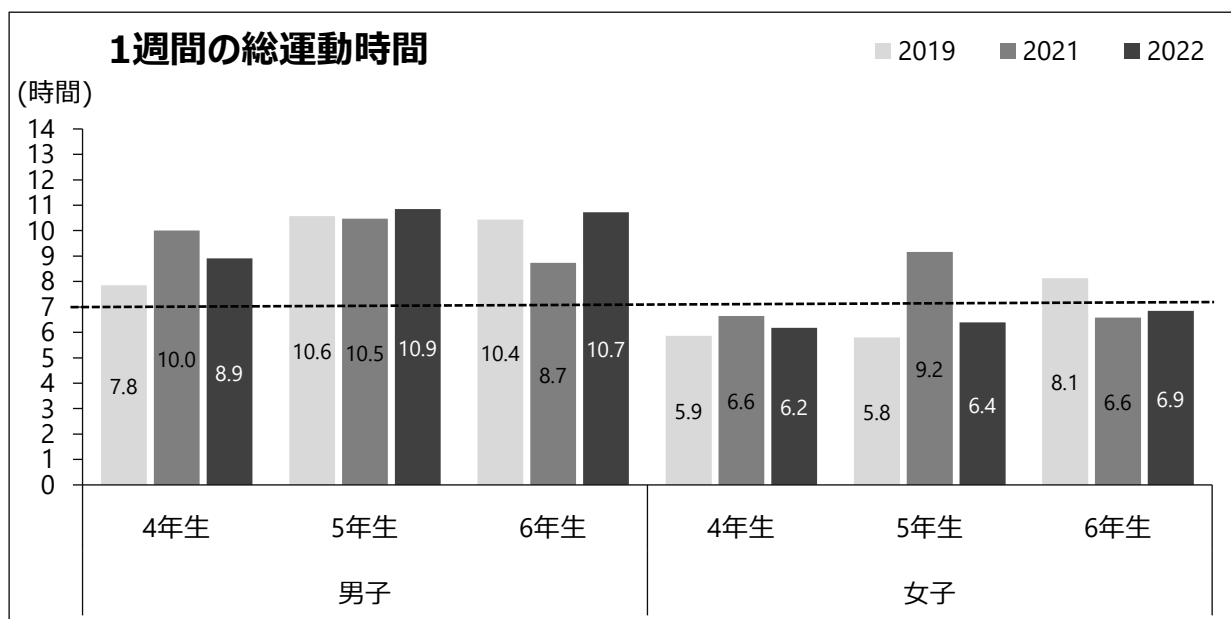
➔ 小学生では、昨年度と比較して4年生の男子と5年生の女子において、10%以上の減少がみられます。一方で、5年生男子と6年生女子では増加していますので、その学年の特徴なのかもしれません。

➔ 中学生では全体的に大きな変動はありませんが、1年生の女子で減少傾向にあります。

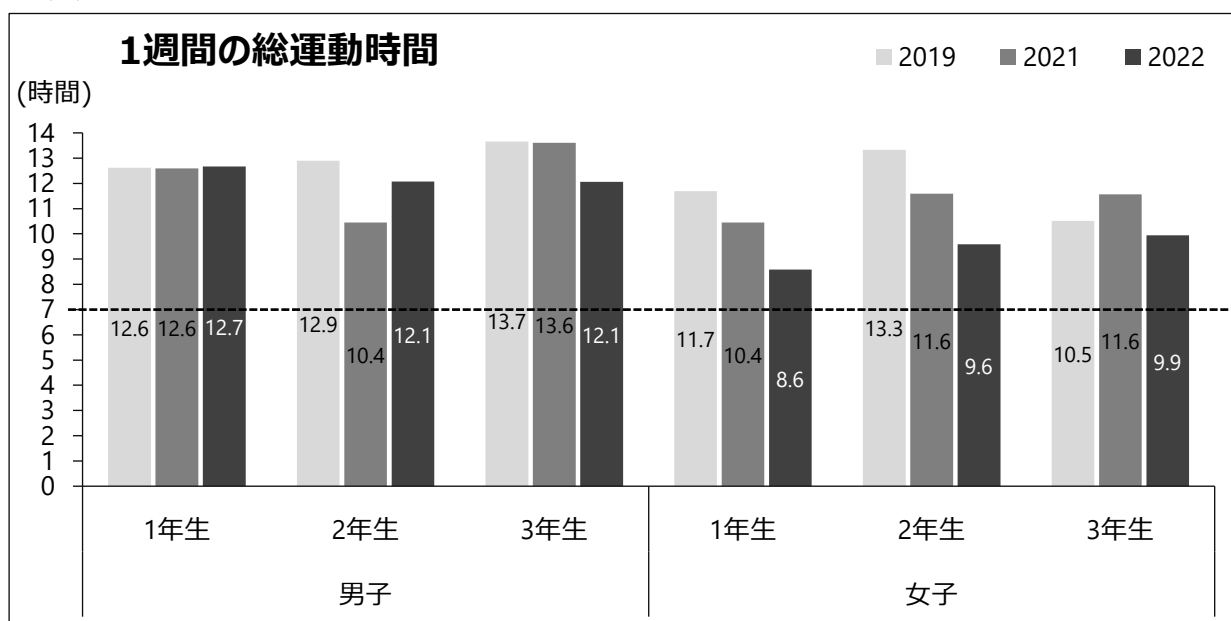
②1週間の総運動時間の平均（点線は、推奨される時間の代替基準＝1週間で7時間以上）

※本来は1日60分以上が基準ですが、1週間で7時間以上を代替基準として用いています。

■小学生



■中学生

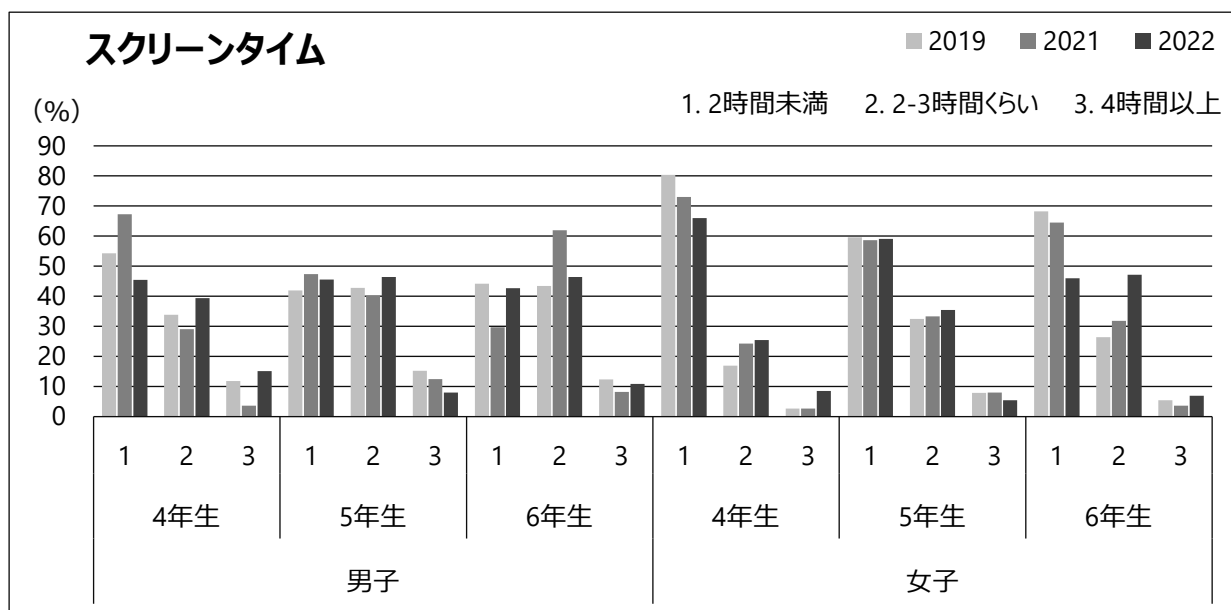


➔ 小学生の男子においては、すべての学年で推奨される運動時間（1週間に7時間以上）を満たしていました。一方で、女子ではすべての学年で推奨される運動時間を満たしていませんでした。

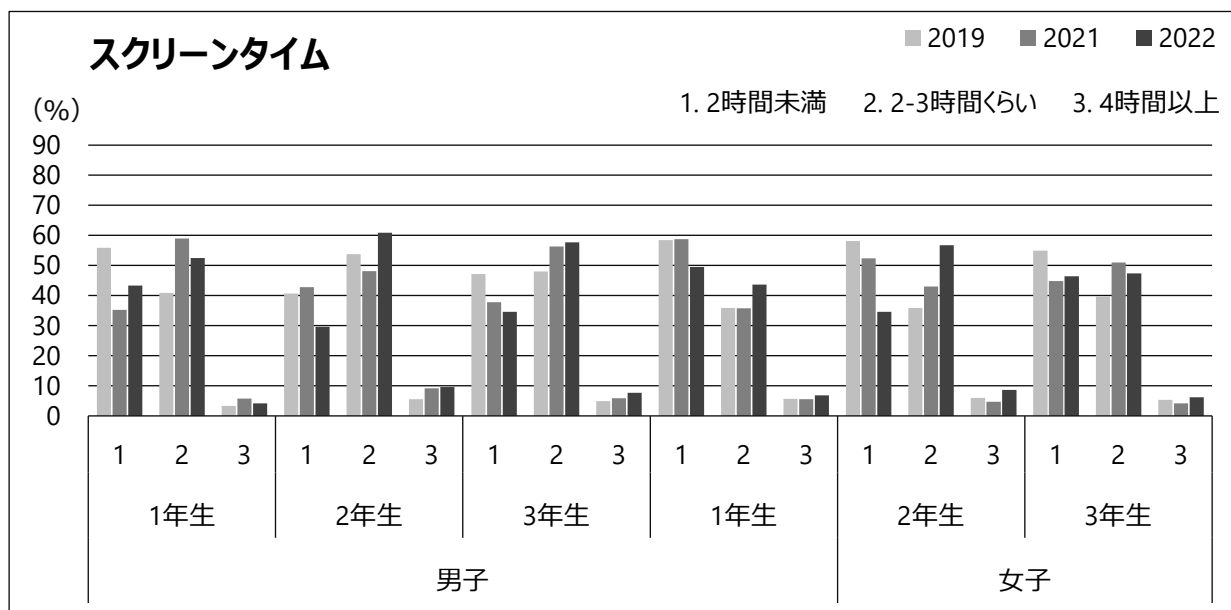
➔ 中学生では部活動の影響もあり、男女ともに推奨される運動時間を充足していましたが、女子においては、すべての学年において昨年度より減少していました。

3) スクリーンタイム ※TVゲームやパソコン、スマホで遊んだり、メールをしたりする時間

■小学生



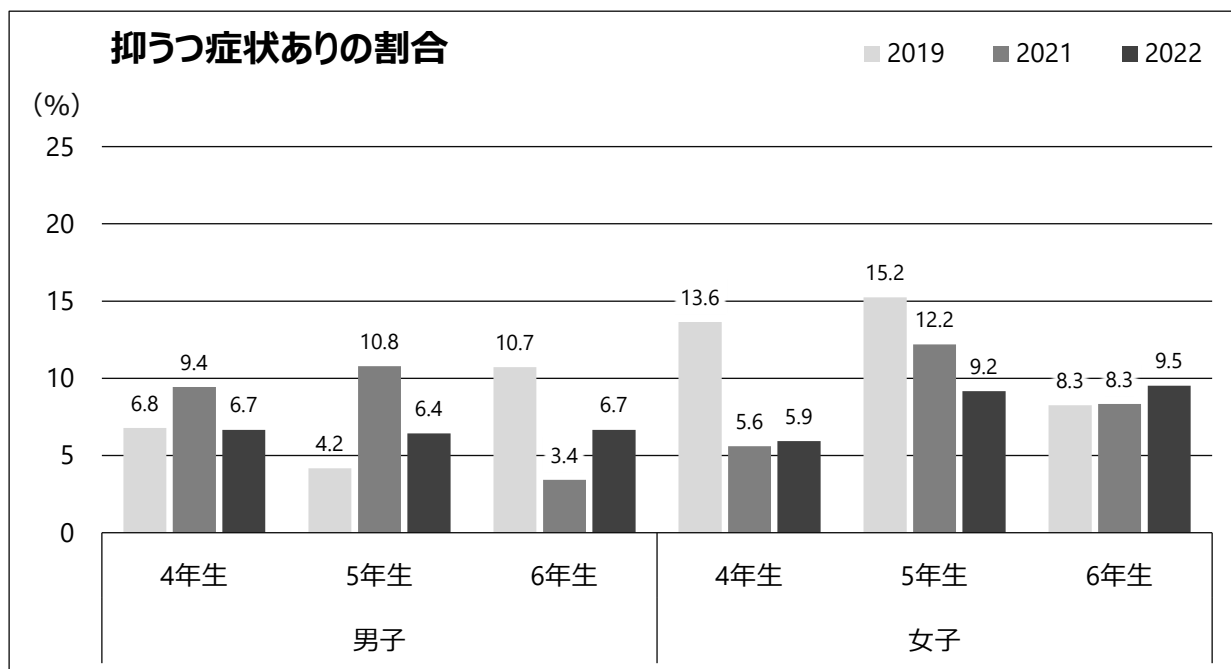
■中学生



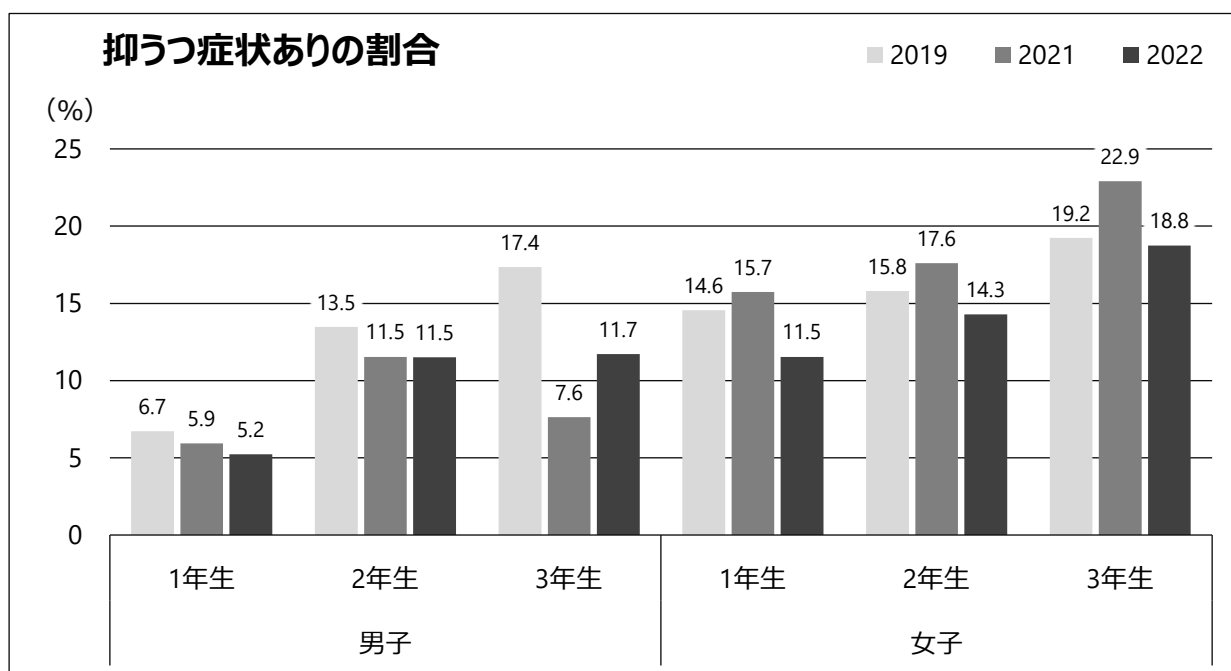
- ➔ 小学生は「2時間未満」の割合が最も多い結果でしたが、昨年度と比較して、「2時間未満」が減少し、「2-3時間くらい」が増加する傾向がみられます。
- ➔ 中学生では1年生の女子を除き、「2-3時間くらい」の割合が最も多い結果でした。バラツキはあるものの、昨年度と比較して「2-3時間くらい」や「4時間以上」の割合が増加しており、全体的にスクリーンタイムが長くなっている傾向がうかがえます。

4) 抑うつ症状の有無

■小学生



■中学生



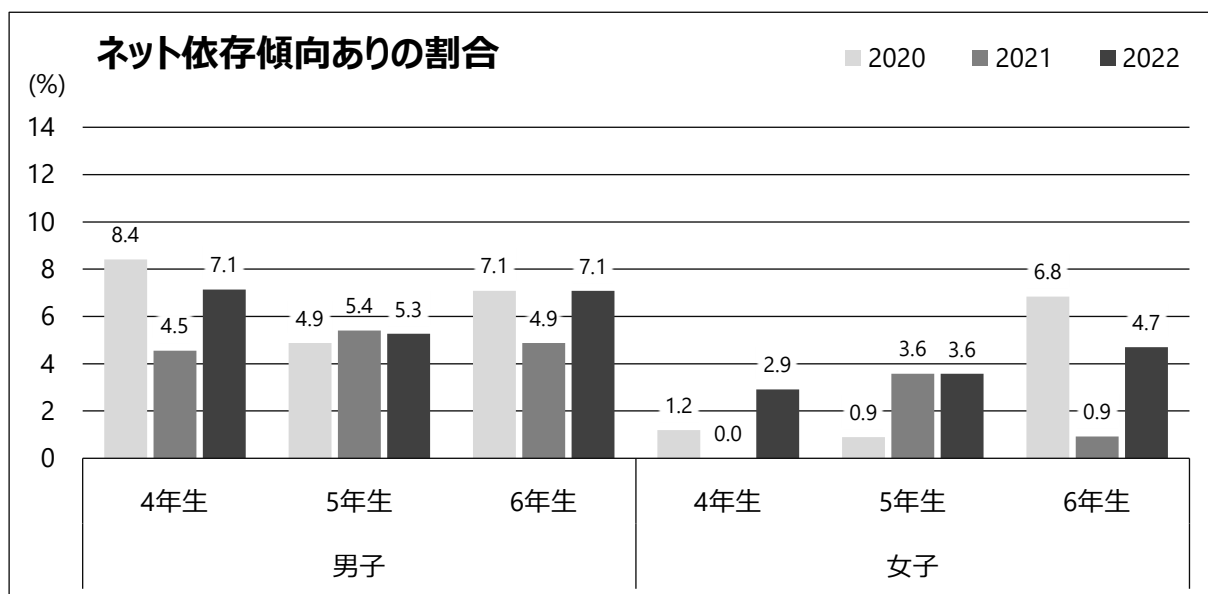
➔ 小学生では、各学年、男女で様々な変動を示しており、特徴的な傾向はみられませんでした。

➔ 中学生では、女子において昨年度と比較して全学年で低い割合が示されました。

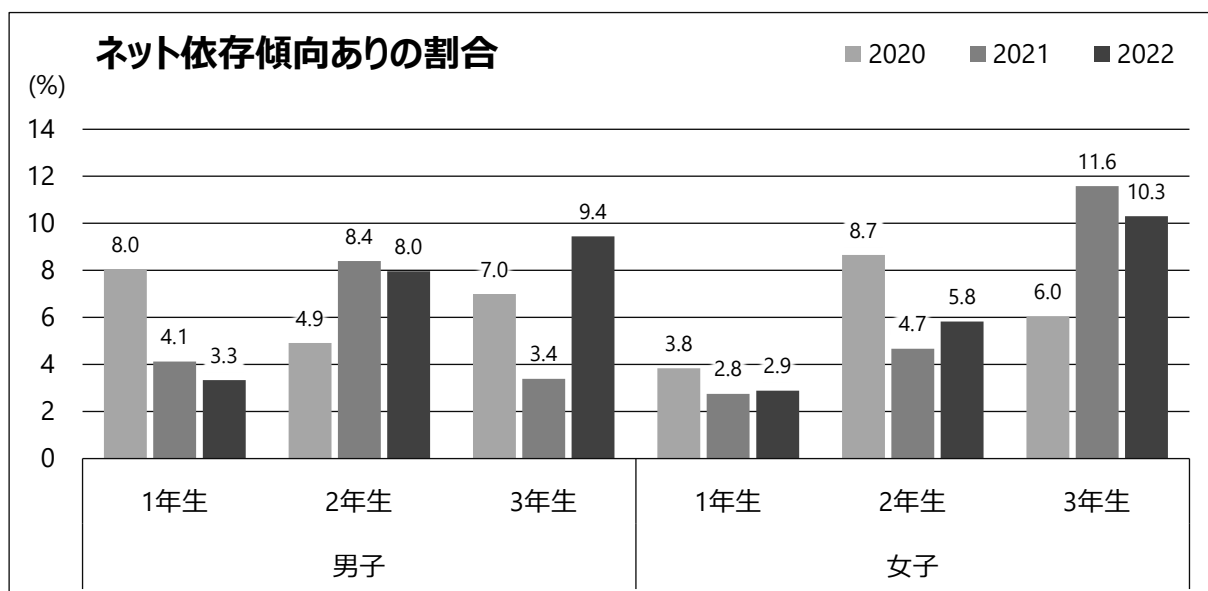
5) ネット依存的傾向

世界的に使用されているネット依存を評価する質問項目である Young8 で評価しました。Young8 での評価は 2020 年からですので、2020~2022 年の 3 年間の結果をお示しします。なお、8 つの質問項目のうち、5 つ以上に「はい」と回答した場合をネット依存的傾向ありとしています。

■小学生



■中学生



- ➔ 昨年度との比較では、5 年生は男女ともに大きな変動はありませんが、4 年生と 6 年生では、男女ともに昨年度より増加していました。
- ➔ 中学生では、全体的には昨年度と大きな違いはなく、3 年生の男子においてのみ、顕著な増加がみられました。

まとめ

■ 睡眠時間

昨年度との比較では大きな変動はみられないものの、平日では推奨される睡眠時間（6-13歳は9~11時間、14-17歳は8~10時間）を十分に満たしていませんでした。

■ 運動・スクリーンタイム（身体活動・座位時間）

男子では推奨運動時間の充足割合や運動時間に大きな変動はありませんでしたが、女子（特に中学生）では、運動時間が減少し、スクリーンタイムが増加する傾向がみられました。

■ 抑うつ・ネット依存（メンタルヘルス）

抑うつ症状については、小学生では一貫した傾向はみられませんが、中学生の女子では、昨年度より減少する傾向でした。

ネット依存については、小学生では男女ともにネット依存の割合が昨年度より増加する傾向にありました。

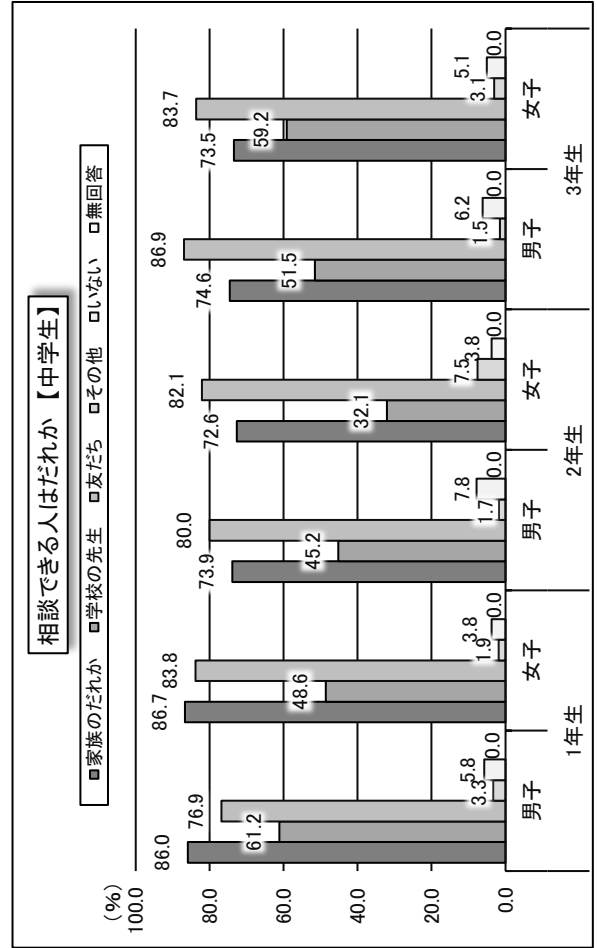
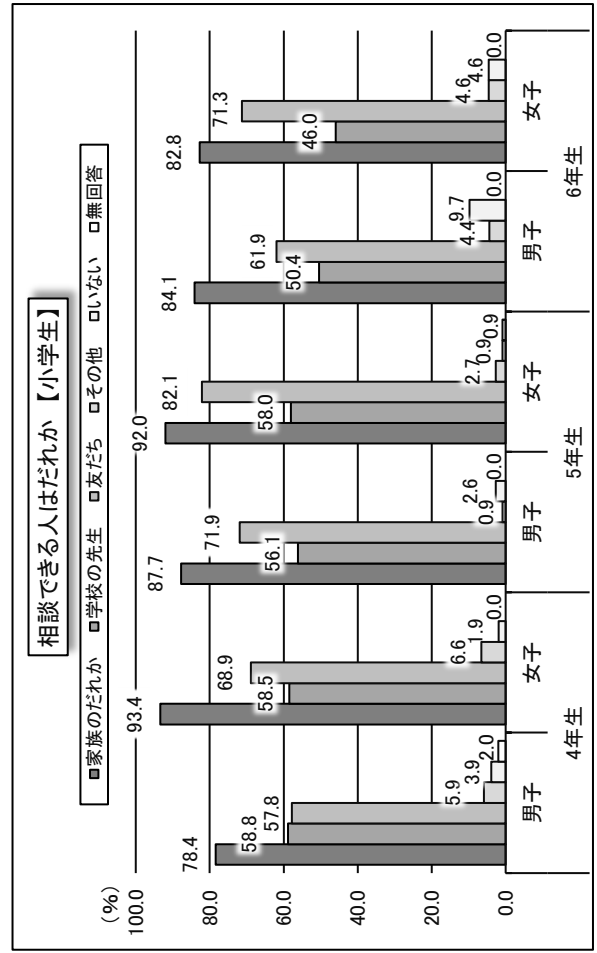
- ◇ 睡眠、運動・座位時間、メンタルヘルスは、それぞれが影響しあっているため、1つの行動や生活習慣をターゲットにするのではなく、昼間の身体活動量の増加→夜間のスクリーンタイムの減少→早寝といった、つながりを考慮し、連動した取り組みの実施が効果的かもしれません。

第三章 調査結果集計表・グラフ

1. 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査

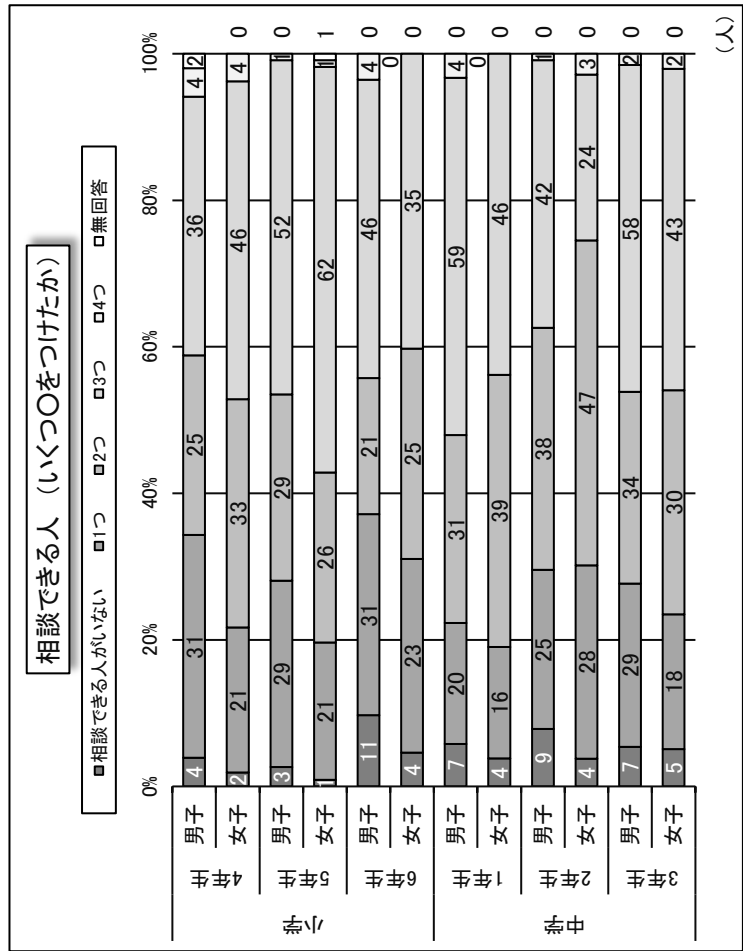
【小学生用調査票・中学生用調査票：問1】(以下、【小・中：問1】)
 あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(複数回答)

	家族のだけか		学校の先生		友だち		その他		いない		無回答		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	80	78.4	60	58.8	59	57.8	6	5.9	4	3.9	2	2.0
	女子	99	93.4	62	58.5	73	68.9	7	6.6	2	1.9	0	0.0
5年生	男子	100	87.7	64	56.1	82	71.9	1	0.9	3	2.6	0	0.0
	女子	103	92.0	65	58.0	92	82.1	3	2.7	1	0.9	1	0.9
6年生	男子	95	84.1	57	50.4	70	61.9	5	4.4	11	9.7	0	0.0
	女子	72	82.8	40	46.0	62	71.3	4	4.6	4	4.6	0	0.0
1年生	男子	104	86.0	74	61.2	93	76.9	4	3.3	7	5.8	0	0.0
	女子	91	86.7	51	48.6	88	83.8	2	1.9	4	3.8	0	0.0
2年生	男子	85	73.9	52	45.2	92	80.0	2	1.7	9	7.8	0	0.0
	女子	77	72.6	34	32.1	87	82.1	8	7.5	4	3.8	0	0.0
3年生	男子	97	74.6	67	51.5	113	86.9	2	1.5	8	6.2	0	0.0
	女子	72	73.5	58	59.2	82	83.7	3	3.1	5	5.1	0	0.0



相談できる人の数(いくつ〇をつけたか)

	相談できる人がいない		1つ		2つ		3つ		4つ		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生	4	3.9	31	30.4	25	24.5	36	35.3	4	3.9	2	2.0	102	100.0
男子														
女子	2	1.9	21	19.8	33	31.1	46	43.4	4	3.8	0	0.0	106	100.0
5年生	3	2.6	29	25.4	29	25.4	52	45.6	1	0.9	0	0.0	114	100.0
男子														
女子	1	0.9	21	18.8	26	23.2	62	55.4	1	0.9	1	0.9	112	100.0
6年生	11	9.7	31	27.4	21	18.6	46	40.7	4	3.5	0	0.0	113	100.0
男子														
女子	4	4.6	23	26.4	25	28.7	35	40.2	0	0.0	0	0.0	87	100.0
1年生	7	5.8	20	16.5	31	25.6	59	48.8	4	3.3	0	0.0	121	100.0
男子														
女子	4	3.8	16	15.2	39	37.1	46	43.8	0	0.0	0	0.0	105	100.0
2年生	9	7.8	25	21.7	38	33.0	42	36.5	1	0.9	0	0.0	115	100.0
男子														
女子	4	3.8	28	26.4	47	44.3	24	22.6	3	2.8	0	0.0	106	100.0
3年生	7	5.4	29	22.3	34	26.2	58	44.6	2	1.5	0	0.0	130	100.0
男子														
女子	5	5.1	18	18.4	30	30.6	43	43.9	2	2.0	0	0.0	98	100.0



【小・中：問2-1】

あなたは、朝、昼、夕の三食を必ず食べるように気をつけていますか。(単回答)

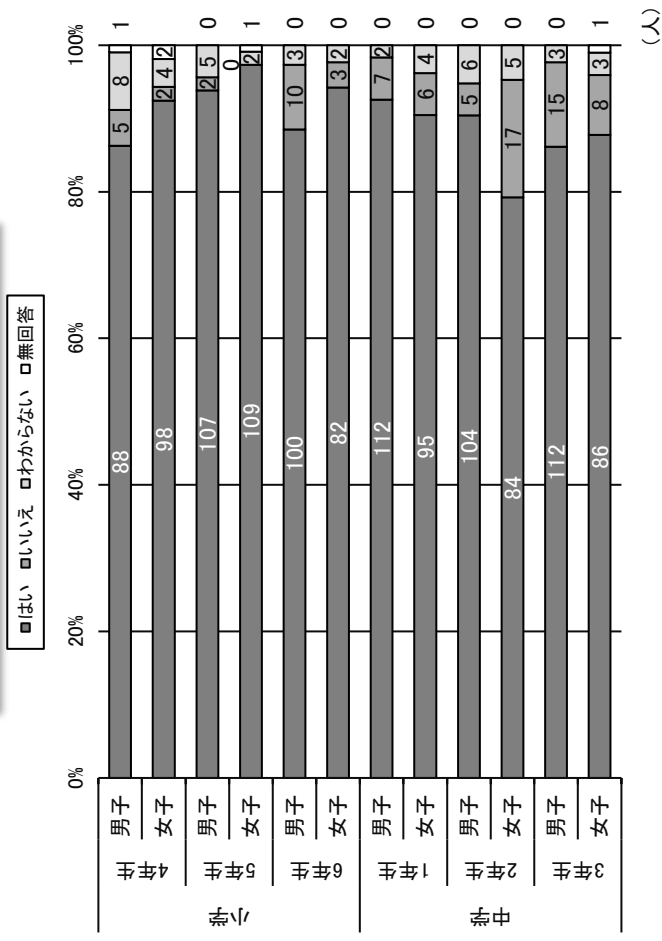
	はい		いいえ		わからない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生	88	86.3	5	4.9	8	7.8	1	1.0	102	100.0
男子	98	92.5	2	1.9	4	3.8	2	1.9	106	100.0
女子	107	93.9	2	1.8	5	4.4	0	0.0	114	100.0
小5年生	109	97.3	0	0.0	2	1.8	1	0.9	112	100.0
男子	100	88.5	10	8.8	3	2.7	0	0.0	113	100.0
女子	82	94.3	3	3.4	2	2.3	0	0.0	87	100.0
1年生	112	92.6	7	5.8	2	1.7	0	0.0	121	100.0
男子	95	90.5	6	5.7	4	3.8	0	0.0	105	100.0
女子	104	90.4	5	4.3	6	5.2	0	0.0	115	100.0
中2年生	84	79.2	17	16.0	5	4.7	0	0.0	106	100.0
男子	112	86.2	15	11.5	3	2.3	0	0.0	130	100.0
女子	86	87.8	8	8.2	3	3.1	1	1.0	98	100.0

【小・中：問2-2】

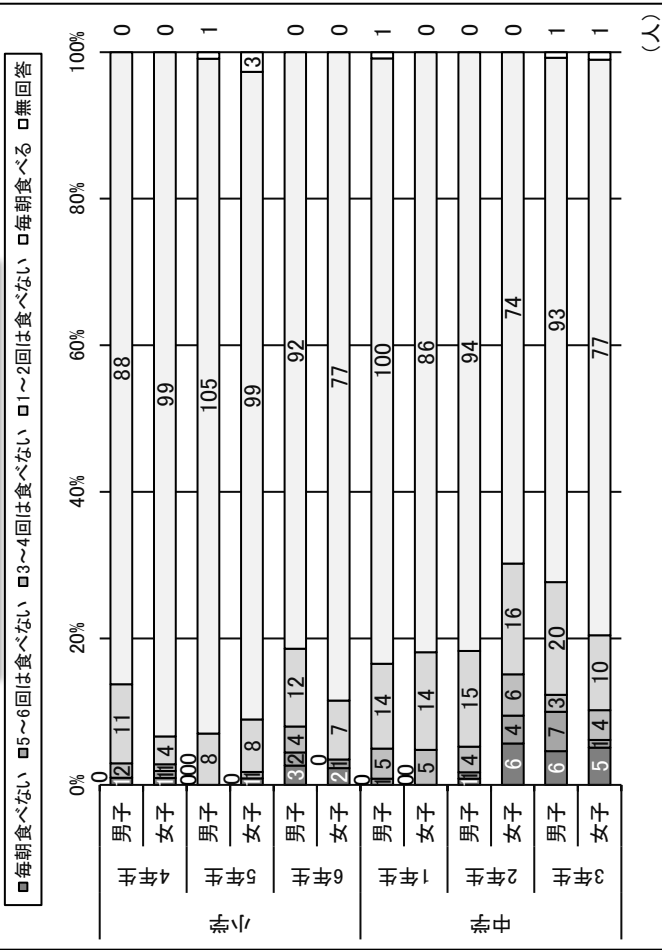
あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(単回答)

	毎朝食べない		5～6回は食べない		3～4回は食べない		1～2回は食べない		毎朝食べる		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生	1	1.0	0	0.0	2	2.0	11	10.8	88	86.3	0	0.0	102	100.0
男子	1	0.9	1	0.9	1	0.9	4	3.8	99	93.4	0	0.0	106	100.0
女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	8	7.0	105	92.1	1	0.9	114	100.0
小5年生	1	0.9	0	0.0	1	0.9	8	7.1	99	88.4	3	2.7	112	100.0
男子	3	2.7	2	1.8	4	3.5	12	10.6	92	81.4	0	0.0	113	100.0
女子	2	2.3	1	1.1	0	0.0	7	8.0	77	88.5	0	0.0	87	100.0
1年生	0	0.0	1	0.8	5	4.1	14	11.6	100	82.6	1	0.8	121	100.0
男子	0	0.0	0	0.0	5	4.8	14	13.3	86	81.9	0	0.0	105	100.0
女子	1	0.9	1	0.9	4	3.5	15	13.0	94	81.7	0	0.0	115	100.0
中2年生	6	5.7	4	3.8	6	5.7	16	15.1	74	69.8	0	0.0	106	100.0
男子	6	4.6	7	5.4	3	2.3	20	15.4	93	71.5	1	0.8	130	100.0
女子	5	5.1	1	1.0	4	4.1	10	10.2	77	78.6	1	1.0	98	100.0

三食を必ず食べるように気をつけているか



1週間で朝食をとらないことがあるか



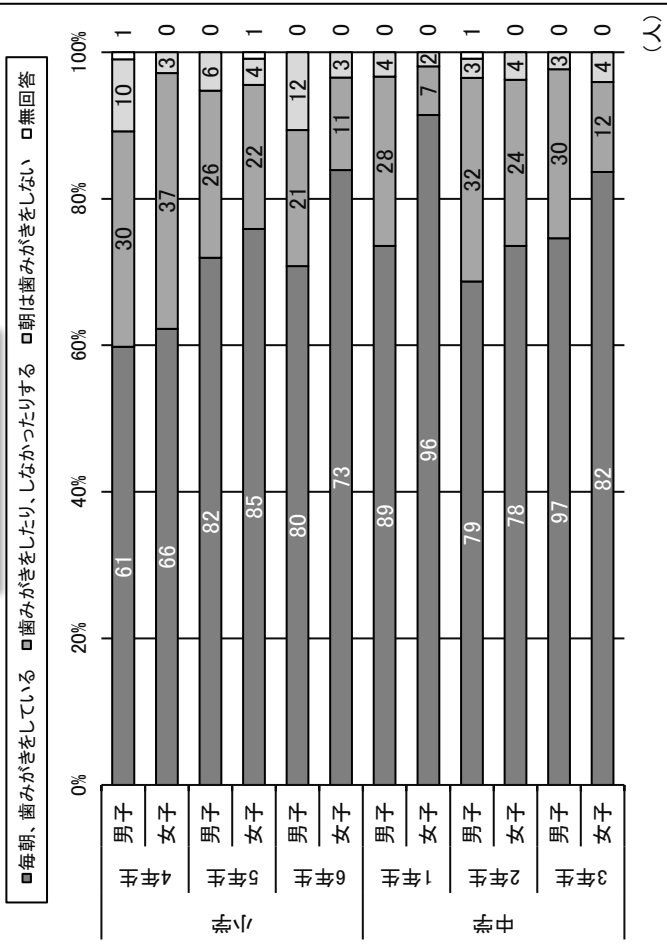
【小・中：問3】

あなたの、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

【3-1】朝の歯みがきについて(単回答)

	毎朝、歯みがきをしている		歯みがきをしない		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	61	59.8	30	29.4	10	9.8	102	100.0
	女子	66	62.3	37	34.9	3	2.8	106	100.0
小5年生	男子	82	71.9	26	22.8	6	5.3	114	100.0
	女子	85	75.9	22	19.6	4	3.6	112	100.0
6年生	男子	80	70.8	21	18.6	12	10.6	113	100.0
	女子	73	83.9	11	12.6	3	3.4	87	100.0
1年生	男子	89	73.6	28	23.1	4	3.3	121	100.0
	女子	96	91.4	7	6.7	2	1.9	105	100.0
中2年生	男子	79	68.7	32	27.8	3	2.6	115	100.0
	女子	78	73.6	24	22.6	4	3.8	106	100.0
3年生	男子	97	74.6	30	23.1	3	2.3	130	100.0
	女子	82	83.7	12	12.2	4	4.1	98	100.0

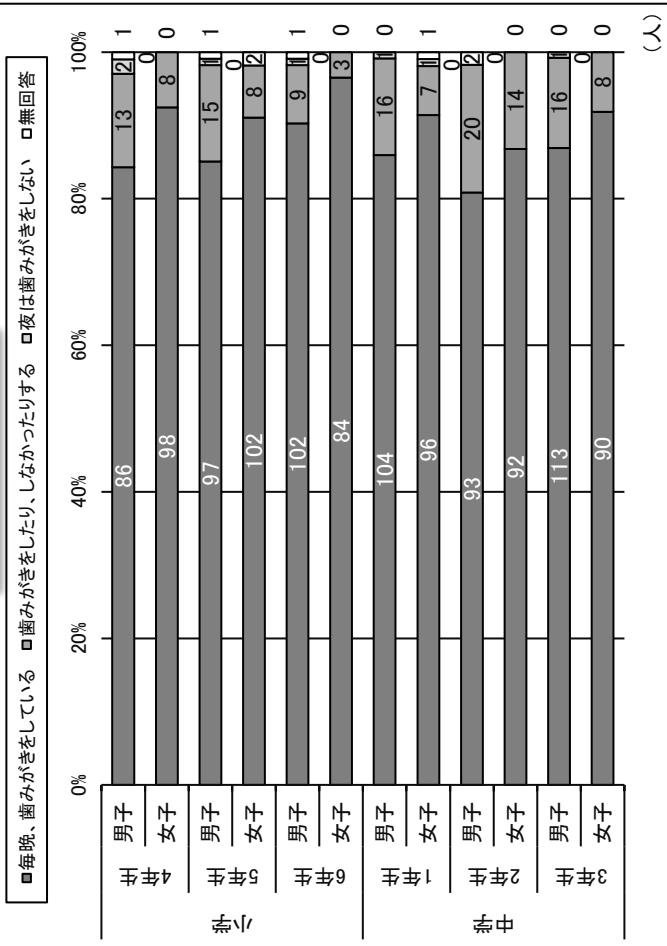
朝、歯みがきをするか



【3-2】夕食後または夜寝る前の歯みがきについて(単回答)

	毎晩、歯みがきをしている		歯みがきをしない		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	86	84.3	13	12.7	2	2.0	102	100.0
	女子	98	92.5	8	7.5	0	0.0	106	100.0
小5年生	男子	97	85.1	15	13.2	1	0.9	114	100.0
	女子	102	91.1	8	7.1	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	102	90.3	9	8.0	1	0.9	113	100.0
	女子	84	96.6	3	3.4	0	0.0	87	100.0
1年生	男子	104	86.0	16	13.2	1	0.8	121	100.0
	女子	96	91.4	7	6.7	1	1.0	105	100.0
中2年生	男子	93	80.9	20	17.4	0	0.0	115	100.0
	女子	92	86.8	14	13.2	0	0.0	106	100.0
3年生	男子	113	86.9	16	12.3	1	0.8	130	100.0
	女子	90	91.8	8	8.2	0	0.0	98	100.0

夜、歯みがきをするか

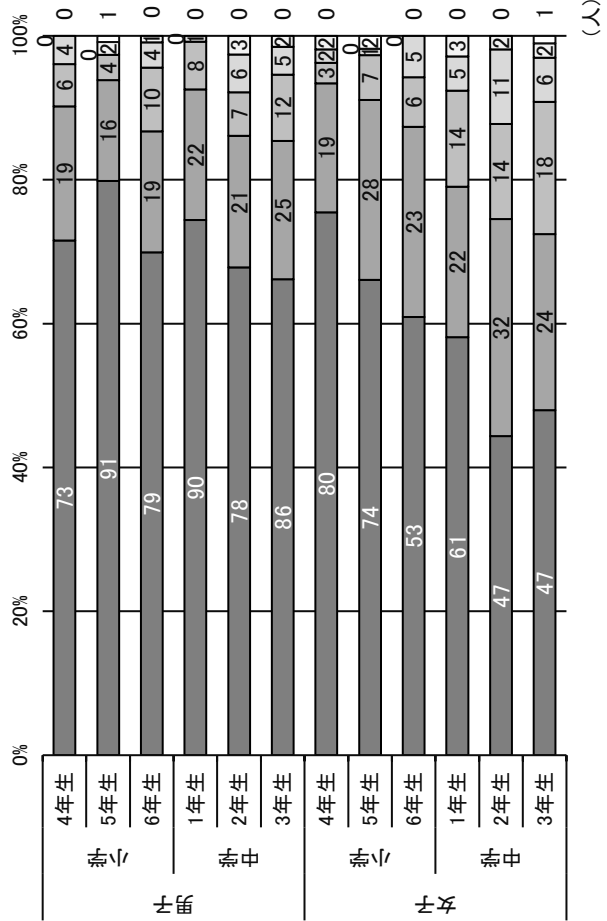


【小・中：問4-1】
あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？（単回答）

	楽しい		やや楽しい		どちらともいえない		あまり楽しくない		まったく楽しくない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生	73	71.6	19	18.6	6	5.9	4	3.9	0	0.0	0	0.0	102	100.0
5年生	91	79.8	16	14.0	4	3.5	0	0.0	2	1.8	1	0.9	114	100.0
6年生	79	69.9	19	16.8	10	8.8	4	3.5	1	0.9	0	0.0	113	100.0
1年生	90	74.4	22	18.2	8	6.6	1	0.8	0	0.0	0	0.0	121	100.0
2年生	78	67.8	21	18.3	7	6.1	6	5.2	3	2.6	0	0.0	115	100.0
3年生	86	66.2	25	19.2	12	9.2	5	3.8	2	1.5	0	0.0	130	100.0
4年生	80	75.5	19	17.9	3	2.8	2	1.9	2	1.9	0	0.0	106	100.0
5年生	74	66.1	28	25.0	7	6.3	1	0.9	0	0.0	2	1.8	112	100.0
6年生	53	60.9	23	26.4	6	6.9	5	5.7	0	0.0	0	0.0	87	100.0
1年生	61	58.1	22	21.0	14	13.3	5	4.8	3	2.9	0	0.0	105	100.0
2年生	47	44.3	32	30.2	14	13.2	11	10.4	2	1.9	0	0.0	106	100.0
3年生	47	48.0	24	24.5	18	18.4	6	6.1	2	2.0	1	1.0	98	100.0

運動をすることは楽しいか

□楽しい □やや楽しい □どちらともいえない □あまり楽しくない □まったく楽しくない □無回答

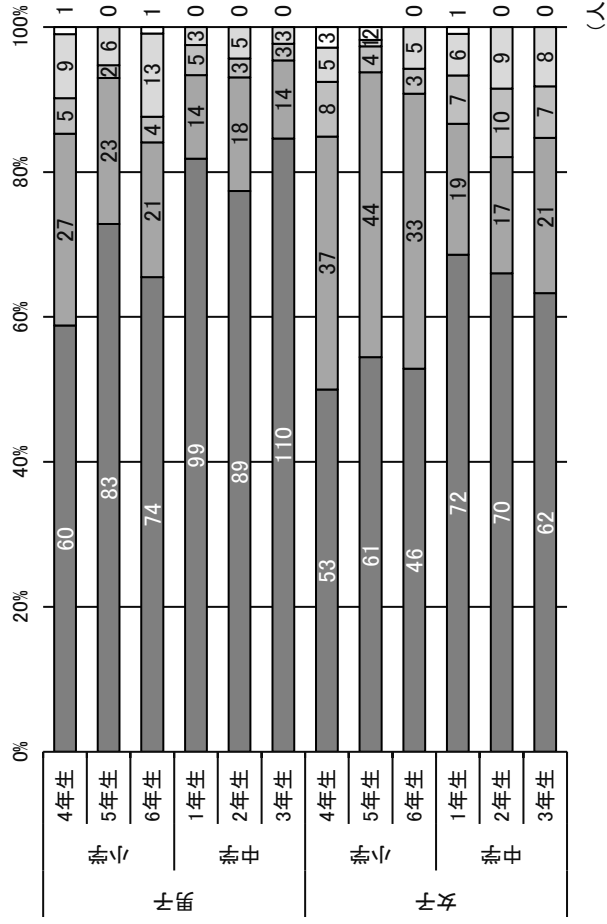


【小・中：問4-2】
あなたは、体育の時間以外でどのくらいの運動をしていますか。（単回答）
(例:スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

	ほとんど毎日 (週に3日以上)		ときどき (週に1~2日くらい)		ときたま (月に1~3日くらい)		しない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生	60	58.8	27	26.5	5	4.9	9	8.8	1	1.0	102	100.0
5年生	83	72.8	23	20.2	2	1.8	6	5.3	0	0.0	114	100.0
6年生	74	65.5	21	18.6	4	3.5	13	11.5	1	0.9	113	100.0
1年生	99	81.8	14	11.6	5	4.1	3	2.5	0	0.0	121	100.0
2年生	89	77.4	18	15.7	3	2.6	5	4.3	0	0.0	115	100.0
3年生	110	84.6	14	10.8	3	2.3	3	2.3	0	0.0	130	100.0
4年生	53	50.0	37	34.9	8	7.5	5	4.7	3	2.8	106	100.0
5年生	61	54.5	44	39.3	4	3.6	1	0.9	2	1.8	112	100.0
6年生	46	52.9	33	37.9	3	3.4	5	5.7	0	0.0	87	100.0
1年生	72	68.6	19	18.1	7	6.7	6	5.7	1	1.0	105	100.0
2年生	70	66.0	17	16.0	10	9.4	9	8.5	0	0.0	106	100.0
3年生	62	63.3	21	21.4	7	7.1	8	8.2	0	0.0	98	100.0

体育の時間以外でどのくらいの運動をしているか

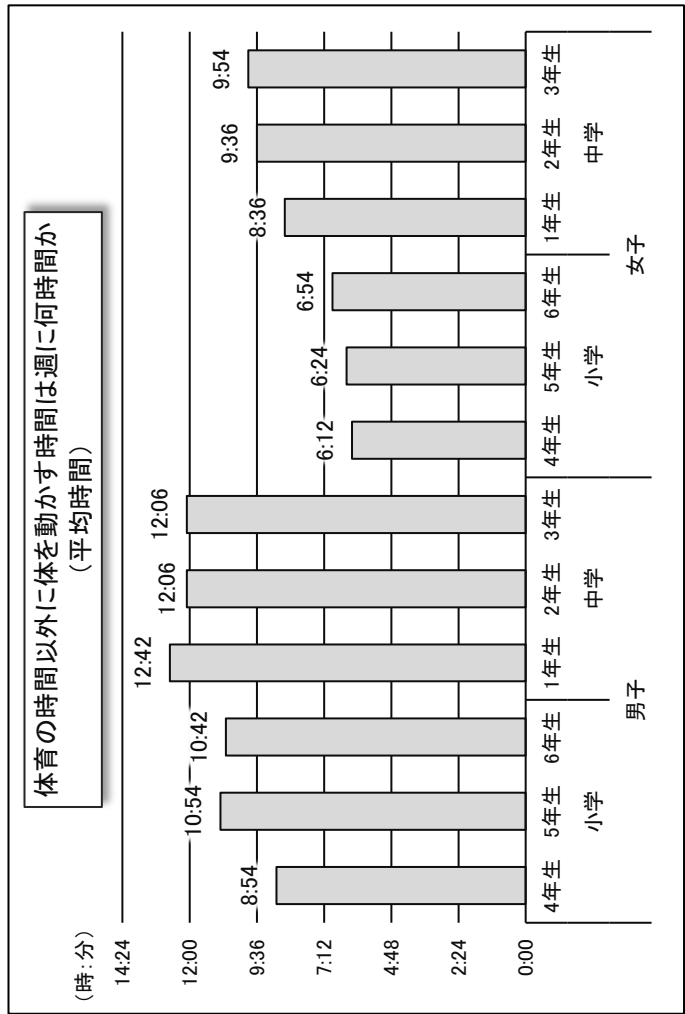
□ほとんど毎日(週に3日以上) □ときどき(週に1~2日くらい) □ときたま(月に1~3日くらい) □しない □無回答



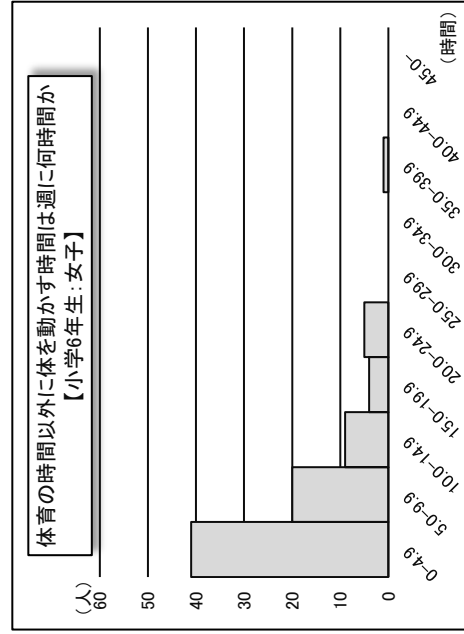
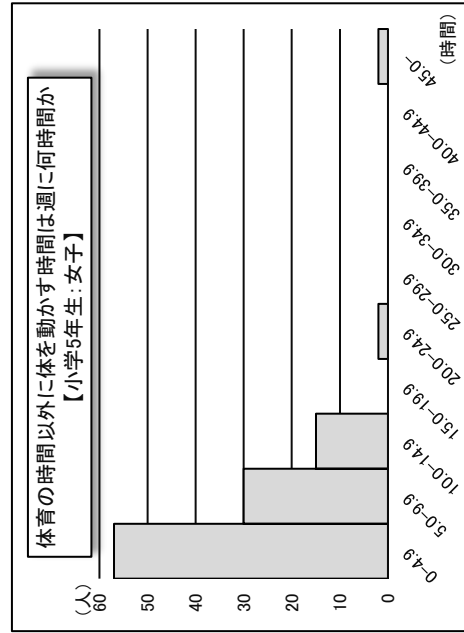
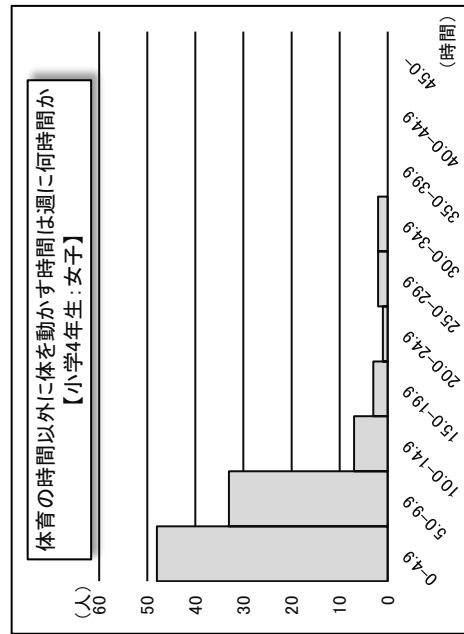
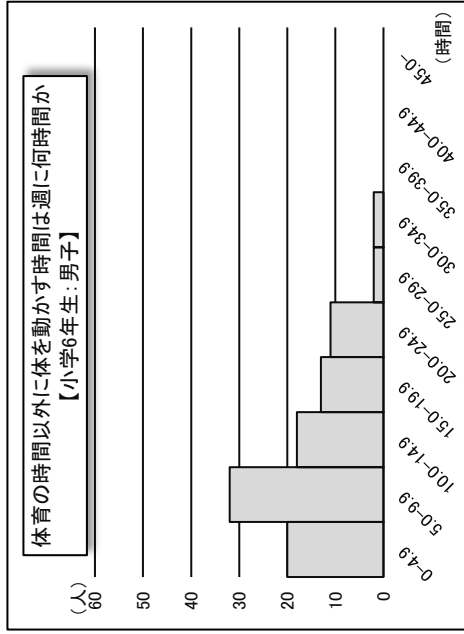
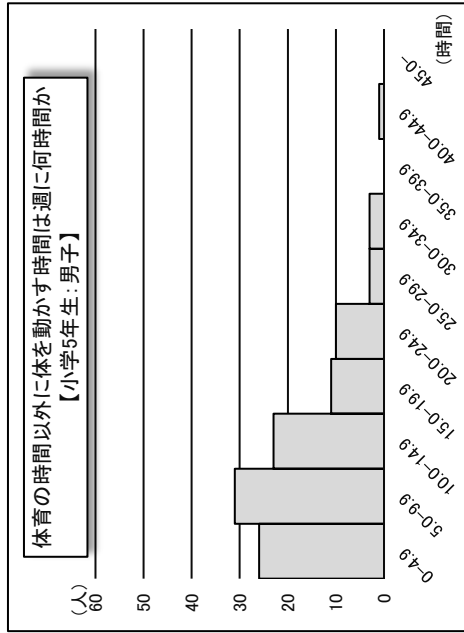
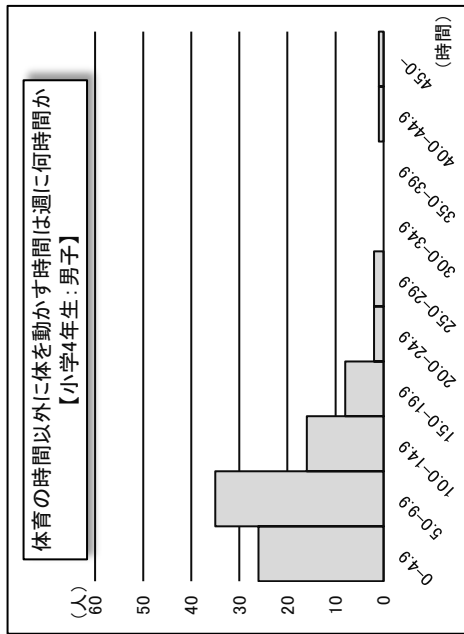
【小・中：問4-3】

運動している人は、体育の時間以外で週に合計何時間くらい体を動かしていますか。運動をしない人は記入しないでください。
週の合計運動時間(上記設問で「(運動)しない」と回答した者、欠損者を除外した)

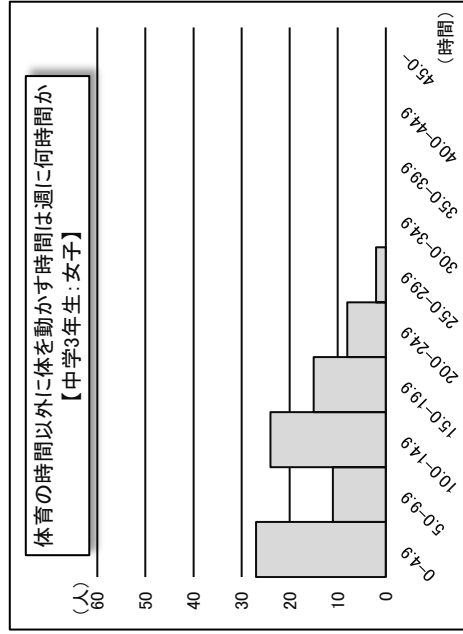
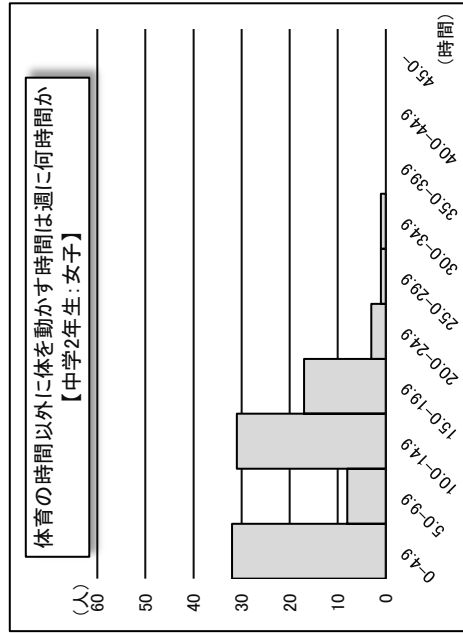
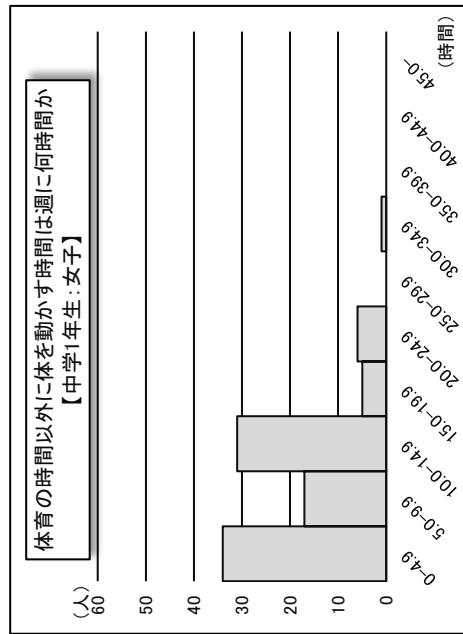
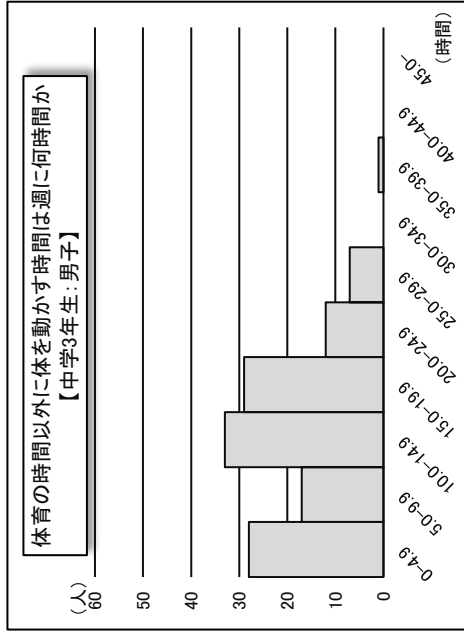
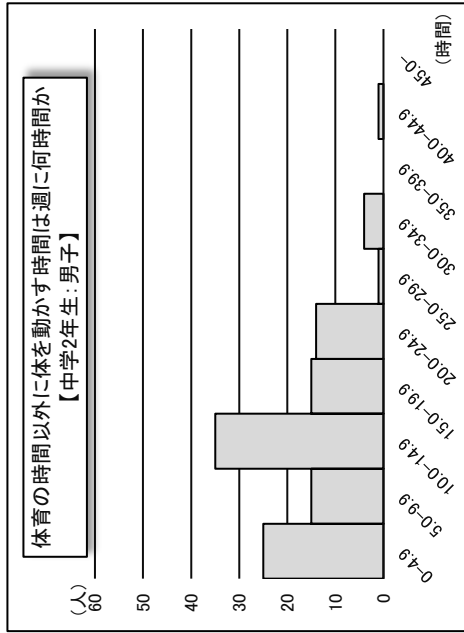
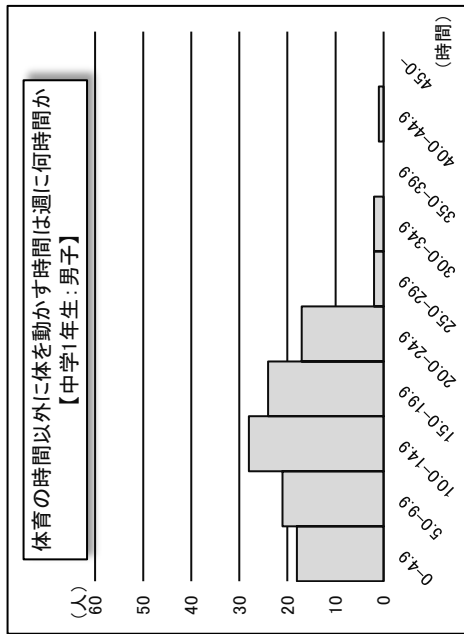
	人数	平均	標準偏差	最小値	最大値
4年生	91	8.9	9.4	1.0	72.0
5年生	108	10.9	8.0	1.0	40.0
6年生	98	10.7	7.3	0.3	34.0
1年生	113	12.7	7.6	1.0	43.0
2年生	110	12.1	8.0	0.5	42.0
3年生	127	12.1	7.4	1.0	38.5
4年生	96	6.2	6.0	1.0	30.0
5年生	106	6.4	8.6	1.0	65.0
6年生	80	6.9	6.8	1.0	38.0
1年生	94	8.6	6.4	1.0	32.0
2年生	93	9.6	6.7	0.1	30.5
3年生	87	9.9	7.0	0.5	28.0



【小学生】



【中学生】



【小：問5】

あなたは、普段、家から学校まで何分歩いて通っていますか？行きと帰り両方に答えてください。歩いて登下校をしていない場合は、当てはまる方法に○をつけて下さい。

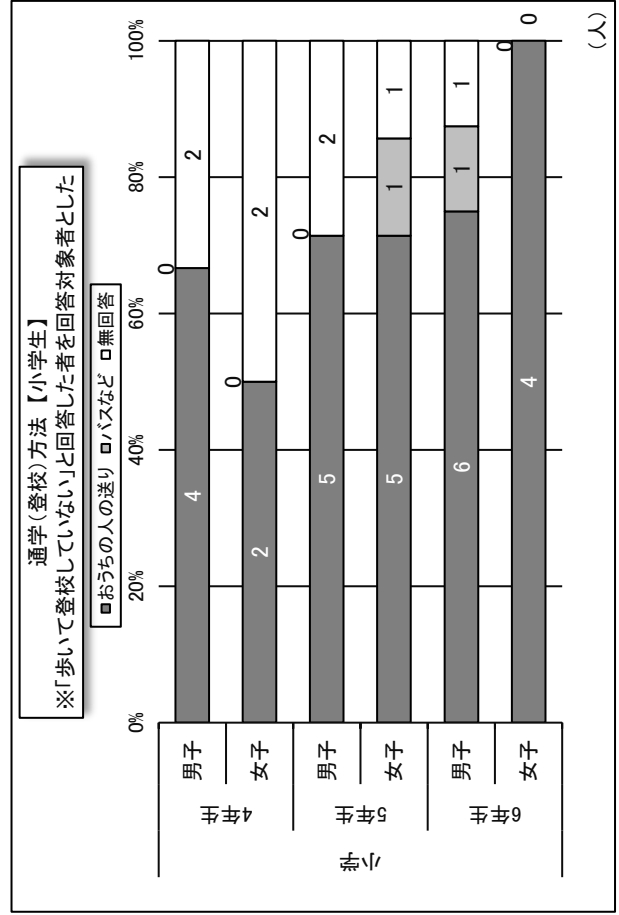
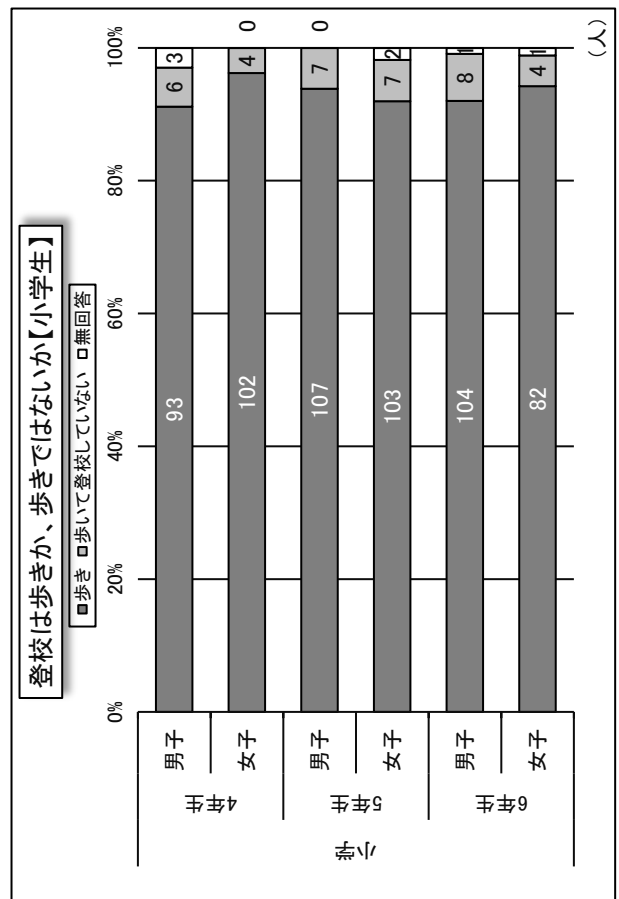
《《行き》》

通学(登校)方法

※小学生は、上記の設問で、「歩いて登校していない」と回答した者を回答対象者とした。

	歩き		歩いて登校していない		無回答		合計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	93	91.2	6	5.9	3	2.9	102	100.0
	女子	102	96.2	4	3.8	0	0.0	106	100.0
小5年生	男子	107	93.9	7	6.1	0	0.0	114	100.0
	女子	103	92.0	7	6.3	2	1.8	112	100.0
6年生	男子	104	92.0	8	7.1	1	0.9	113	100.0
	女子	82	94.3	4	4.6	1	1.1	87	100.0

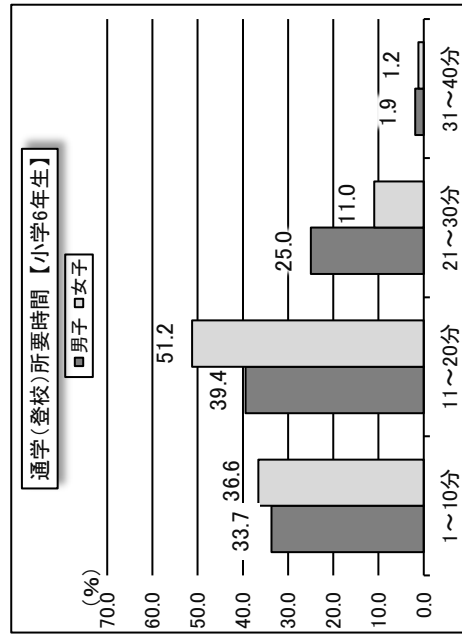
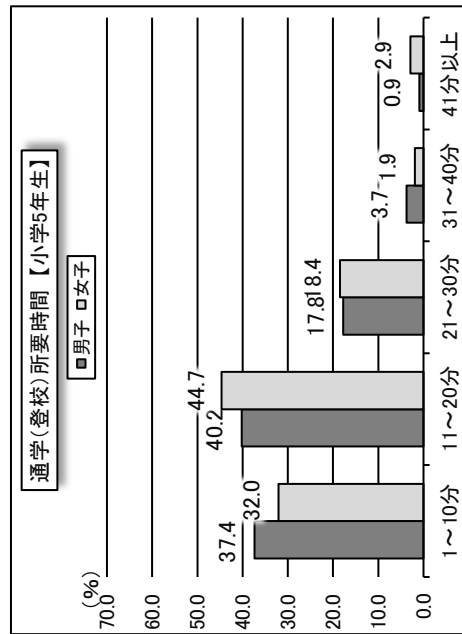
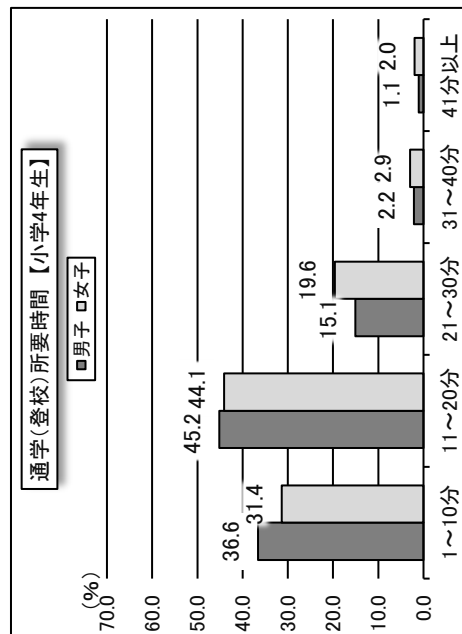
	おうちの人の送り		バスなど		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	4	66.7	0	0.0	2	33.3	6	100.0
	女子	2	50.0	0	0.0	2	50.0	4	100.0
小5年生	男子	5	71.4	0	0.0	2	28.6	7	100.0
	女子	5	71.4	1	14.3	1	14.3	7	100.0
6年生	男子	6	75.0	1	12.5	1	12.5	8	100.0
	女子	4	100.0	0	0.0	0	0.0	4	100.0



通学(登校)所要時間

※小学生は上記の設定で、「歩き」と回答した者を回答対象者とした。

	1～10分		11～20分		21～30分		31～40分		41分以上		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%			
4年生	男子	34	36.6	42	45.2	14	15.1	2	2.2	1	1.1	0	0.0	93	100.0
	女子	32	31.4	45	44.1	20	19.6	3	2.9	2	2.0	0	0.0	102	100.0
小5年生	男子	40	37.4	43	40.2	19	17.8	4	3.7	1	0.9	0	0.0	107	100.0
	女子	33	32.0	46	44.7	19	18.4	2	1.9	3	2.9	0	0.0	103	100.0
6年生	男子	35	33.7	41	39.4	26	25.0	2	1.9	0	0.0	0	0.0	104	100.0
	女子	30	36.6	42	51.2	9	11.0	1	1.2	0	0.0	0	0.0	82	100.0



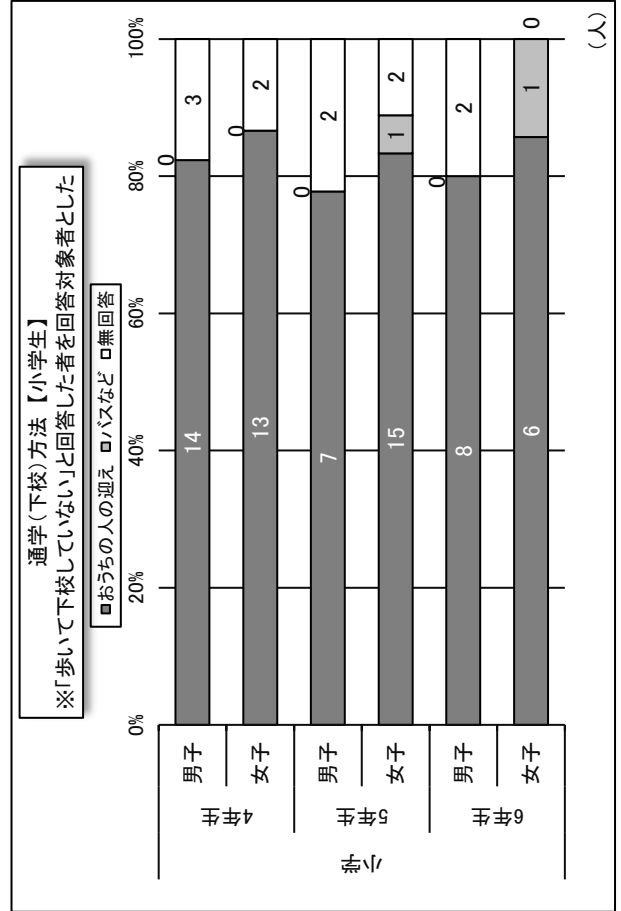
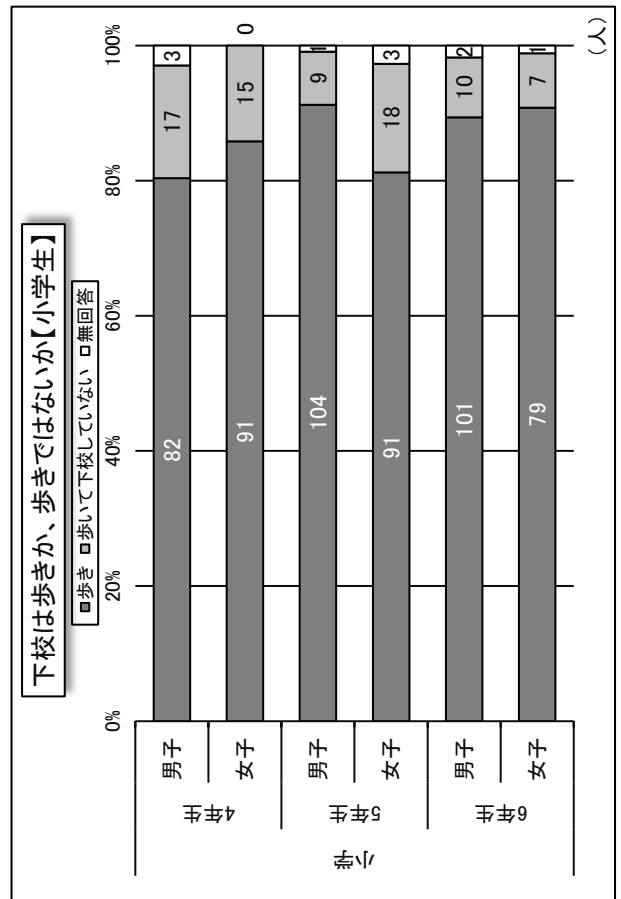
《《帰り》》

	歩き		歩いて下校して いない		無回答		合計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	82	80.4	17	16.7	3	2.9	102	100.0
	女子	91	85.8	15	14.2	0	0.0	106	100.0
小5年生	男子	104	91.2	9	7.9	1	0.9	114	100.0
	女子	91	81.3	18	16.1	3	2.7	112	100.0
6年生	男子	101	89.4	10	8.8	2	1.8	113	100.0
	女子	79	90.8	7	8.0	1	1.1	87	100.0

通学(下校)方法

※小学生は、上記の設問で、「歩いて下校していない」と回答した者を回答対象者とした。

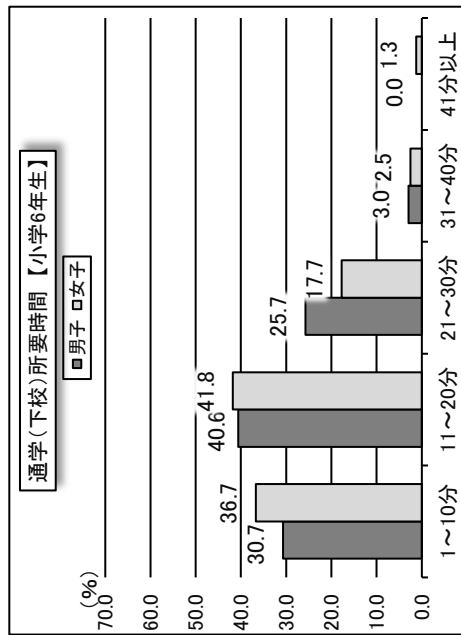
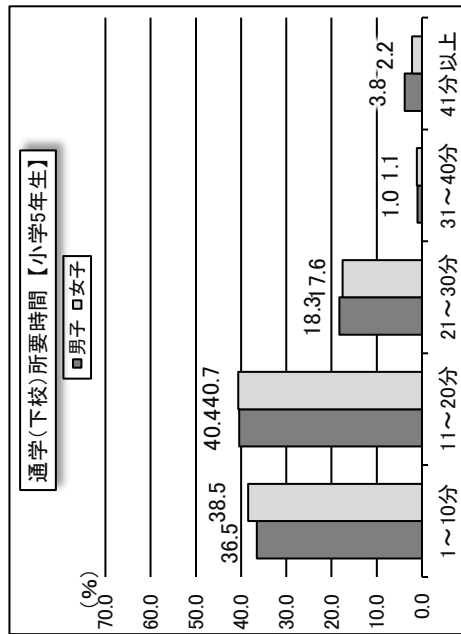
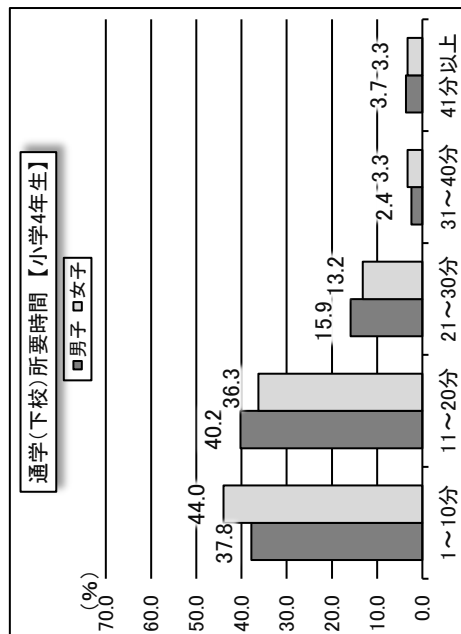
	おうちの人の 迎え		バスなど		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	14	82.4	0	0.0	3	17.6	17	100.0
	女子	13	86.7	0	0.0	2	13.3	15	100.0
小5年生	男子	7	77.8	0	0.0	2	22.2	9	100.0
	女子	15	83.3	1	5.6	2	11.1	18	100.0
6年生	男子	8	80.0	0	0.0	2	20.0	10	100.0
	女子	6	85.7	1	14.3	0	0.0	7	100.0



通学(下校)所要時間

※小学生は上記の設定で、「歩き」と回答した者を回答対象者とした。

	1～10分		11～20分		21～30分		31～40分		41分以上		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%			
4年生	男子	31	37.8	33	40.2	13	15.9	2	2.4	3	3.7	0	0.0	82	100.0
	女子	40	44.0	33	36.3	12	13.2	3	3.3	3	3.3	0	0.0	91	100.0
小5年生	男子	38	36.5	42	40.4	19	18.3	1	1.0	4	3.8	0	0.0	104	100.0
	女子	35	38.5	37	40.7	16	17.6	1	1.1	2	2.2	0	0.0	91	100.0
6年生	男子	31	30.7	41	40.6	26	25.7	3	3.0	0	0.0	0	0.0	101	100.0
	女子	29	36.7	33	41.8	14	17.7	2	2.5	1	1.3	0	0.0	79	100.0

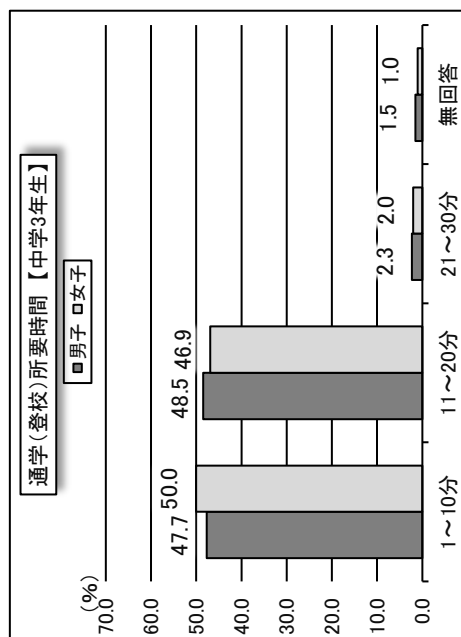
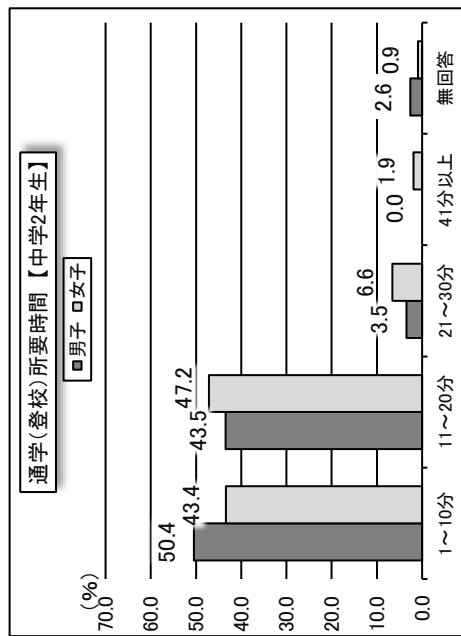
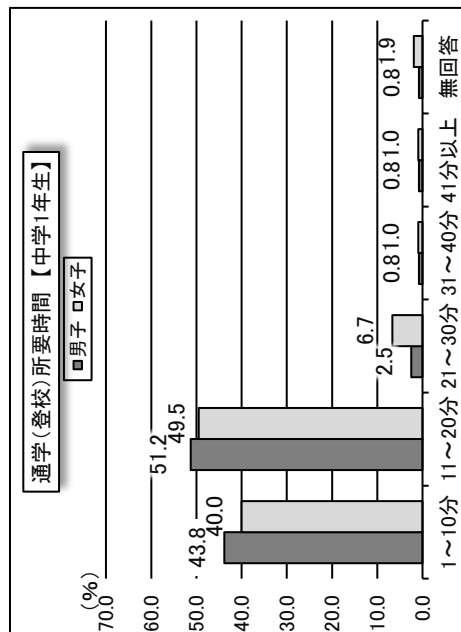


【中：問5】

あなたの家から学校まで通うのにどれくらいの時間がかかりますか？行きと帰り両方に答えてください。また、普段の主な通学方法に○をつけて下さい。
 《行き》

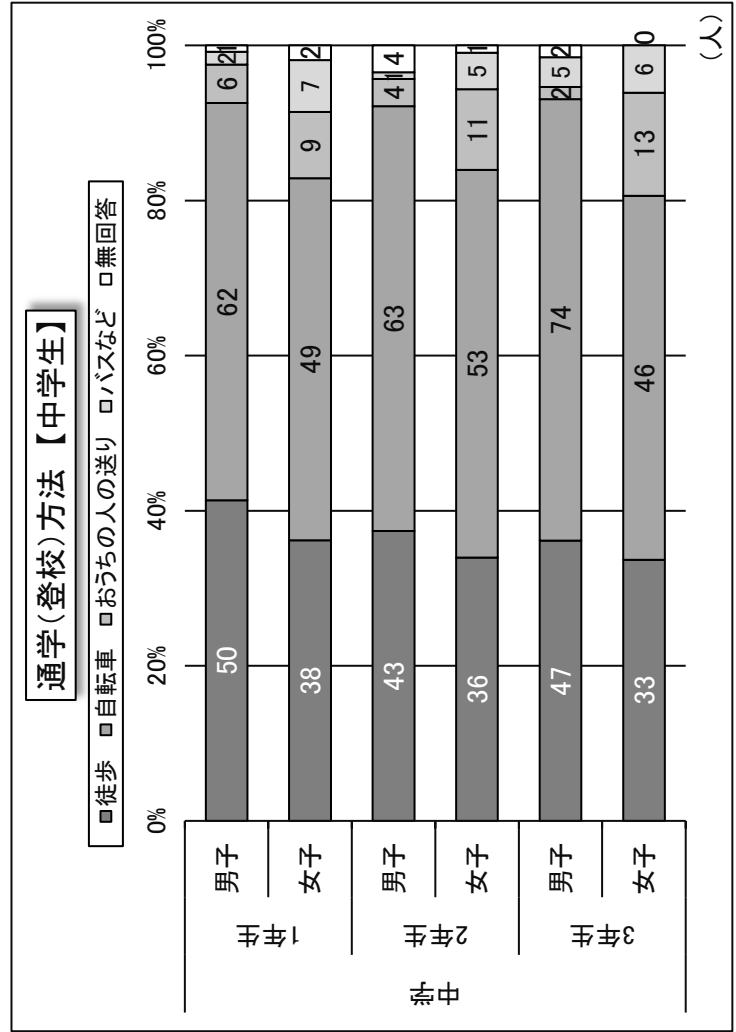
通学(登校)所要時間

	1～10分		11～20分		21～30分		31～40分		41分以上		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	男子	53	43.8	62	51.2	3	2.5	1	0.8	1	0.8	1	0.8	121	100.0
	女子	42	40.0	52	49.5	7	6.7	1	1.0	2	1.9	2	1.9	105	100.0
中2年生	男子	58	50.4	50	43.5	4	3.5	0	0.0	0	0.0	3	2.6	115	100.0
	女子	46	43.4	50	47.2	7	6.6	0	0.0	2	1.9	1	0.9	106	100.0
3年生	男子	62	47.7	63	48.5	3	2.3	0	0.0	0	0.0	2	1.5	130	100.0
	女子	49	50.0	46	46.9	2	2.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	98	100.0



通学(登校)方法

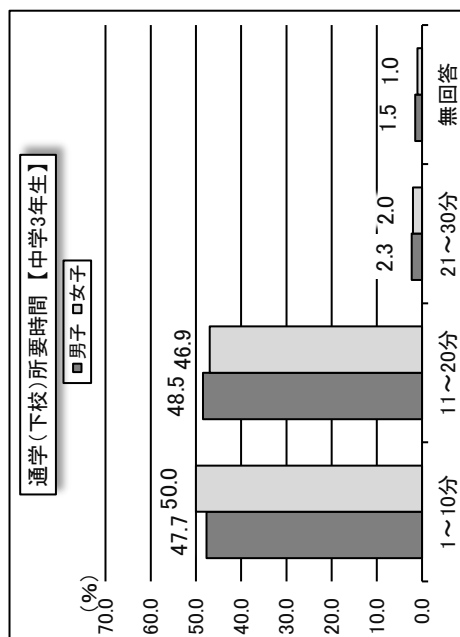
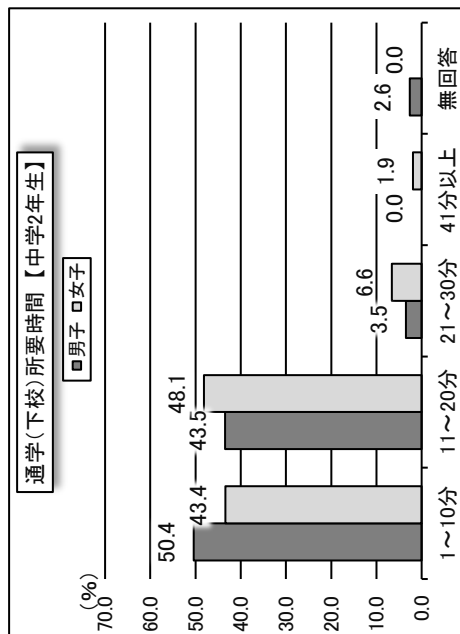
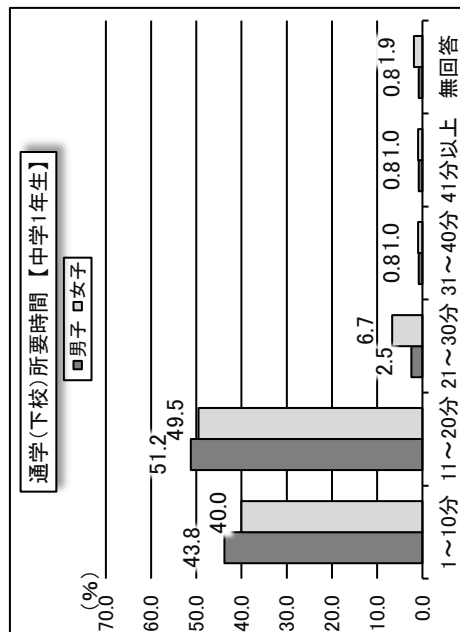
	徒歩		自転車		おうちの人の送り		バスなど		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	男子	50	41.3	62	51.2	6	5.0	2	1.7	1	0.8	121	100.0
	女子	38	36.2	49	46.7	9	8.6	7	6.7	2	1.9	105	100.0
中 学	男子	43	37.4	63	54.8	4	3.5	1	0.9	4	3.5	115	100.0
	女子	36	34.0	53	50.0	11	10.4	5	4.7	1	0.9	106	100.0
3年生	男子	47	36.2	74	56.9	2	1.5	5	3.8	2	1.5	130	100.0
	女子	33	33.7	46	46.9	13	13.3	6	6.1	0	0.0	98	100.0



《《帰リ》》

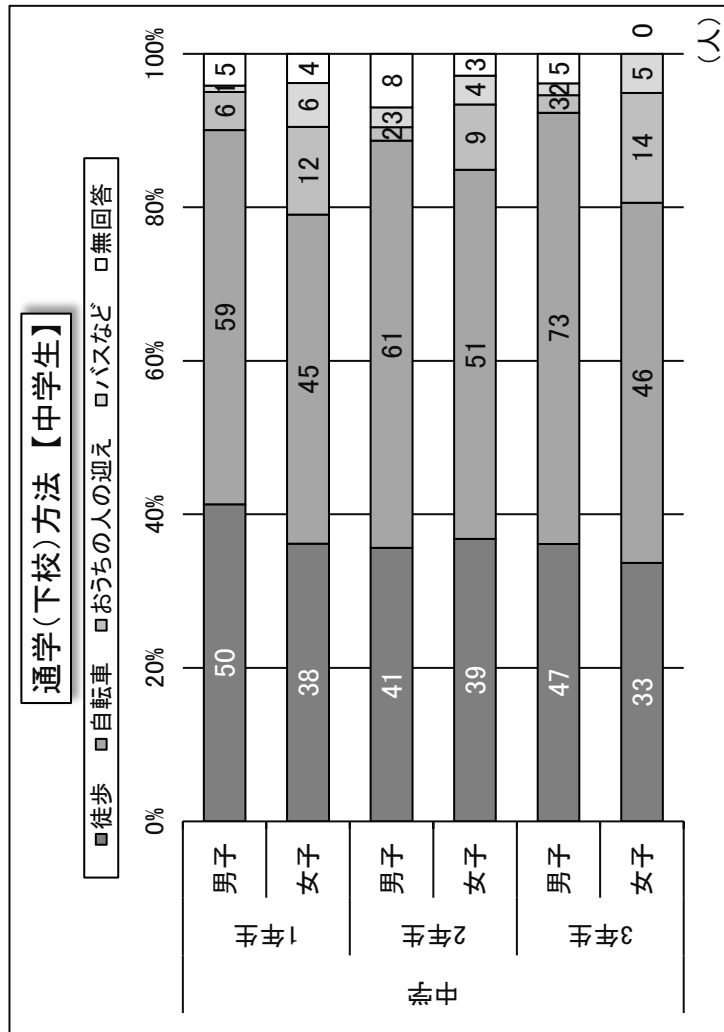
通学(下校)所要時間

	1～10分		11～20分		21～30分		31～40分		41分以上		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%			
1年生	男子	53	43.8	62	51.2	3	2.5	1	0.8	1	0.8	1	0.8	121	100.0
	女子	42	40.0	52	49.5	7	6.7	1	1.0	1	1.0	2	1.9	105	100.0
2年生	男子	58	50.4	50	43.5	4	3.5	0	0.0	0	0.0	3	2.6	115	100.0
	女子	46	43.4	51	48.1	7	6.6	0	0.0	2	1.9	0	0.0	106	100.0
3年生	男子	62	47.7	63	48.5	3	2.3	0	0.0	0	0.0	2	1.5	130	100.0
	女子	49	50.0	46	46.9	2	2.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	98	100.0



通学(下校)方法

	徒歩		自転車		おうちの人の迎え		バスなど		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	男子	50	41.3	59	48.8	6	5.0	1	0.8	5	4.1	121	100.0
	女子	38	36.2	45	42.9	12	11.4	6	5.7	4	3.8	105	100.0
中2年生	男子	41	35.7	61	53.0	2	1.7	3	2.6	8	7.0	115	100.0
	女子	39	36.8	51	48.1	9	8.5	4	3.8	3	2.8	106	100.0
3年生	男子	47	36.2	73	56.2	3	2.3	2	1.5	5	3.8	130	100.0
	女子	33	33.7	46	46.9	14	14.3	5	5.1	0	0.0	98	100.0

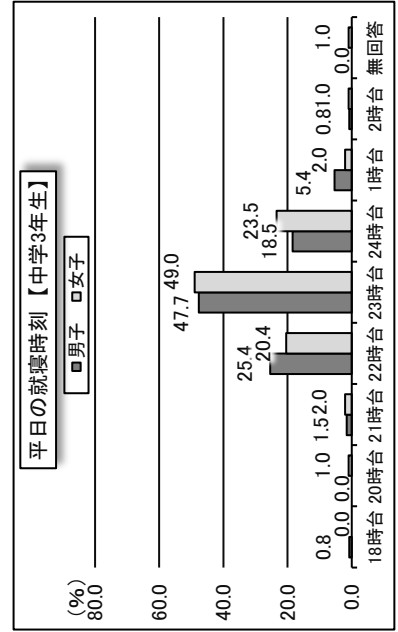
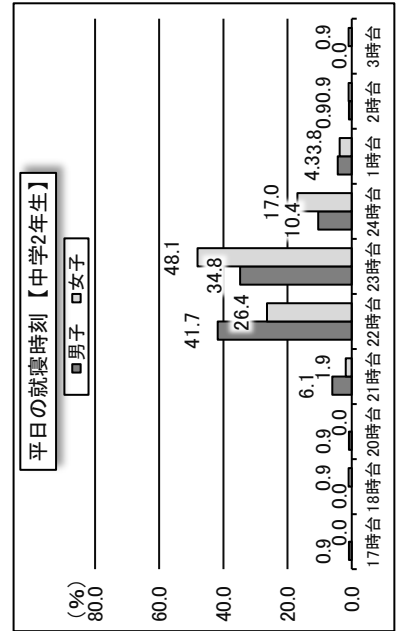
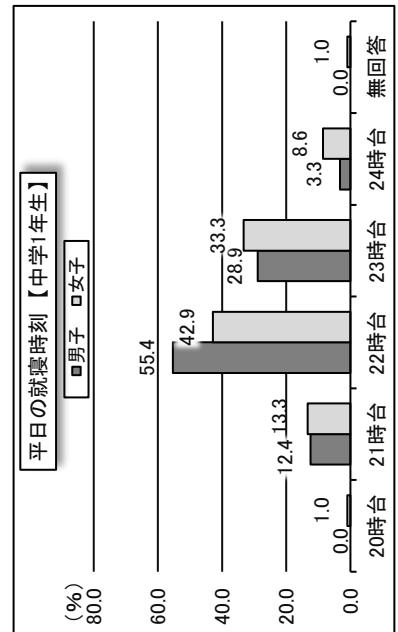
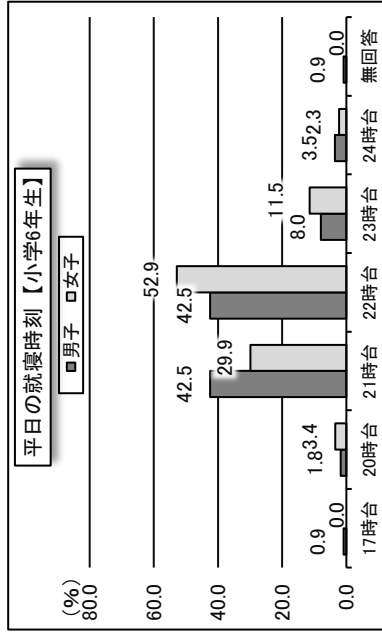
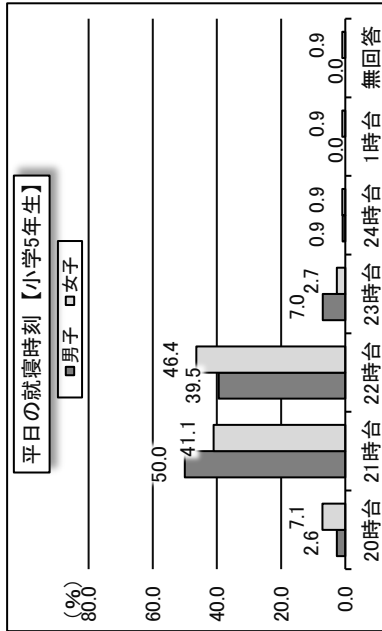
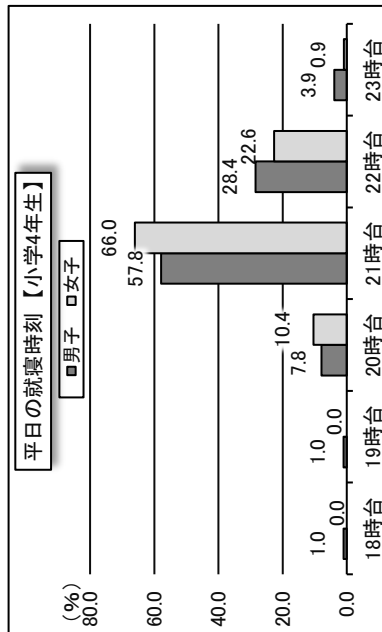


【小・中：問6】

あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方教えてください。

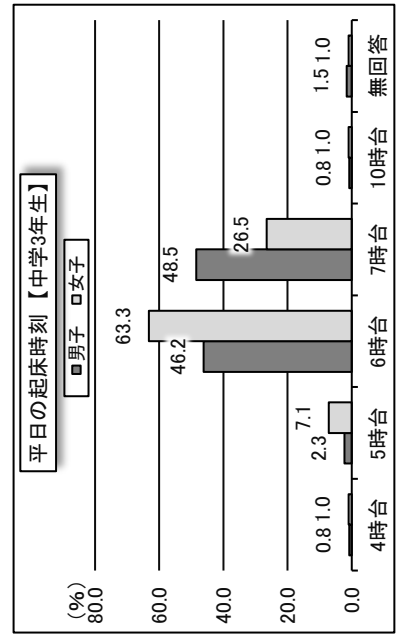
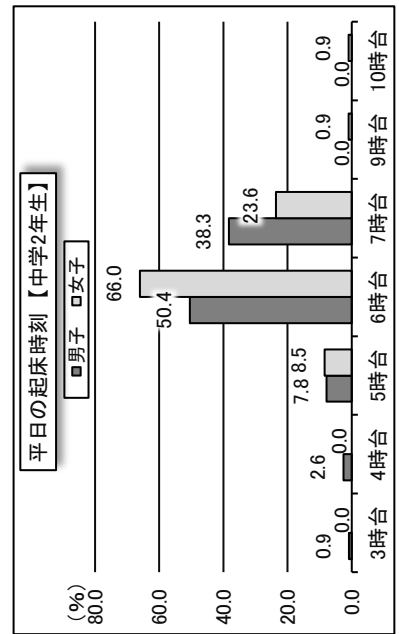
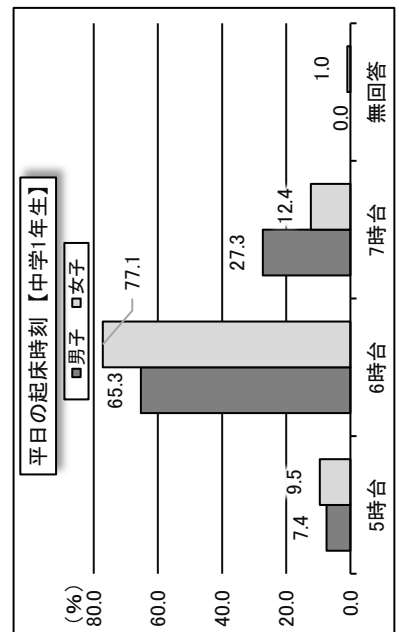
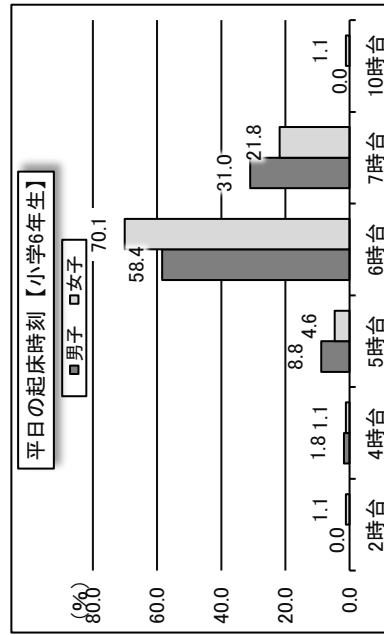
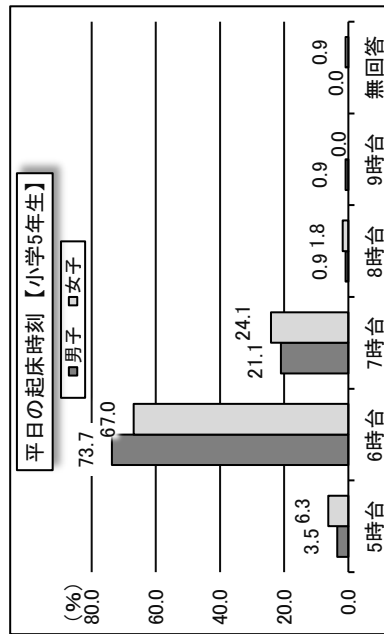
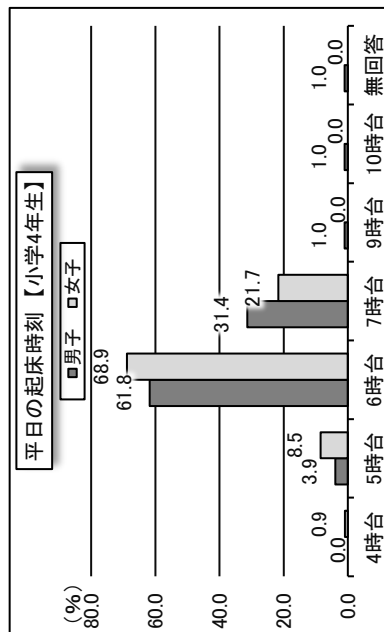
《平日：就寝時刻》

	17時台		18時台		19時台		20時台		21時台		22時台		23時台		24時台		1時台		2時台		3時台		無回答		計			
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
4年生 男子	0	0.0	1	1.0	1	1.0	8	7.8	59	57.8	29	28.4	4	3.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	102	100.0
4年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	11	10.4	70	66.0	24	22.6	1	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	106	100.0
小5年生 男子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	2.6	57	50.0	45	39.5	8	7.0	1	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	8	7.1	46	41.1	52	46.4	3	2.7	1	0.9	1	0.9	0	0.0	0	0.0	1	0.9	1	0.9	112	100.0
6年生 男子	1	0.9	0	0.0	0	0.0	2	1.8	48	42.5	48	42.5	9	8.0	4	3.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	113	100.0
6年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	3.4	26	29.9	46	52.9	10	11.5	2	2.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	15	12.4	67	55.4	35	28.9	4	3.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	14	13.3	45	42.9	35	33.3	9	8.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	105	100.0		
中2年生 男子	1	0.9	0	0.0	0	0.0	1	0.9	7	6.1	48	41.7	40	34.8	12	10.4	5	4.3	1	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	115	100.0
中2年生 女子	0	0.0	1	0.9	0	0.0	0	0.0	2	1.9	28	26.4	51	48.1	18	17.0	4	3.8	1	0.9	1	0.9	0	0.0	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	0	0.0	1	0.8	0	0.0	0	0.0	2	1.5	33	25.4	62	47.7	24	18.5	7	5.4	1	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	130	100.0
3年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	2	2.0	20	20.4	48	49.0	23	23.5	2	2.0	1	1.0	0	0.0	1	1.0	0	0.0	98	100.0



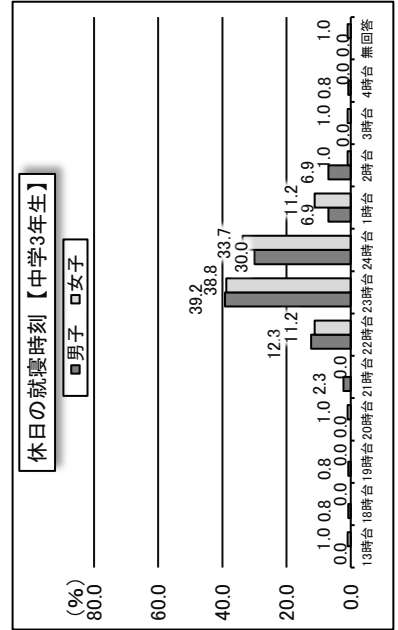
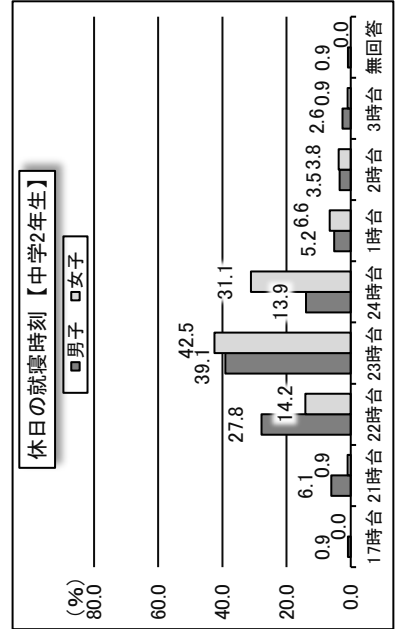
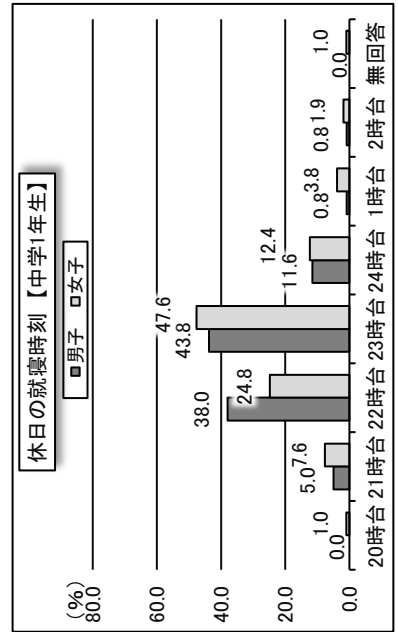
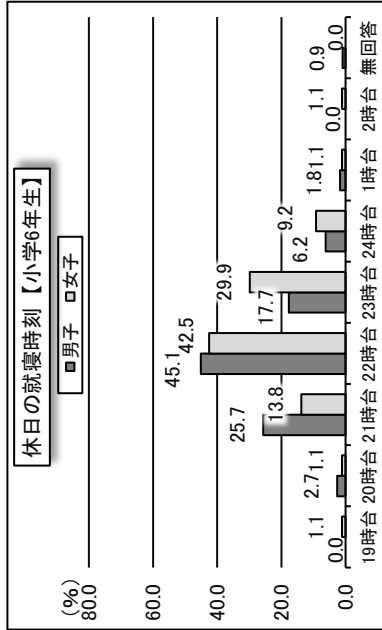
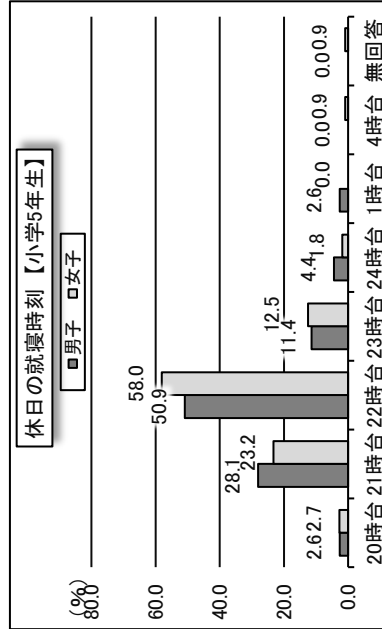
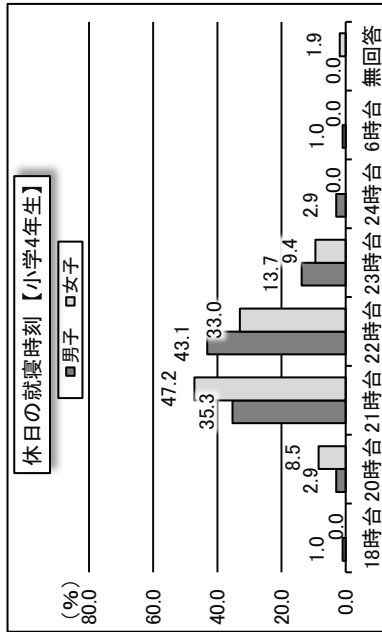
《平日：起床時刻》

	2時台		3時台		4時台		5時台		6時台		7時台		8時台		9時台		10時台		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生	0	0.0	0	0.0	0	0.0	4	3.9	63	61.8	32	31.4	0	0.0	1	1.0	1	1.0	1.0	1.0	102	100.0
女子	0	0.0	0	0.0	1	0.9	9	8.5	73	68.9	23	21.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	106	100.0
小5年生	0	0.0	0	0.0	0	0.0	4	3.5	84	73.7	24	21.1	1	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	114	100.0
女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	7	6.3	75	67.0	27	24.1	2	1.8	0	0.0	0	0.0	1	0.9	112	100.0
6年生	0	0.0	0	0.0	2	1.8	10	8.8	66	58.4	35	31.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	113	100.0
女子	1	1.1	0	0.0	1	1.1	4	4.6	61	70.1	19	21.8	0	0.0	0	0.0	1	1.1	0	0.0	87	100.0
1年生	0	0.0	0	0.0	0	0.0	9	7.4	79	65.3	33	27.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	121	100.0
女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	10	9.5	81	77.1	13	12.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	105	100.0
中2年生	0	0.0	1	0.9	3	2.6	9	7.8	58	50.4	44	38.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	115	100.0
女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	9	8.5	70	66.0	25	23.6	0	0.0	1	0.9	1	0.9	0	0.0	106	100.0
3年生	0	0.0	0	0.0	1	0.8	3	2.3	60	46.2	63	48.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.5	130	100.0
女子	0	0.0	0	0.0	1	1.0	7	7.1	62	63.3	26	26.5	0	0.0	0	0.0	1	1.0	1	1.0	98	100.0



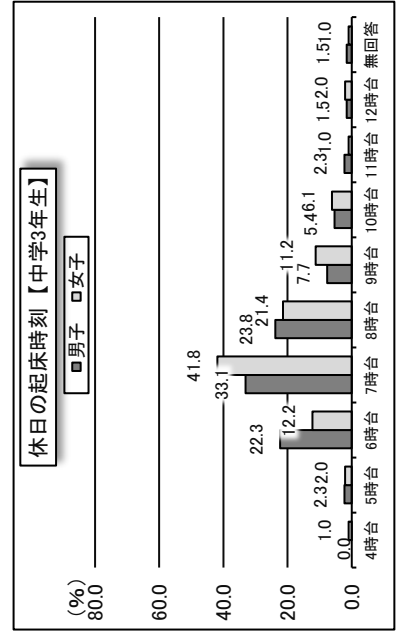
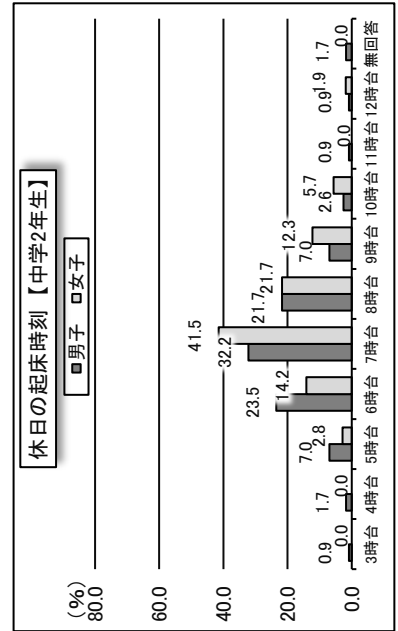
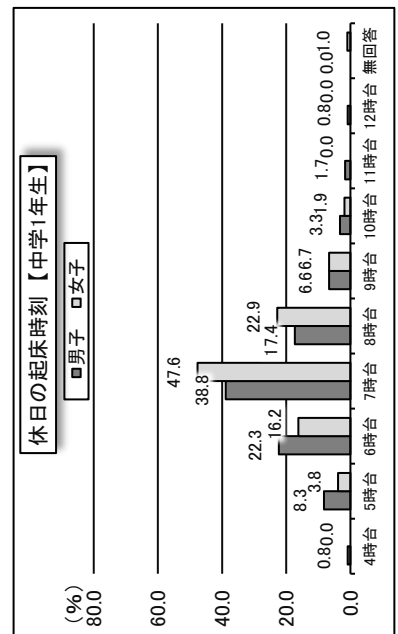
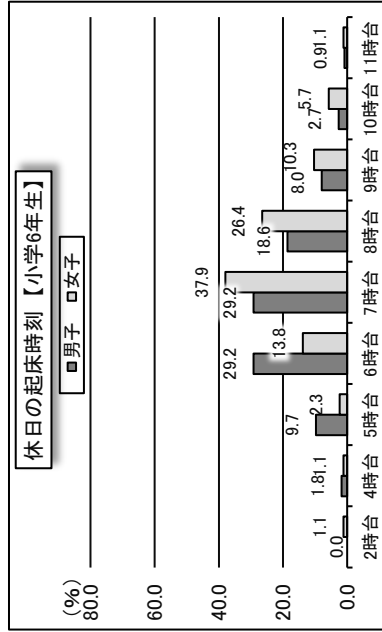
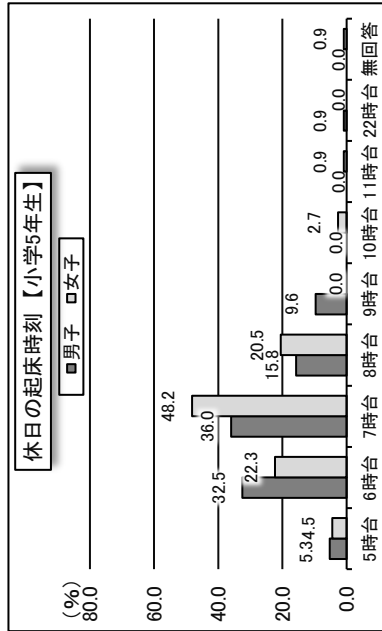
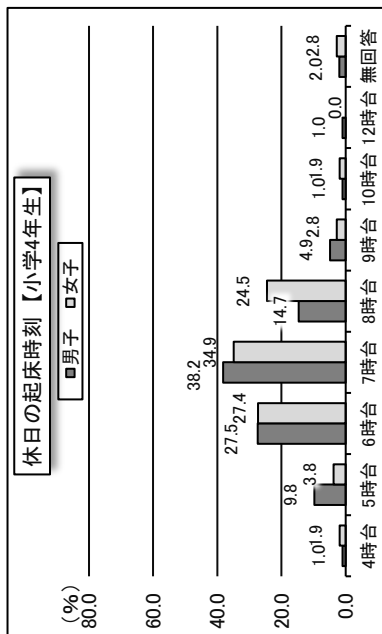
<<週末・就寝時刻>>

	13時台		17時台		18時台		19時台		20時台		21時台		22時台		23時台		24時台		1時台		2時台		3時台		4時台		6時台		計					
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%				
4年生 男子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	2.9	36	35.3	44	43.1	14	13.7	3	2.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	0	0.0	102	100.0
4年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	9	8.5	50	47.2	35	33.0	10	9.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.9	106	100.0		
小5年生 男子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	2.6	32	28.1	58	50.9	13	11.4	5	4.4	3	2.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	2.7	26	23.2	65	58.0	14	12.5	2	1.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	0	0.0	1	0.9	112	100.0		
6年生 男子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	2.7	29	25.7	51	45.1	20	17.7	7	6.2	2	1.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	113	100.0
6年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1	1	1.1	12	13.8	37	42.5	26	29.9	8	9.2	1	1.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	6	5.0	46	39.0	53	43.8	14	11.6	1	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	8	7.6	26	23.8	50	47.8	13	12.4	4	3.8	2	1.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	105	100.0
中学2年生 男子	0	0.0	0	0.0	1	0.9	0	0.0	0	0.0	7	6.1	32	27.8	45	39.1	16	13.9	6	5.2	4	3.5	3	2.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	115	100.0
中学2年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	15	14.2	45	42.5	33	31.1	7	6.6	4	3.8	1	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	2.3	16	12.3	51	39.2	39	30.0	9	6.9	0	0.0	0	0.0	1	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	130	100.0
3年生 女子	1	1.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	1	1.0	0	0.0	11	11.2	38	38.8	33	33.7	11	11.2	1	1.0	1	1.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	1	1.0	98	100.0



《週末：起床時刻》

	2時台		3時台		4時台		5時台		6時台		7時台		8時台		9時台		10時台		11時台		12時台		22時台		無回答		計			
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	0	0.0	0	0.0	1	1.0	10	9.8	28	27.5	39	38.2	15	14.7	5	4.9	1	1.0	0	0.0	1	1.0	0	0.0	0	0.0	2	2.0	102	100.0
4年生 女子	0	0.0	0	0.0	2	1.9	4	3.8	29	27.4	37	34.9	26	24.5	3	2.8	2	1.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	2.8	106	100.0
小5年生 男子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	6	5.3	37	32.5	41	36.0	18	15.8	11	9.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	5	4.5	25	22.3	54	48.2	23	20.5	3	2.7	1	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	112	100.0
6年生 男子	0	0.0	0	0.0	2	1.8	11	9.7	33	29.2	33	29.2	21	18.6	9	8.0	3	2.7	1	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	113	100.0
6年生 女子	1	1.1	0	0.0	1	1.1	2	2.3	12	13.8	33	37.9	23	26.4	9	10.3	5	5.7	1	1.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	10	8.3	27	22.3	47	38.8	21	17.4	4	3.3	2	1.7	1	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	4	3.8	17	16.2	50	47.6	24	22.9	7	6.7	2	1.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	105	100.0
中2年生 男子	0	0.0	1	0.9	2	1.7	8	7.0	27	23.5	37	32.2	25	21.7	8	7.0	3	2.6	1	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.7	115	100.0
中2年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	2.8	15	14.2	44	41.5	23	21.7	13	12.3	6	5.7	0	0.0	2	1.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	2.3	29	22.3	43	33.1	31	23.8	10	7.7	7	5.4	3	2.3	2	1.5	0	0.0	2	1.5	130	100.0		
3年生 女子	0	0.0	0	0.0	1	1.0	2	2.0	12	12.2	41	41.8	21	21.4	11	11.2	6	6.1	1	1.0	2	2.0	0	0.0	1	1.0	98	100.0		



【小・中：問7】

ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(単回答)

	すぐ眠りにつける		すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける		なかなか眠れない		明け方まで眠れない		眠れない		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	26	25.5	58	56.9	18	17.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	102	100.0
	女子	34	32.1	55	51.9	17	16.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	106	100.0
5年生	男子	37	32.5	66	57.9	11	9.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	114	100.0
	女子	33	29.5	69	61.6	8	7.1	0	0.0	1	0.9	1	0.9	112	100.0
6年生	男子	30	26.5	63	55.8	20	17.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	113	100.0
	女子	22	25.3	54	62.1	11	12.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	87	100.0
1年生	男子	46	38.0	60	49.6	13	10.7	1	0.8	0	0.0	1	0.8	121	100.0
	女子	33	31.4	59	56.2	12	11.4	0	0.0	0	0.0	1	1.0	105	100.0
2年生	男子	49	42.6	58	50.4	8	7.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	115	100.0
	女子	34	32.1	60	56.6	12	11.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	106	100.0
3年生	男子	46	35.4	67	51.5	16	12.3	0	0.0	1	0.8	0	0.0	130	100.0
	女子	43	43.9	44	44.9	9	9.2	1	1.0	1	1.0	0	0.0	98	100.0

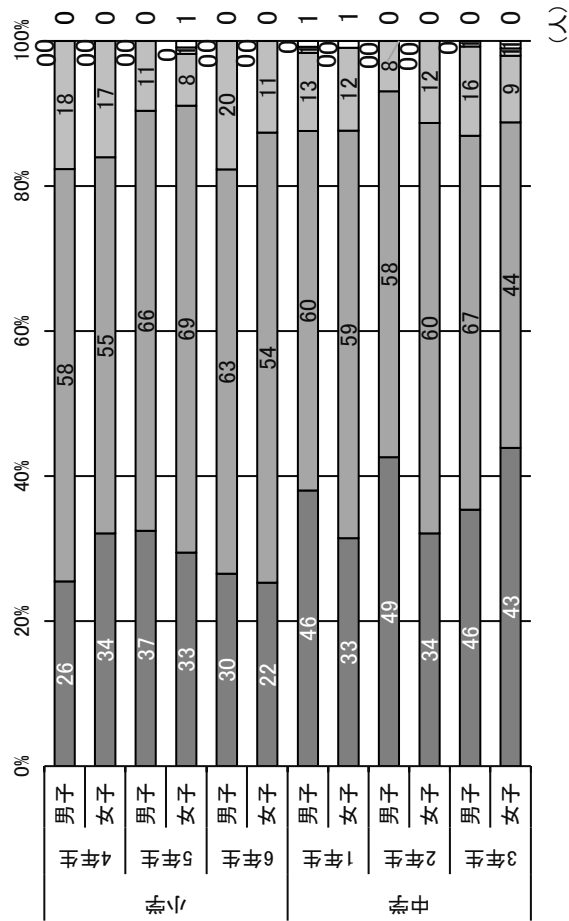
【小・中：問8】

朝はすっきり目が覚めますか。(単回答)

	すっきり目が覚める		少し眠い		眠くてなかなか起きられない		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	22	21.6	70	68.6	9	8.8	1	1.0	102	100.0
	女子	34	32.1	59	55.7	13	12.3	0	0.0	106	100.0
5年生	男子	39	34.2	64	56.1	11	9.6	0	0.0	114	100.0
	女子	27	24.1	79	70.5	5	4.5	1	0.9	112	100.0
6年生	男子	27	23.9	73	64.6	13	11.5	0	0.0	113	100.0
	女子	23	26.4	51	58.6	13	14.9	0	0.0	87	100.0
1年生	男子	32	26.4	67	55.4	22	18.2	0	0.0	121	100.0
	女子	31	29.5	58	55.2	16	15.2	0	0.0	105	100.0
2年生	男子	32	27.8	64	55.7	18	15.7	1	0.9	115	100.0
	女子	17	16.0	62	58.5	27	25.5	0	0.0	106	100.0
3年生	男子	25	19.2	71	54.6	34	26.2	0	0.0	130	100.0
	女子	19	19.4	56	57.1	23	23.5	0	0.0	98	100.0

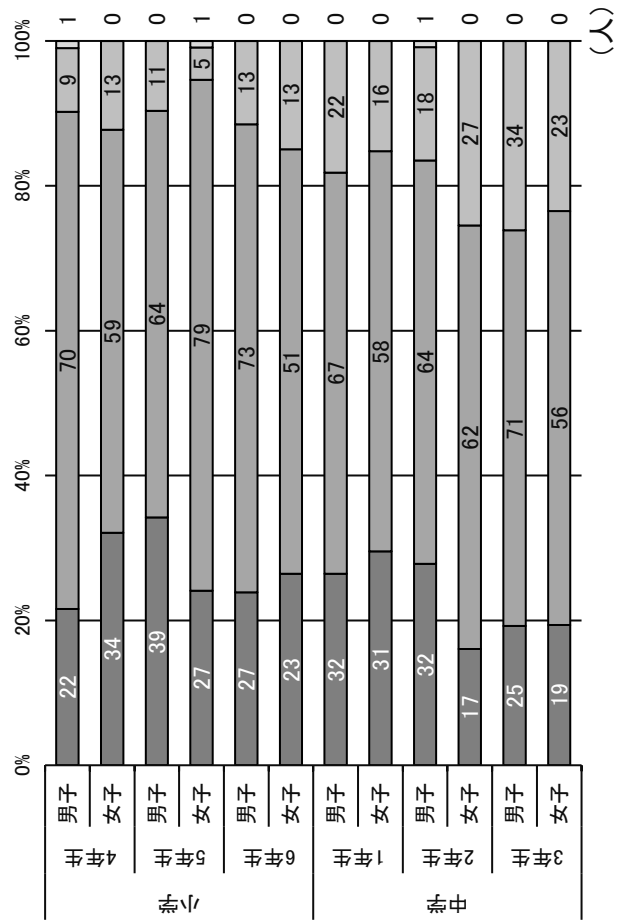
床についてすぐ眠りにつくことができるか

すぐ眠りにつける
 なかなか眠れない
 眠れない
 すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける
 明け方まで眠れない
 無回答



朝はすっきり目が覚めるか

すっきり目が覚める
 少し眠い
 眠くてなかなか起きられない
 無回答



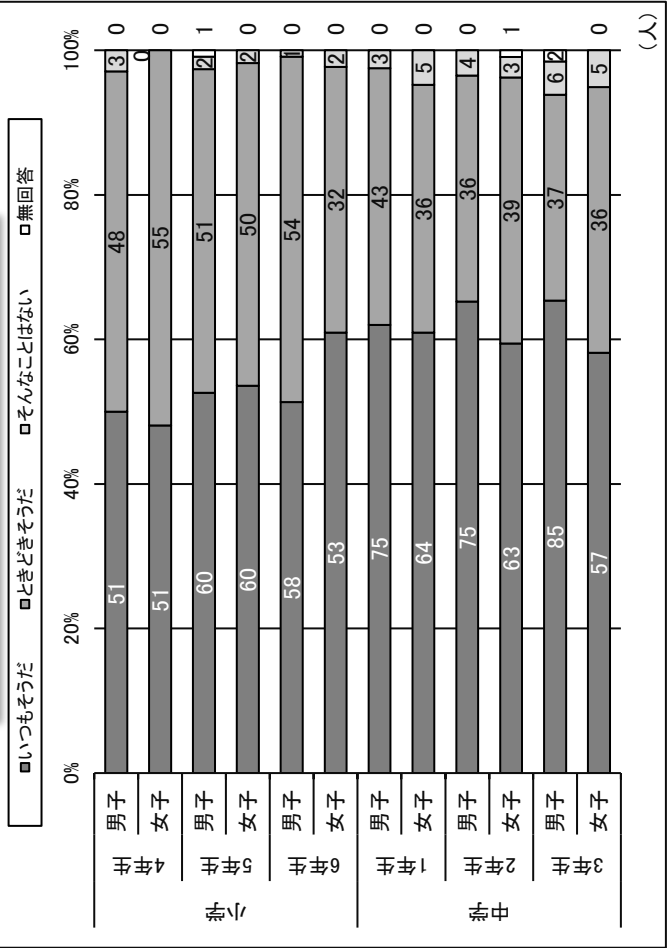
【小：問9、中：問11】

私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。

《1. 楽しみにしていることがたくさんある》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	51	50.0	48	47.1	3	2.9	0	0.0	102	100.0
	女子	51	48.1	55	51.9	0	0.0	0	0.0	106	100.0
小5年生	男子	60	52.6	51	44.7	2	1.8	1	0.9	114	100.0
	女子	60	53.6	50	44.6	2	1.8	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	58	51.3	54	47.8	1	0.9	0	0.0	113	100.0
	女子	53	60.9	32	36.8	2	2.3	0	0.0	87	100.0
1年生	男子	75	62.0	43	35.5	3	2.5	0	0.0	121	100.0
	女子	64	61.0	36	34.3	5	4.8	0	0.0	105	100.0
中2年生	男子	75	65.2	36	31.3	4	3.5	0	0.0	115	100.0
	女子	63	59.4	39	36.8	3	2.8	1	0.9	106	100.0
3年生	男子	85	65.4	37	28.5	6	4.6	2	1.5	130	100.0
	女子	57	58.2	36	36.7	5	5.1	0	0.0	98	100.0

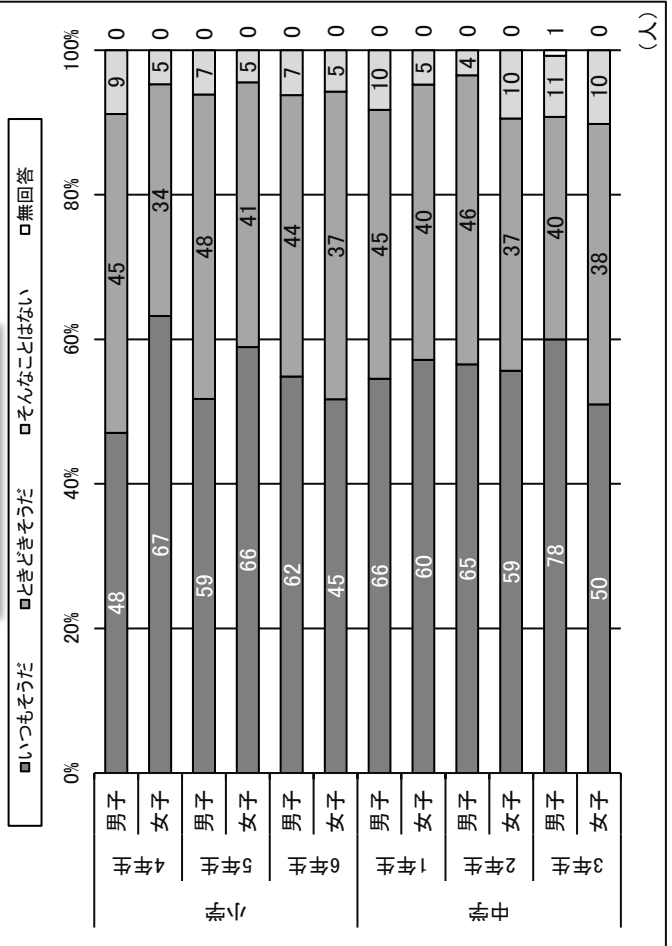
DEP-1. 楽しみにしていることがたくさんある



《2. とてもよく眠れる》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	48	47.1	45	44.1	9	8.8	0	0.0	102	100.0
	女子	67	63.2	34	32.1	5	4.7	0	0.0	106	100.0
小5年生	男子	59	51.8	48	42.1	7	6.1	0	0.0	114	100.0
	女子	66	58.9	41	36.6	5	4.5	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	62	54.9	44	38.9	7	6.2	0	0.0	113	100.0
	女子	45	51.7	37	42.5	5	5.7	0	0.0	87	100.0
1年生	男子	66	54.5	45	37.2	10	8.3	0	0.0	121	100.0
	女子	60	57.1	40	38.1	5	4.8	0	0.0	105	100.0
中2年生	男子	65	56.5	46	40.0	4	3.5	0	0.0	115	100.0
	女子	59	55.7	37	34.9	10	9.4	0	0.0	106	100.0
3年生	男子	78	60.0	40	30.8	11	8.5	1	0.8	130	100.0
	女子	50	51.0	38	38.8	10	10.2	0	0.0	98	100.0

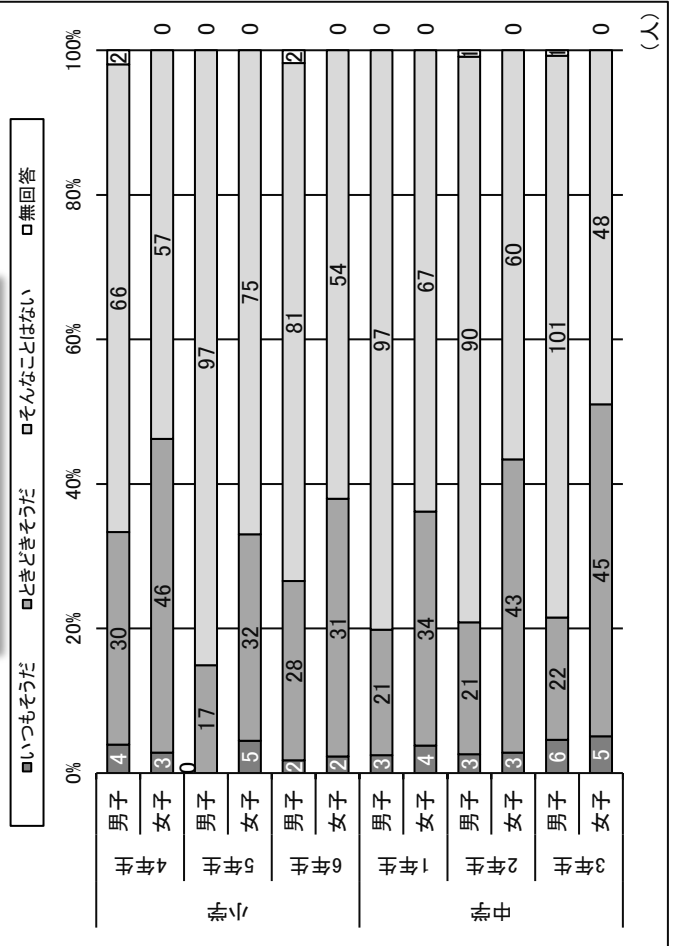
DEP-2. とてもよく眠れる



《3.泣きたいような気がする》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	4	3.9	30	29.4	66	64.7	2	2.0	102	100.0
4年生 女子	3	2.8	46	43.4	57	53.8	0	0.0	106	100.0
小5年生 男子	0	0.0	17	14.9	97	85.1	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	5	4.5	32	28.6	75	67.0	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	2	1.8	28	24.8	81	71.7	2	1.8	113	100.0
6年生 女子	2	2.3	31	35.6	54	62.1	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	3	2.5	21	17.4	97	80.2	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	4	3.8	34	32.4	67	63.8	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	3	2.6	21	18.3	90	78.3	1	0.9	115	100.0
中2年生 女子	3	2.8	43	40.6	60	56.6	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	6	4.6	22	16.9	101	77.7	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	5	5.1	45	45.9	48	49.0	0	0.0	98	100.0

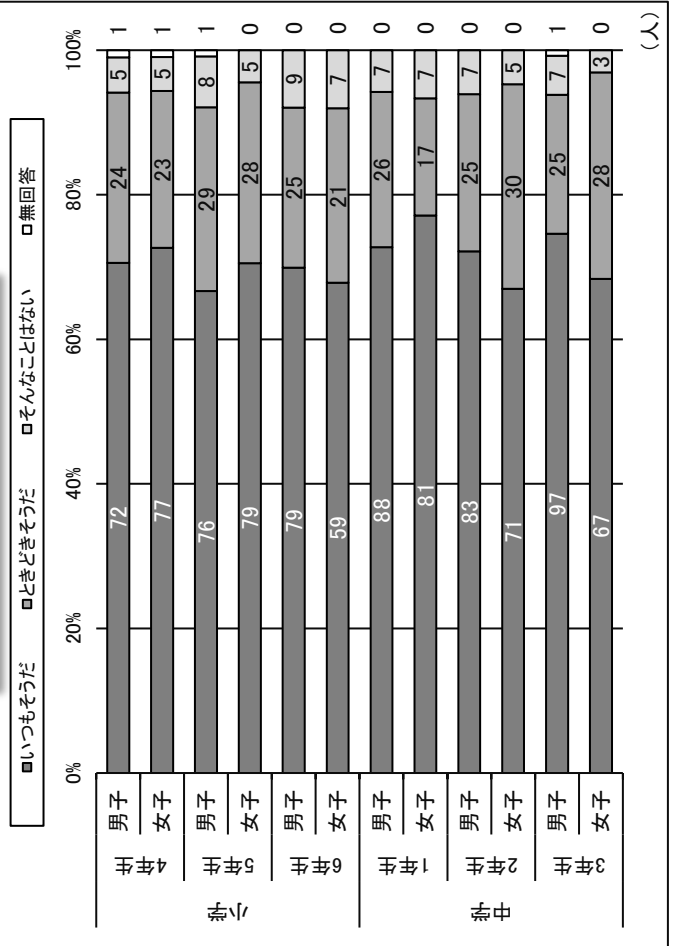
DEP-3.泣きたいような気がする



《4.遊びに出かけるのが好きだ》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	72	70.6	24	23.5	5	4.9	1	1.0	102	100.0
4年生 女子	77	72.6	23	21.7	5	4.7	1	0.9	106	100.0
小5年生 男子	76	66.7	29	25.4	8	7.0	1	0.9	114	100.0
小5年生 女子	79	70.5	28	25.0	5	4.5	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	79	69.9	25	22.1	9	8.0	0	0.0	113	100.0
6年生 女子	59	67.8	21	24.1	7	8.0	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	88	72.7	26	21.5	7	5.8	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	81	77.1	17	16.2	7	6.7	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	83	72.2	25	21.7	7	6.1	0	0.0	115	100.0
中2年生 女子	71	67.0	30	28.3	5	4.7	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	97	74.6	25	19.2	7	5.4	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	67	68.4	28	28.6	3	3.1	0	0.0	98	100.0

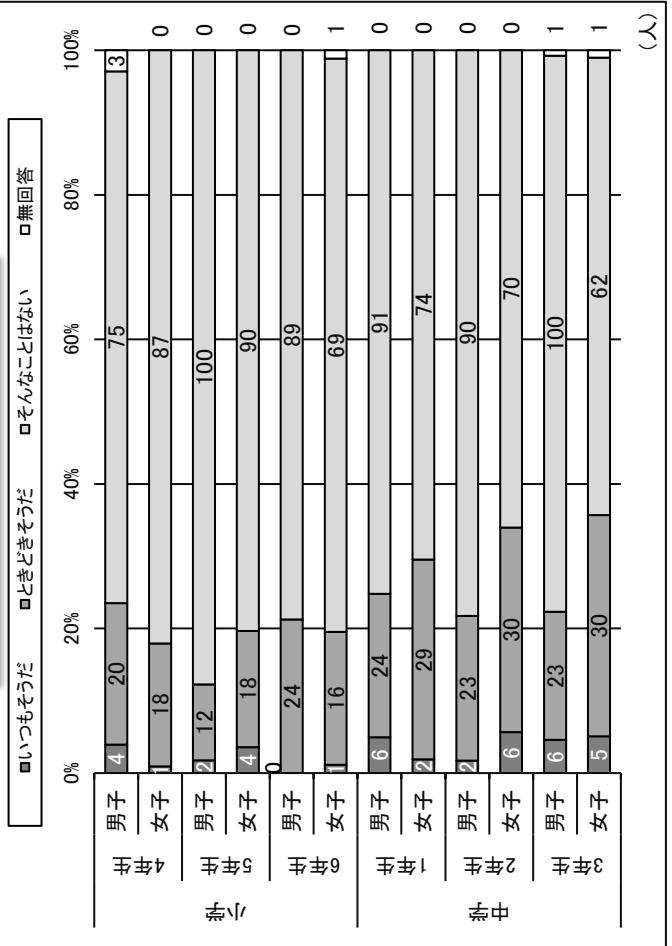
DEP-4.遊びに出かけるのが好きだ



《5. 逃げ出したいような気がする》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	4	3.9	20	19.6	75	73.5	3	2.9	102	100.0
4年生 女子	1	0.9	18	17.0	87	82.1	0	0.0	106	100.0
小5年生 男子	2	1.8	12	10.5	100	87.7	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	4	3.6	18	16.1	90	80.4	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	0	0.0	24	21.2	89	78.8	0	0.0	113	100.0
6年生 女子	1	1.1	16	18.4	69	79.3	1	1.1	87	100.0
1年生 男子	6	5.0	24	19.8	91	75.2	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	2	1.9	29	27.6	74	70.5	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	2	1.7	23	20.0	90	78.3	0	0.0	115	100.0
中2年生 女子	6	5.7	30	28.3	70	66.0	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	6	4.6	23	17.7	100	76.9	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	5	5.1	30	30.6	62	63.3	1	1.0	98	100.0

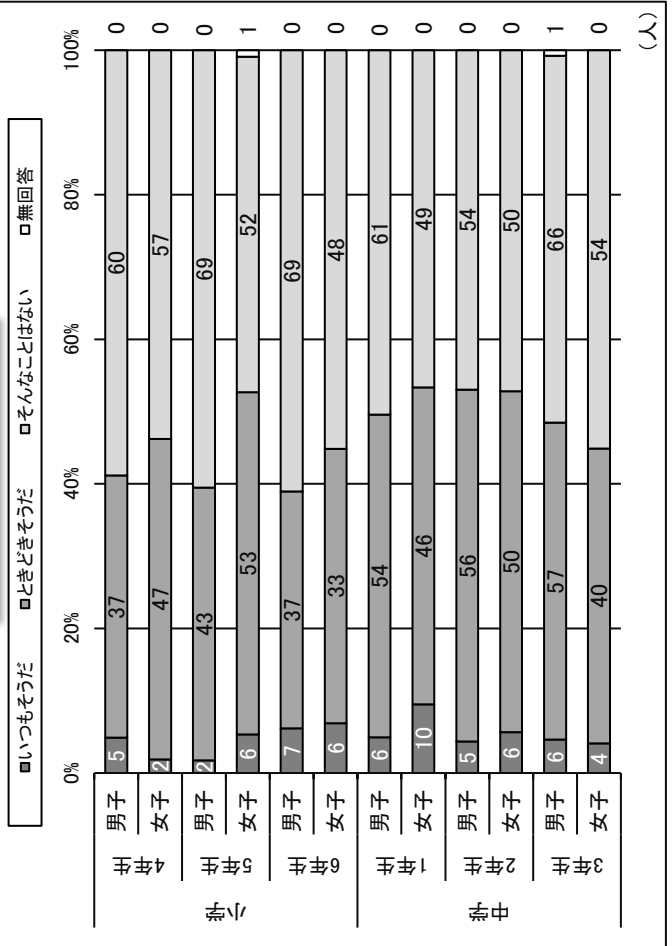
DEP-5. 逃げ出したいような気がする



《6. おなか痛くなる》

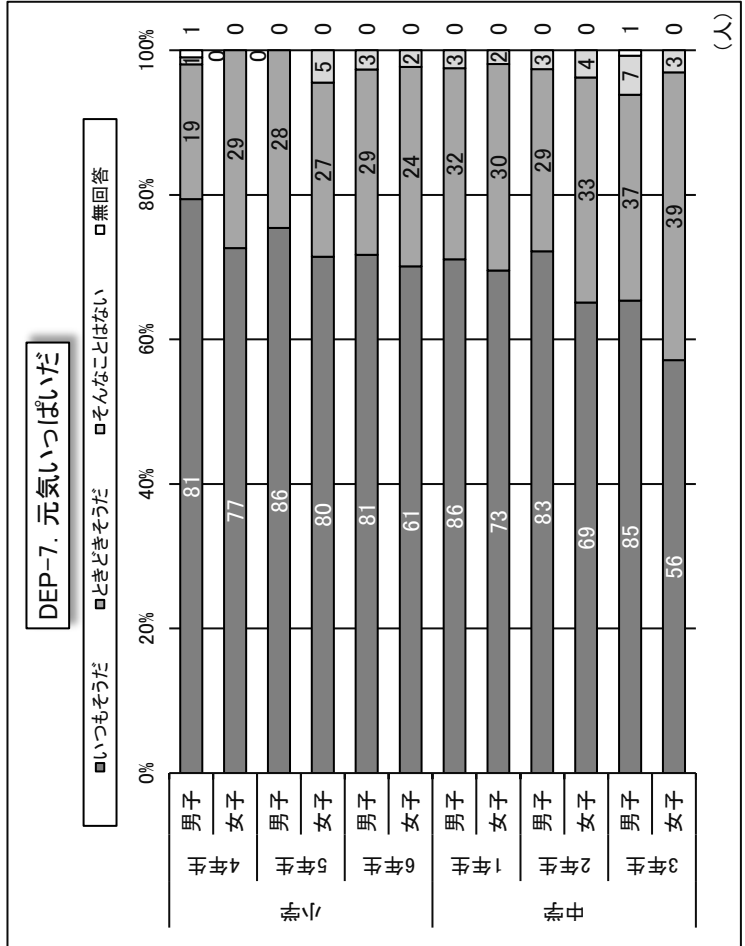
	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	5	4.9	37	36.3	60	58.8	0	0.0	102	100.0
4年生 女子	2	1.9	47	44.3	57	53.8	0	0.0	106	100.0
小5年生 男子	2	1.8	43	37.7	69	60.5	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	6	5.4	53	47.3	52	46.4	1	0.9	112	100.0
6年生 男子	7	6.2	37	32.7	69	61.1	0	0.0	113	100.0
6年生 女子	6	6.9	33	37.9	48	55.2	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	6	5.0	54	44.6	61	50.4	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	10	9.5	46	43.8	49	46.7	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	5	4.3	56	48.7	54	47.0	0	0.0	115	100.0
中2年生 女子	6	5.7	50	47.2	50	47.2	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	6	4.6	57	43.8	66	50.8	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	4	4.1	40	40.8	54	55.1	0	0.0	98	100.0

DEP-6. おなか痛くなる



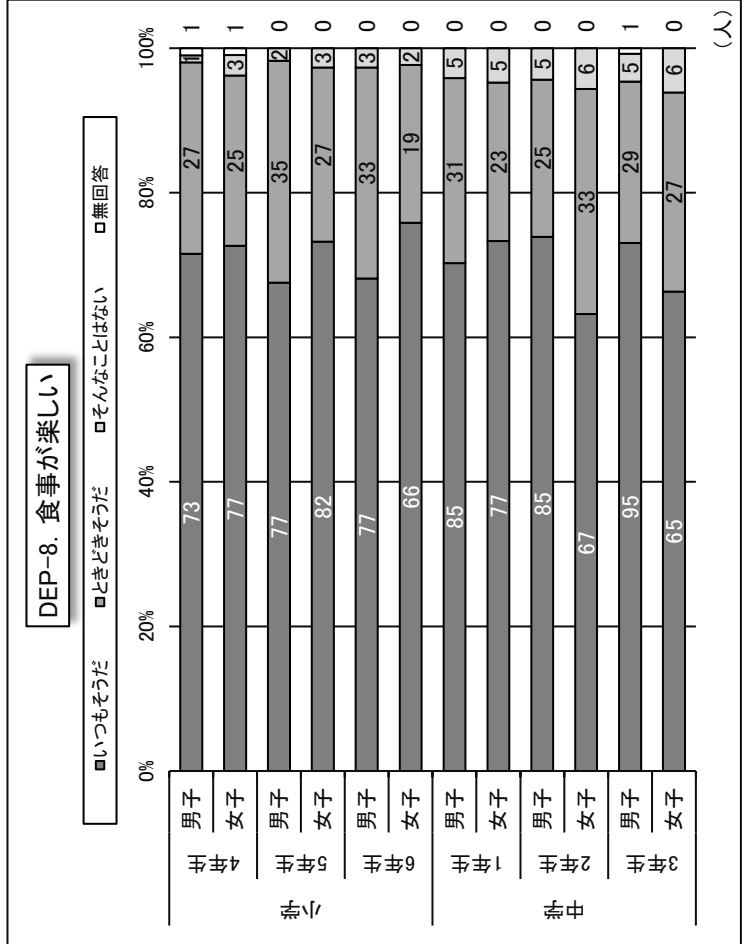
《7. 元気がいっぱいだ》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	81	79.4	19	18.6	1	1.0	1	1.0	102	100.0
4年生 女子	77	72.6	29	27.4	0	0.0	0	0.0	106	100.0
小5年生 男子	86	75.4	28	24.6	0	0.0	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	80	71.4	27	24.1	5	4.5	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	81	71.7	29	25.7	3	2.7	0	0.0	113	100.0
6年生 女子	61	70.1	24	27.6	2	2.3	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	86	71.1	32	26.4	3	2.5	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	73	69.5	30	28.6	2	1.9	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	83	72.2	29	25.2	3	2.6	0	0.0	115	100.0
中2年生 女子	69	65.1	33	31.1	4	3.8	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	85	65.4	37	28.5	7	5.4	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	56	57.1	39	39.8	3	3.1	0	0.0	98	100.0



《8. 食事が楽しい》

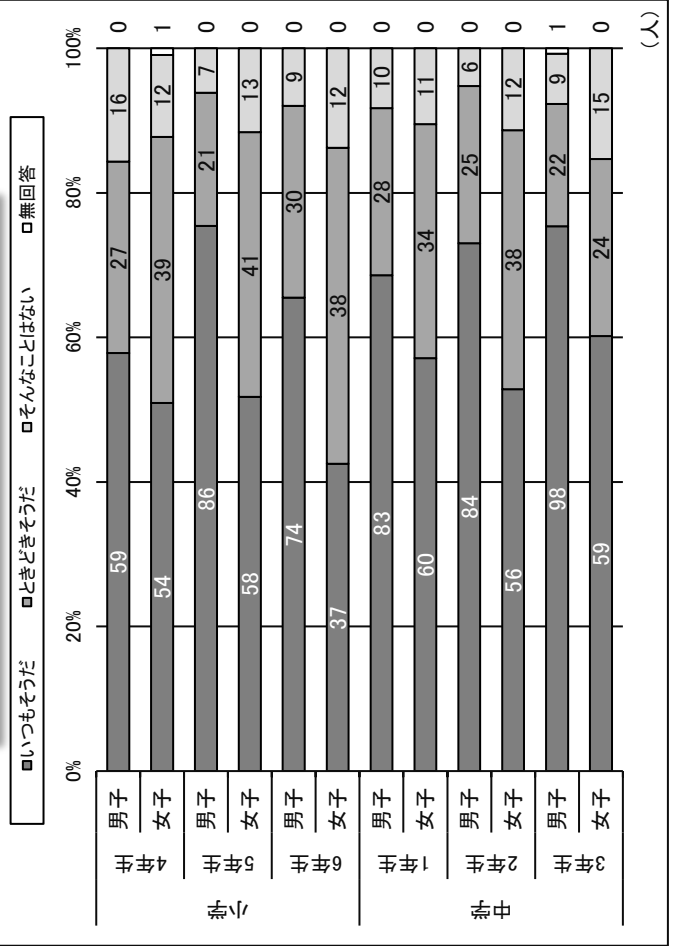
	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	73	71.6	27	26.5	1	1.0	1	1.0	102	100.0
4年生 女子	77	72.6	25	23.6	3	2.8	1	0.9	106	100.0
小5年生 男子	77	67.5	35	30.7	2	1.8	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	82	73.2	27	24.1	3	2.7	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	77	68.1	33	29.2	3	2.7	0	0.0	113	100.0
6年生 女子	66	75.9	19	21.8	2	2.3	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	85	70.2	31	25.6	5	4.1	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	77	73.3	23	21.9	5	4.8	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	85	73.9	25	21.7	5	4.3	0	0.0	115	100.0
中2年生 女子	67	63.2	33	31.1	6	5.7	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	95	73.1	29	22.3	5	3.8	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	65	66.3	27	27.6	6	6.1	0	0.0	98	100.0



《9. いじめられても自分で「やめて」「やめて」といえる》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	59	57.8	27	26.5	16	15.7	0	0.0	102	100.0
4年生 女子	54	50.9	39	36.8	12	11.3	1	0.9	106	100.0
小5年生 男子	86	75.4	21	18.4	7	6.1	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	58	51.8	41	36.6	13	11.6	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	74	65.5	30	26.5	9	8.0	0	0.0	113	100.0
6年生 女子	37	42.5	38	43.7	12	13.8	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	83	68.6	28	23.1	10	8.3	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	60	57.1	34	32.4	11	10.5	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	84	73.0	25	21.7	6	5.2	0	0.0	115	100.0
中2年生 女子	56	52.8	38	35.8	12	11.3	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	98	75.4	22	16.9	9	6.9	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	59	60.2	24	24.5	15	15.3	0	0.0	98	100.0

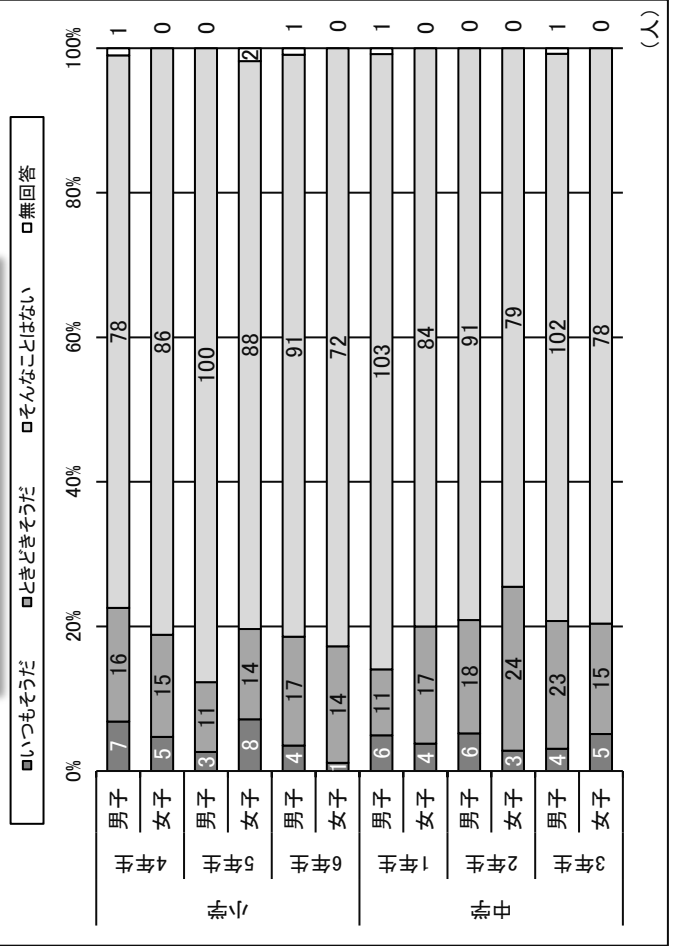
DEP-9. いじめられても自分で「やめて」「やめて」といえる



《10. 生きていても仕方ないと思う》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	7	6.9	16	15.7	78	76.5	1	1.0	102	100.0
4年生 女子	5	4.7	15	14.2	86	81.1	0	0.0	106	100.0
小5年生 男子	3	2.6	11	9.6	100	87.7	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	8	7.1	14	12.5	88	78.6	2	1.8	112	100.0
6年生 男子	4	3.5	17	15.0	91	80.5	1	0.9	113	100.0
6年生 女子	1	1.1	14	16.1	72	82.8	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	6	5.0	11	9.1	103	85.1	1	0.8	121	100.0
1年生 女子	4	3.8	17	16.2	84	80.0	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	6	5.2	18	15.7	91	79.1	0	0.0	115	100.0
中2年生 女子	3	2.8	24	22.6	79	74.5	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	4	3.1	23	17.7	102	78.5	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	5	5.1	15	15.3	78	79.6	0	0.0	98	100.0

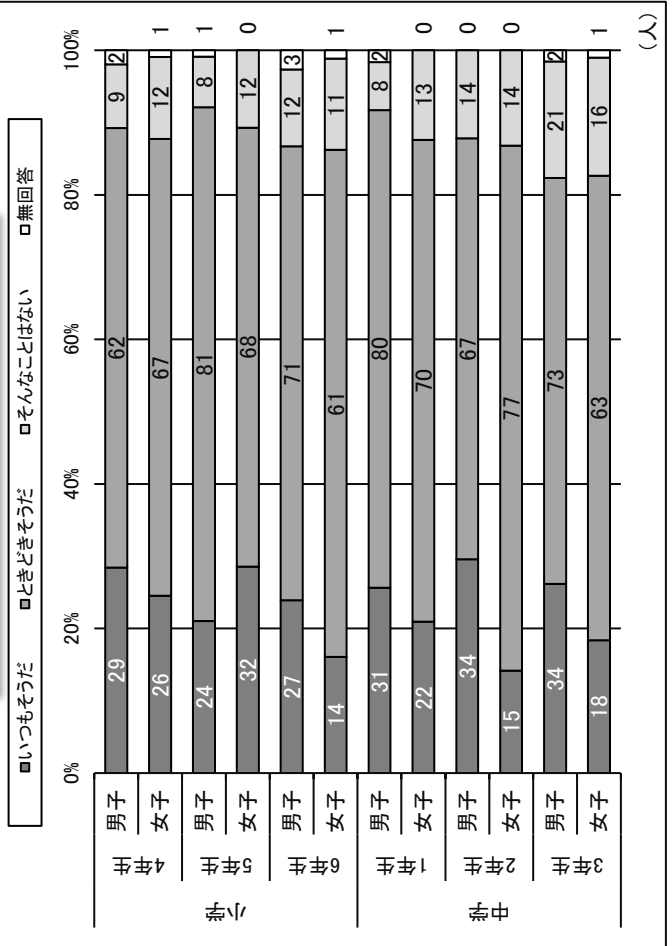
DEP-10. 生きていても仕方ないと思う



《11. やろうと思ったことがうまくできる》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	29	28.4	62	60.8	9	8.8	2	2.0	102	100.0
4年生 女子	26	24.5	67	63.2	12	11.3	1	0.9	106	100.0
小5年生 男子	24	21.1	81	71.1	8	7.0	1	0.9	114	100.0
小5年生 女子	32	28.6	68	60.7	12	10.7	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	27	23.9	71	62.8	12	10.6	3	2.7	113	100.0
6年生 女子	14	16.1	61	70.1	11	12.6	1	1.1	87	100.0
1年生 男子	31	25.6	80	66.1	8	6.6	2	1.7	121	100.0
1年生 女子	22	21.0	70	66.7	13	12.4	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	34	29.6	67	58.3	14	12.2	0	0.0	115	100.0
中2年生 女子	15	14.2	77	72.6	14	13.2	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	34	26.2	73	56.2	21	16.2	2	1.5	130	100.0
3年生 女子	18	18.4	63	64.3	16	16.3	1	1.0	98	100.0

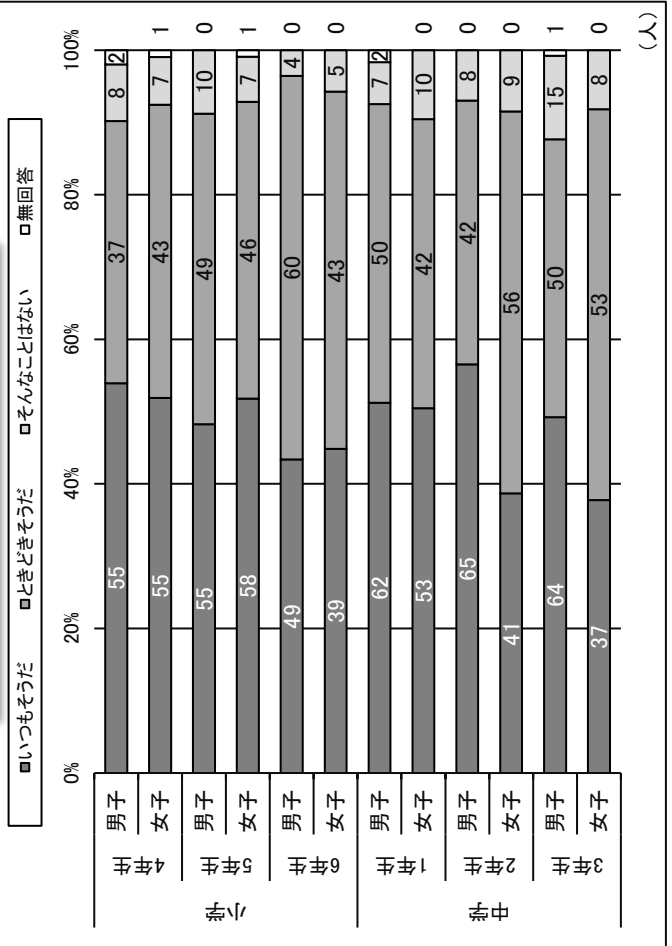
DEP-11. やろうと思ったことがうまくできる



《12. いつものように何をしても楽しい》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	55	53.9	37	36.3	8	7.8	2	2.0	102	100.0
4年生 女子	55	51.9	43	40.6	7	6.6	1	0.9	106	100.0
小5年生 男子	55	48.2	49	43.0	10	8.8	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	58	51.8	46	41.1	7	6.3	1	0.9	112	100.0
6年生 男子	49	43.4	60	53.1	4	3.5	0	0.0	113	100.0
6年生 女子	39	44.8	43	49.4	5	5.7	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	62	51.2	50	41.3	7	5.8	2	1.7	121	100.0
1年生 女子	53	50.5	42	40.0	10	9.5	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	65	56.5	42	36.5	8	7.0	0	0.0	115	100.0
中2年生 女子	41	38.7	56	52.8	9	8.5	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	64	49.2	50	38.5	15	11.5	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	37	37.8	53	54.1	8	8.2	0	0.0	98	100.0

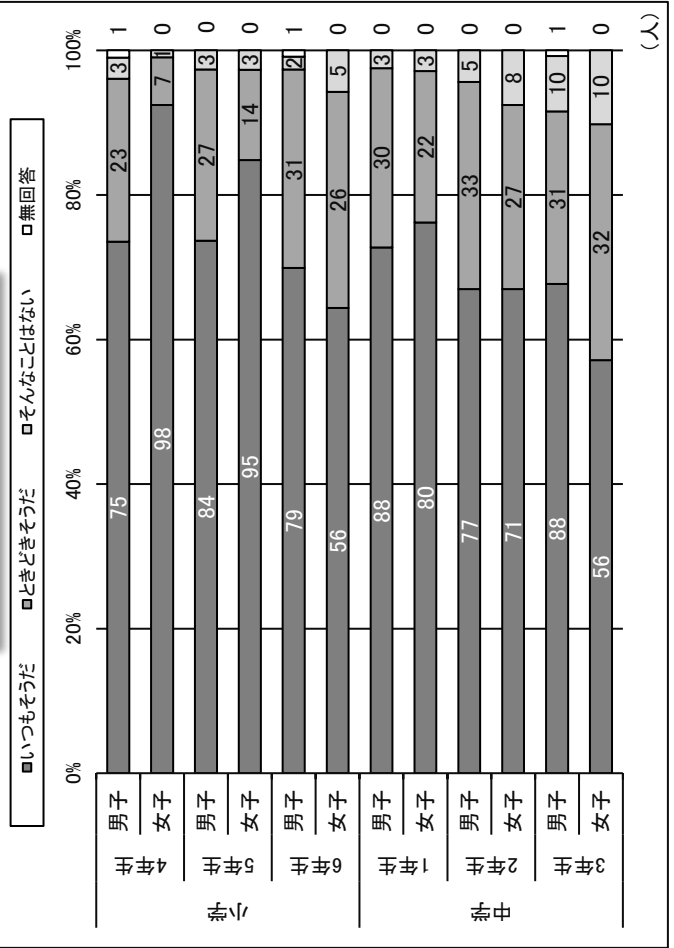
DEP-12. いつものように何をしても楽しい



《13. 家族と話すのが好きだ》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	75	73.5	23	22.5	3	2.9	1	1.0	102	100.0
4年生 女子	98	92.5	7	6.6	1	0.9	0	0.0	106	100.0
小5年生 男子	84	73.7	27	23.7	3	2.6	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	95	84.8	14	12.5	3	2.7	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	79	69.9	31	27.4	2	1.8	1	0.9	113	100.0
6年生 女子	56	64.4	26	29.9	5	5.7	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	88	72.7	30	24.8	3	2.5	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	80	76.2	22	21.0	3	2.9	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	77	67.0	33	28.7	5	4.3	0	0.0	115	100.0
中2年生 女子	71	67.0	27	25.5	8	7.5	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	88	67.7	31	23.8	10	7.7	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	56	57.1	32	32.7	10	10.2	0	0.0	98	100.0

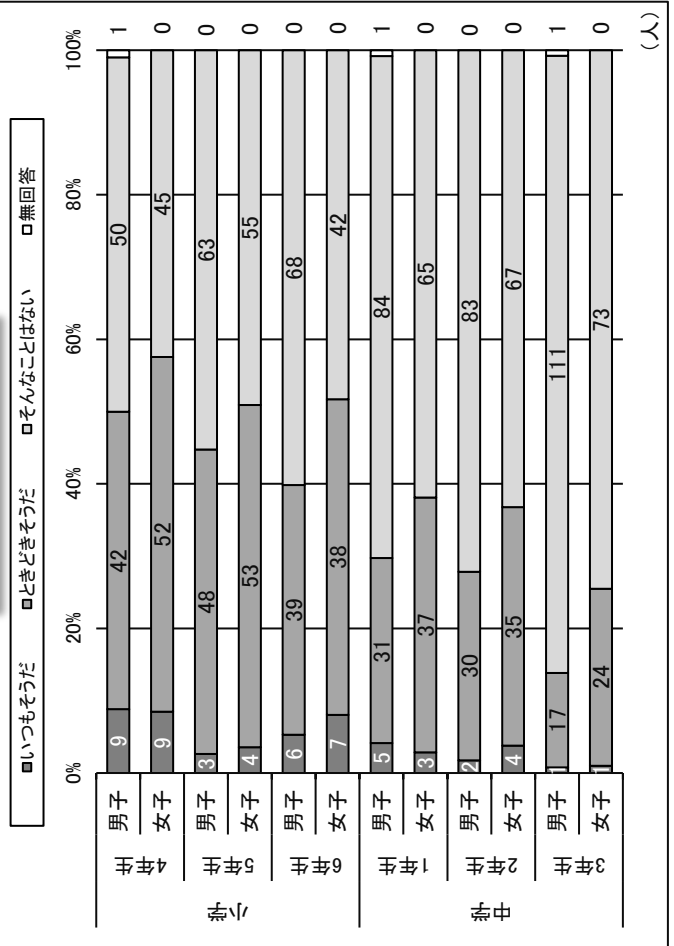
DEP-13. 家族と話すのが好きだ



《14. こわい夢を見る》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	9	8.8	42	41.2	50	49.0	1	1.0	102	100.0
4年生 女子	9	8.5	52	49.1	45	42.5	0	0.0	106	100.0
小5年生 男子	3	2.6	48	42.1	63	55.3	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	4	3.6	53	47.3	55	49.1	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	6	5.3	39	34.5	68	60.2	0	0.0	113	100.0
6年生 女子	7	8.0	38	43.7	42	48.3	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	5	4.1	31	25.6	84	69.4	1	0.8	121	100.0
1年生 女子	3	2.9	37	35.2	65	61.9	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	2	1.7	30	26.1	83	72.2	0	0.0	115	100.0
中2年生 女子	4	3.8	35	33.0	67	63.2	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	1	0.8	17	13.1	111	85.4	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	1	1.0	24	24.5	73	74.5	0	0.0	98	100.0

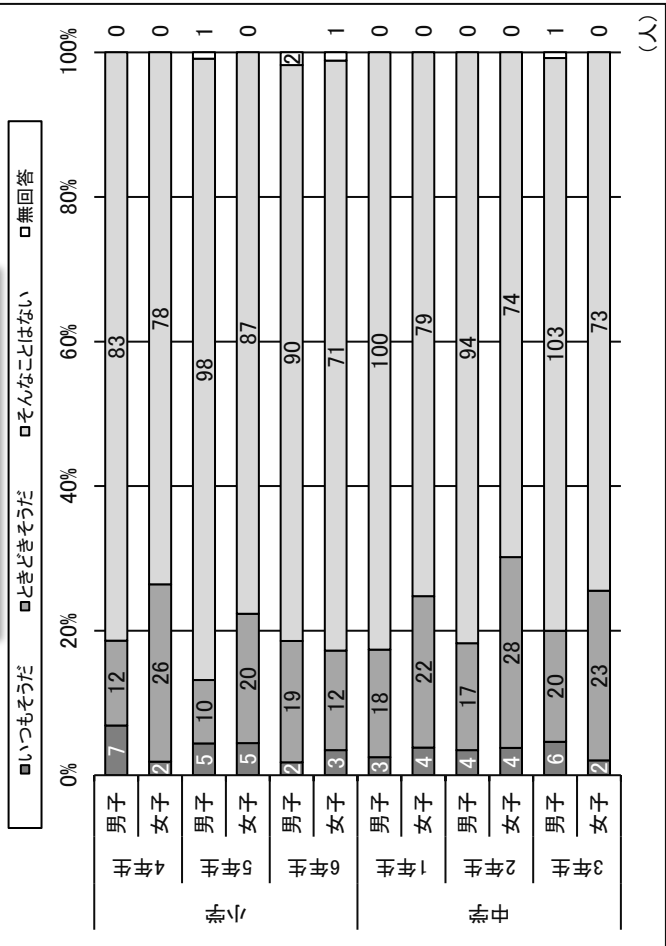
DEP-14. こわい夢を見る



《15. 独りぼっちの気がする》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	7	6.9	12	11.8	83	81.4	0	0.0	102	100.0
4年生 女子	2	1.9	26	24.5	78	73.6	0	0.0	106	100.0
小 5年生 男子	5	4.4	10	8.8	88	86.0	1	0.9	114	100.0
小 5年生 女子	5	4.5	20	17.9	87	77.7	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	2	1.8	19	16.8	90	79.6	2	1.8	113	100.0
6年生 女子	3	3.4	12	13.8	71	81.6	1	1.1	87	100.0
1年生 男子	3	2.5	18	14.9	100	82.6	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	4	3.8	22	21.0	79	75.2	0	0.0	105	100.0
中 2年生 男子	4	3.5	17	14.8	94	81.7	0	0.0	115	100.0
中 2年生 女子	4	3.8	28	26.4	74	68.8	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	6	4.6	20	15.4	103	79.2	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	2	2.0	23	23.5	73	74.5	0	0.0	98	100.0

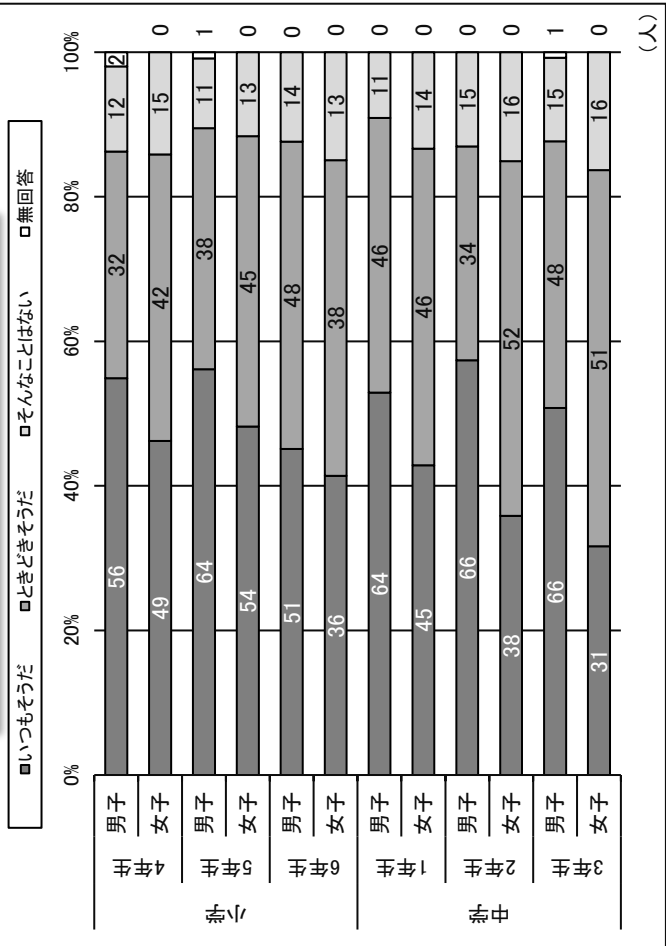
DEP-15. 独りぼっちの気がする



《16. 落ち込んでいなくてもすぐに元気になる》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	56	54.9	32	31.4	12	11.8	2	2.0	102	100.0
4年生 女子	49	46.2	42	39.6	15	14.2	0	0.0	106	100.0
小 5年生 男子	64	56.1	38	33.3	11	9.6	1	0.9	114	100.0
小 5年生 女子	54	48.2	45	40.2	13	11.6	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	51	45.1	48	42.5	14	12.4	0	0.0	113	100.0
6年生 女子	36	41.4	38	43.7	13	14.9	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	64	52.9	46	38.0	11	9.1	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	45	42.9	46	43.8	14	13.3	0	0.0	105	100.0
中 2年生 男子	66	57.4	34	29.6	15	13.0	0	0.0	115	100.0
中 2年生 女子	38	35.8	52	49.1	16	15.1	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	66	50.8	48	36.9	15	11.5	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	31	31.6	51	52.0	16	16.3	0	0.0	98	100.0

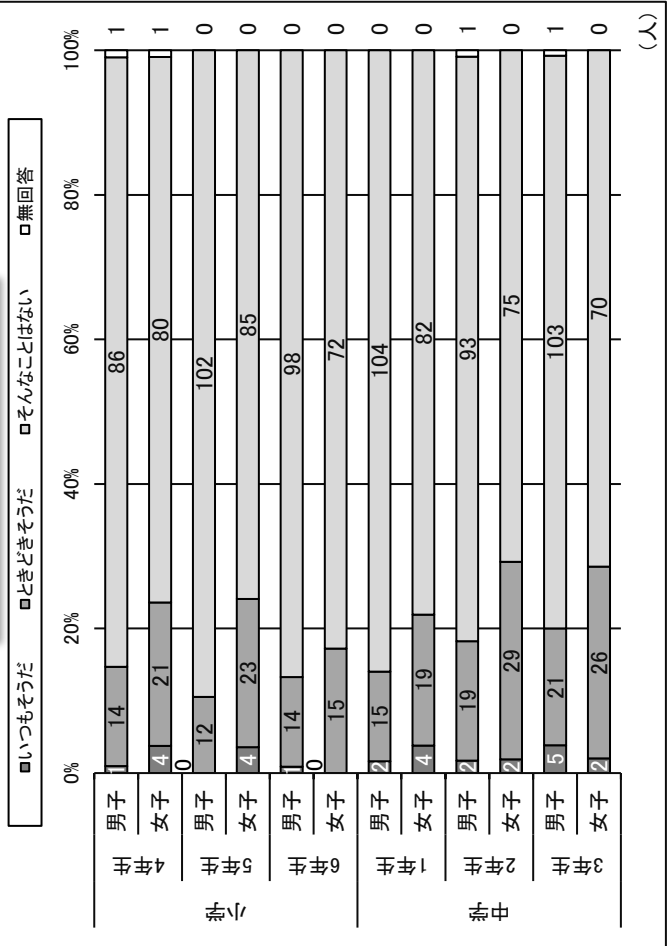
DEP-16. 落ち込んでいなくてもすぐに元気になる



《17. とても悲しい気がする》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	1	1.0	14	13.7	86	84.3	1	1.0	102	100.0
4年生 女子	4	3.8	21	19.8	80	75.5	1	0.9	106	100.0
小5年生 男子	0	0.0	12	10.5	102	89.5	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	4	3.6	23	20.5	85	75.9	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	1	0.9	14	12.4	98	86.7	0	0.0	113	100.0
6年生 女子	0	0.0	15	17.2	72	82.8	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	2	1.7	15	12.4	104	86.0	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	4	3.8	19	18.1	82	78.1	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	2	1.7	19	16.5	93	80.9	1	0.9	115	100.0
中2年生 女子	2	1.9	29	27.4	75	70.8	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	5	3.8	21	16.2	103	79.2	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	2	2.0	26	26.5	70	71.4	0	0.0	98	100.0

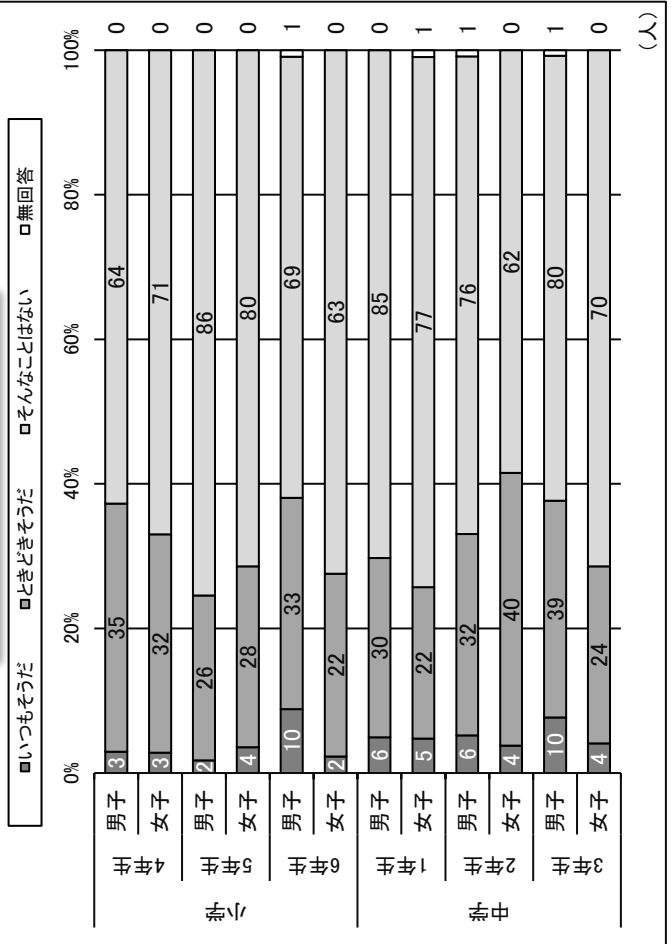
DEP-17. とても悲しい気がする



《18. とても退屈な気がする》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	3	2.9	35	34.3	64	62.7	0	0.0	102	100.0
4年生 女子	3	2.8	32	30.2	71	67.0	0	0.0	106	100.0
小5年生 男子	2	1.8	26	22.8	86	75.4	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	4	3.6	28	25.0	80	71.4	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	10	8.8	33	29.2	69	61.1	1	0.9	113	100.0
6年生 女子	2	2.3	22	25.3	63	72.4	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	6	5.0	30	24.8	85	70.2	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	5	4.8	22	21.0	77	73.3	1	1.0	105	100.0
中2年生 男子	6	5.2	32	27.8	76	66.1	1	0.9	115	100.0
中2年生 女子	4	3.8	40	37.7	62	58.5	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	10	7.7	39	30.0	80	61.5	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	4	4.1	24	24.5	70	71.4	0	0.0	98	100.0

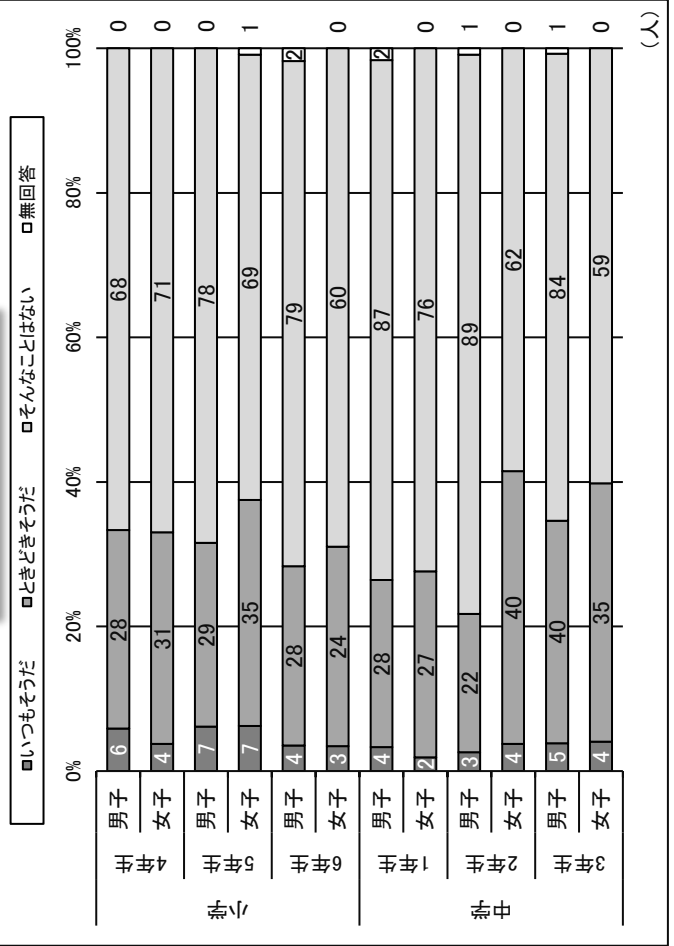
DEP-18. とても退屈な気がする



《19. いらいらしている》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	6	5.9	28	27.5	68	66.7	0	0.0	102	100.0
4年生 女子	4	3.8	31	29.2	71	67.0	0	0.0	106	100.0
小5年生 男子	7	6.1	29	25.4	78	68.4	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	7	6.3	35	31.3	69	61.6	1	0.9	112	100.0
6年生 男子	4	3.5	28	24.8	79	69.9	2	1.8	113	100.0
6年生 女子	3	3.4	24	27.6	60	69.0	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	4	3.3	28	23.1	87	71.9	2	1.7	121	100.0
1年生 女子	2	1.9	27	25.7	76	72.4	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	3	2.6	22	19.1	89	77.4	1	0.9	115	100.0
中2年生 女子	4	3.8	40	37.7	62	58.5	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	5	3.8	40	30.8	84	64.6	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	4	4.1	35	35.7	59	60.2	0	0.0	98	100.0

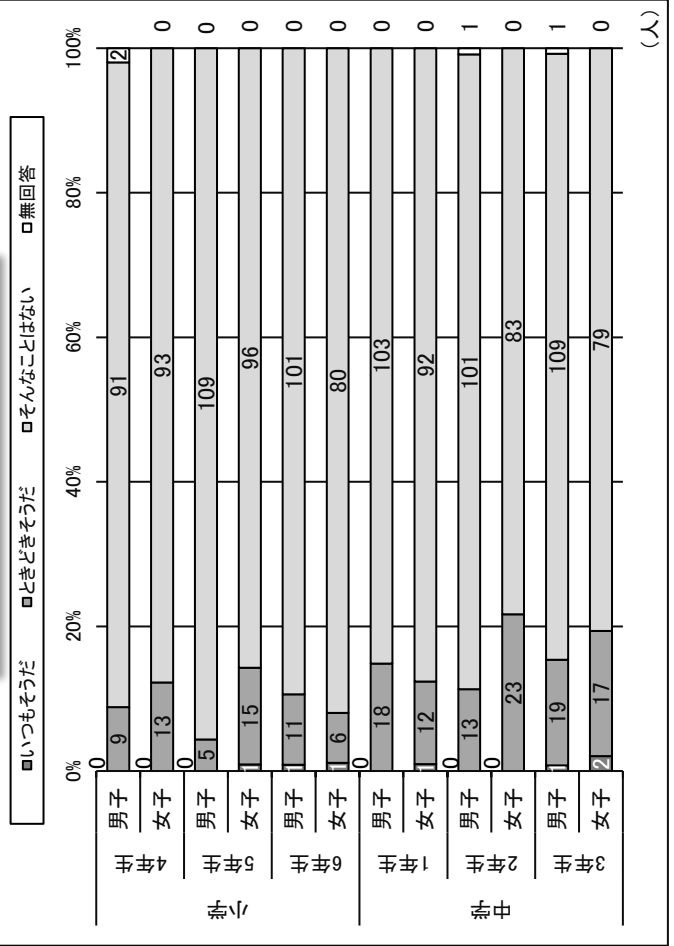
DEP-19. いらいらしている



《20. 吐き気がする。気持ち悪い》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	0	0.0	9	8.8	91	89.2	2	2.0	102	100.0
4年生 女子	0	0.0	13	12.3	93	87.7	0	0.0	106	100.0
小5年生 男子	0	0.0	5	4.4	109	95.6	0	0.0	114	100.0
小5年生 女子	1	0.9	15	13.4	96	85.7	0	0.0	112	100.0
6年生 男子	1	0.9	11	9.7	101	89.4	0	0.0	113	100.0
6年生 女子	1	1.1	6	6.9	80	92.0	0	0.0	87	100.0
1年生 男子	0	0.0	18	14.9	103	85.1	0	0.0	121	100.0
1年生 女子	1	1.0	12	11.4	92	87.6	0	0.0	105	100.0
中2年生 男子	0	0.0	13	11.3	101	87.8	1	0.9	115	100.0
中2年生 女子	0	0.0	23	21.7	83	78.3	0	0.0	106	100.0
3年生 男子	1	0.8	19	14.6	109	83.8	1	0.8	130	100.0
3年生 女子	2	2.0	17	17.3	79	80.6	0	0.0	98	100.0

DEP-20. 吐き気がする、気持ち悪い

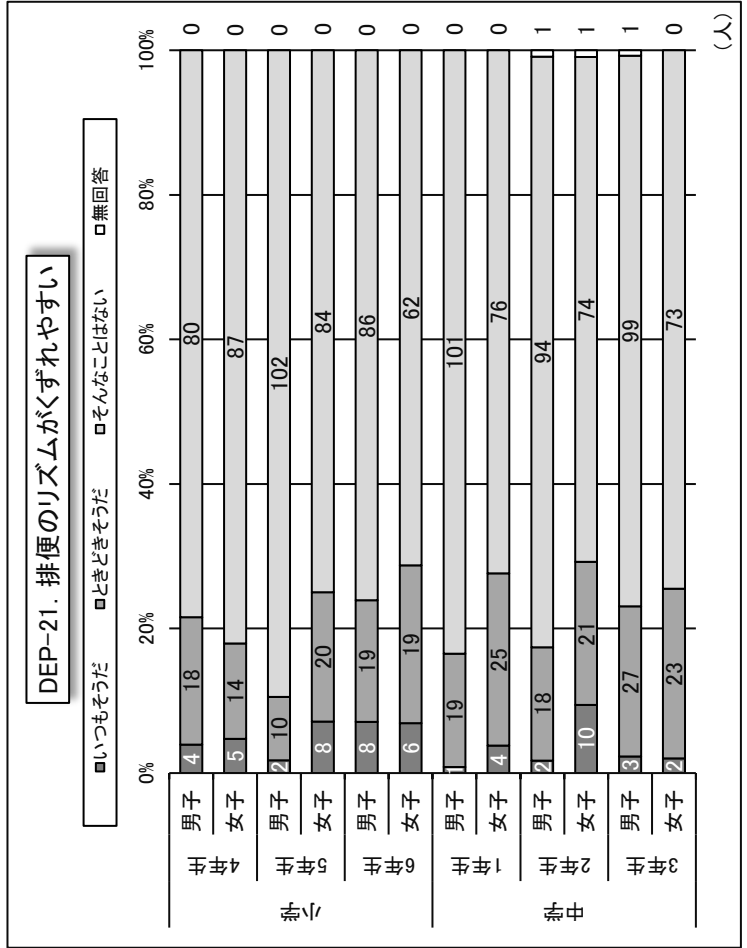
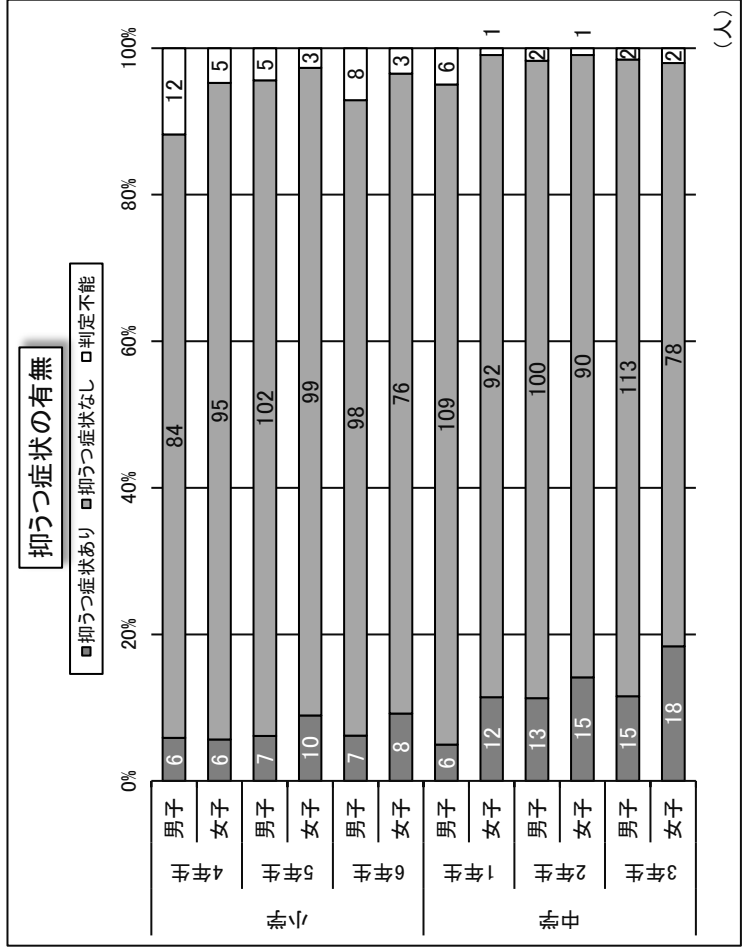


【小：問9・中：問11】
抑うつ症状の有無

	抑うつ症状あり		抑うつ症状なし		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	6	5.9	84	82.4	12	11.8
	女子	6	5.7	95	89.6	5	4.7
小5年生	男子	7	6.1	102	89.5	5	4.4
	女子	10	8.9	99	88.4	3	2.7
6年生	男子	7	6.2	98	86.7	8	7.1
	女子	8	9.2	76	87.4	3	3.4
1年生	男子	6	5.0	109	90.1	6	5.0
	女子	12	11.4	92	87.6	1	1.0
中2年生	男子	13	11.3	100	87.0	2	1.7
	女子	15	14.2	90	84.9	1	0.9
3年生	男子	15	11.5	113	86.9	2	1.5
	女子	18	18.4	78	79.6	2	2.0

《21. 排便のリズムがくずれやすい》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	4	3.9	18	17.6	80	78.4	0	0.0	102	100.0
	女子	5	4.7	14	13.2	87	82.1	0	0.0	106	100.0
小5年生	男子	2	1.8	10	8.8	102	89.5	0	0.0	114	100.0
	女子	8	7.1	20	17.9	84	75.0	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	8	7.1	19	16.8	86	76.1	0	0.0	113	100.0
	女子	6	6.9	19	21.8	62	71.3	0	0.0	87	100.0
1年生	男子	1	0.8	19	15.7	101	83.5	0	0.0	121	100.0
	女子	4	3.8	25	23.8	76	72.4	0	0.0	105	100.0
中2年生	男子	2	1.7	18	15.7	94	81.7	1	0.9	115	100.0
	女子	10	9.4	21	19.8	74	69.8	1	0.9	106	100.0
3年生	男子	3	2.3	27	20.8	99	76.2	1	0.8	130	100.0
	女子	2	2.0	23	23.5	73	74.5	0	0.0	98	100.0



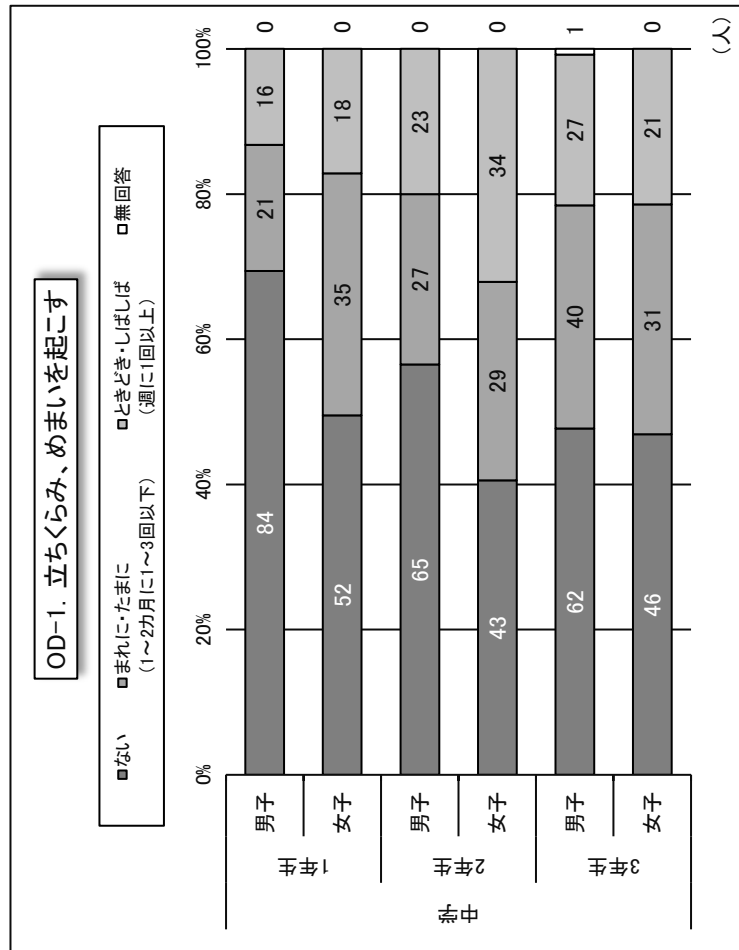
起立性調節障害(OD)について

【中・問12】

あなたの体調について教えてください。あてはまる症状に○をしてください。

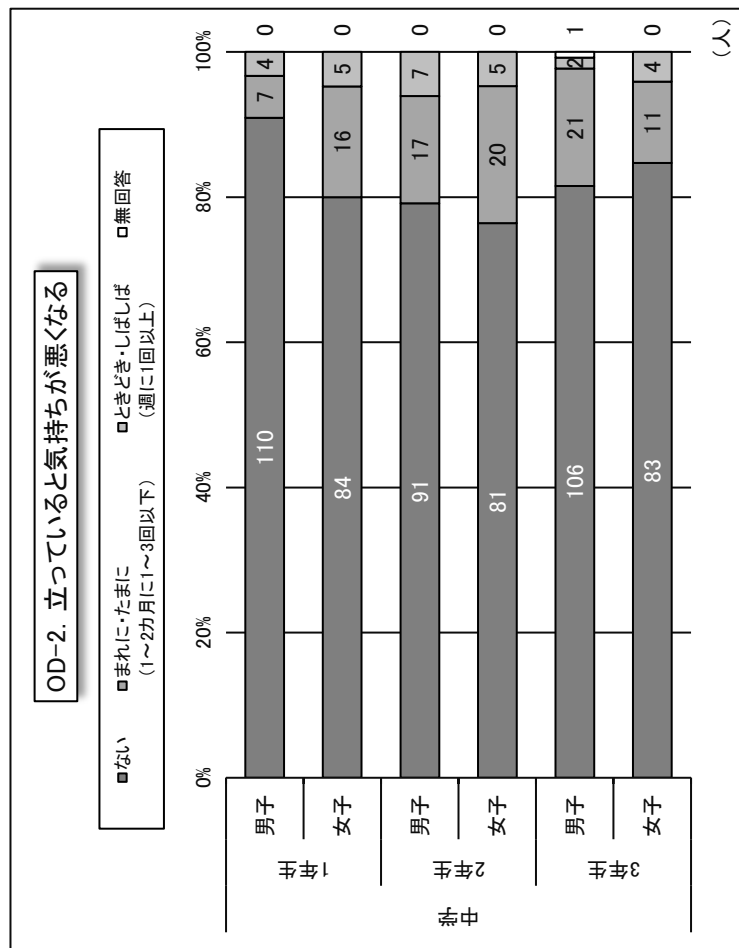
《1.立ちくらみ、あるいはめまいを起す(目の前が真っ暗になる)》

	ない		まれに・たまに (1~2カ月に 1~3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	男子	84	69.4	21	17.4	16	13.2	0	0.0	121	100.0
	女子	52	49.5	35	33.3	18	17.1	0	0.0	105	100.0
2年生	男子	65	56.5	27	23.5	23	20.0	0	0.0	115	100.0
	女子	43	40.6	29	27.4	34	32.1	0	0.0	106	100.0
3年生	男子	62	47.7	40	30.8	27	20.8	1	0.8	130	100.0
	女子	46	46.9	31	31.6	21	21.4	0	0.0	98	100.0



《2.立っていると気持ちが悪くなる》

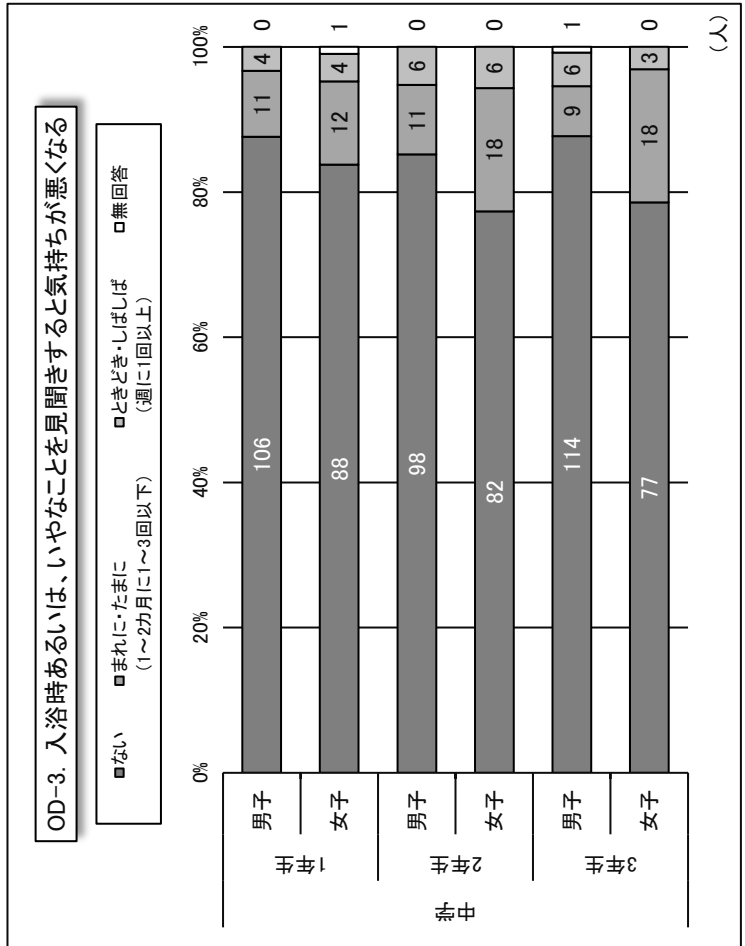
	ない		まれに・たまに (1~2カ月に 1~3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	男子	110	90.9	7	5.8	4	3.3	0	0.0	121	100.0
	女子	84	80.0	16	15.2	5	4.8	0	0.0	105	100.0
2年生	男子	91	79.1	17	14.8	7	6.1	0	0.0	115	100.0
	女子	81	76.4	20	18.9	5	4.7	0	0.0	106	100.0
3年生	男子	106	81.5	21	16.2	2	1.5	1	0.8	130	100.0
	女子	83	84.7	11	11.2	4	4.1	0	0.0	98	100.0



《3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる》

	ない		まれに・たまに (1~2カ月に 1~3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
1年生	106	87.6	11	9.1	4	3.3	0	0.0	121	100.0
男子	88	83.8	12	11.4	4	3.8	1	1.0	105	100.0
女子	98	85.2	11	9.6	6	5.2	0	0.0	115	100.0
2年生	82	77.4	18	17.0	6	5.7	0	0.0	106	100.0
男子	114	87.7	9	6.9	6	4.6	1	0.8	130	100.0
女子	77	78.6	18	18.4	3	3.1	0	0.0	98	100.0
3年生										
男子										
女子										

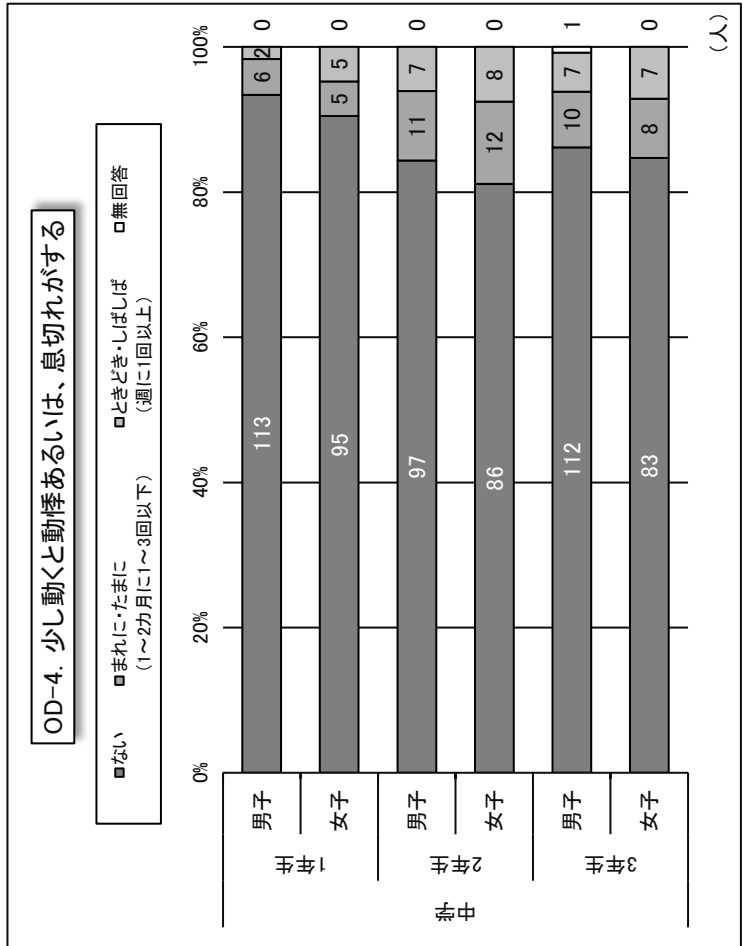
OD-3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる



《4. 少し動くとき心臓がぼくぼくする》あるいは、息切れがする》

	ない		まれに・たまに (1~2カ月に 1~3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
1年生	113	93.4	6	5.0	2	1.7	0	0.0	121	100.0
男子	95	90.5	5	4.8	5	4.8	0	0.0	105	100.0
女子	97	84.3	11	9.6	7	6.1	0	0.0	115	100.0
2年生	86	81.1	12	11.3	8	7.5	0	0.0	106	100.0
男子	112	86.2	10	7.7	7	5.4	1	0.8	130	100.0
女子	83	84.7	8	8.2	7	7.1	0	0.0	98	100.0
3年生										
男子										
女子										

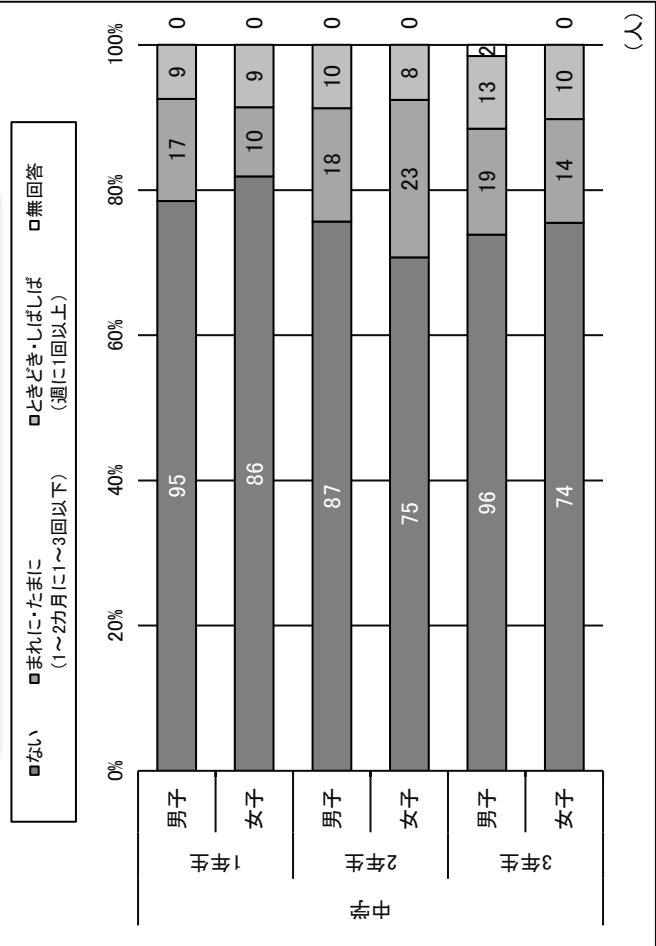
OD-4. 少し動くとき心臓がぼくぼくするあるいは、息切れがする



《5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い》

	ない		まれに・たまに (1~2カ月に 1~3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	95	78.5	17	14.0	9	7.4	0	0.0	121
男子									
女子	86	81.9	10	9.5	9	8.6	0	0.0	105
2年生	87	75.7	18	15.7	10	8.7	0	0.0	115
男子									
女子	75	70.8	23	21.7	8	7.5	0	0.0	106
3年生	96	73.8	19	14.6	13	10.0	2	1.5	130
男子									
女子	74	75.5	14	14.3	10	10.2	0	0.0	98

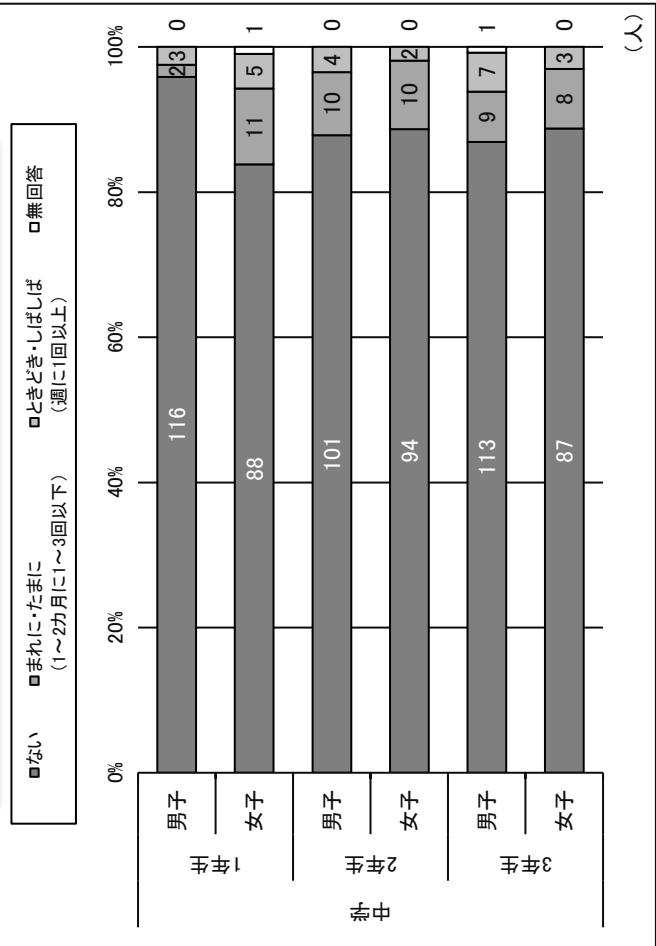
OD-5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い



《6. 顔色が青白いと言われる。あるいは自分ですら思う》

	ない		まれに・たまに (1~2カ月に 1~3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	116	95.9	2	1.7	3	2.5	0	0.0	121
男子									
女子	88	83.8	11	10.5	5	4.8	1	1.0	105
2年生	101	87.8	10	8.7	4	3.5	0	0.0	115
男子									
女子	94	88.7	10	9.4	2	1.9	0	0.0	106
3年生	113	86.9	9	6.9	7	5.4	1	0.8	130
男子									
女子	87	88.8	8	8.2	3	3.1	0	0.0	98

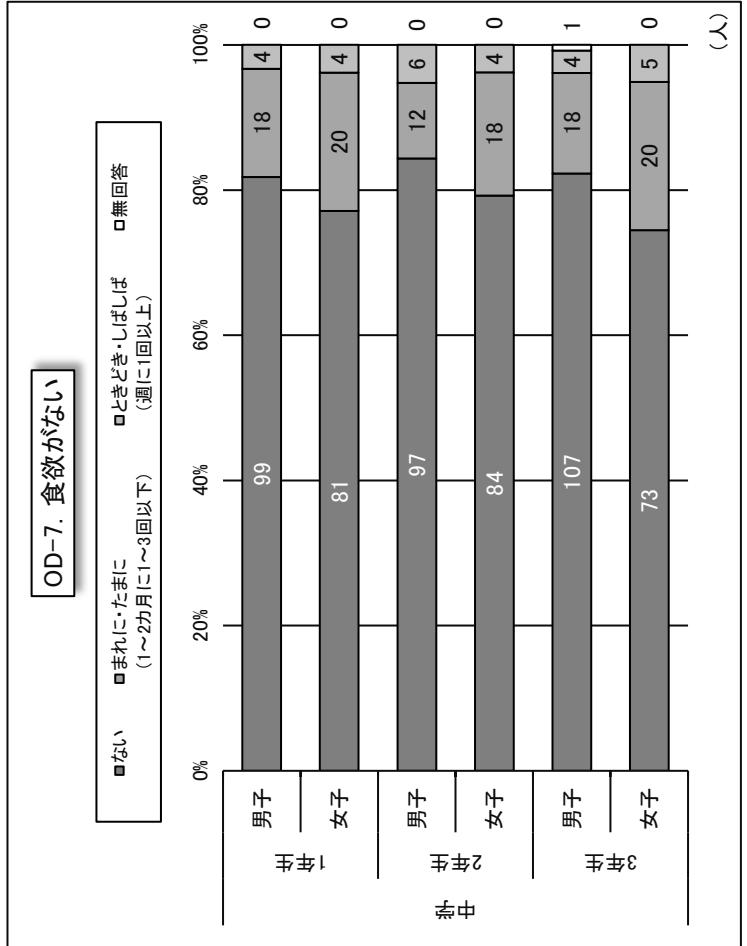
OD-6. 顔色が青白いと言われる、あるいは自分ですら思う



《7. 食欲がない》

	ない		まれに・たまに (1~2カ月に 1~3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	99	81.8	18	14.9	4	3.3	0	0.0	121
男子	81	77.1	20	19.0	4	3.8	0	0.0	105
女子	97	84.3	12	10.4	6	5.2	0	0.0	115
2年生	84	79.2	18	17.0	4	3.8	0	0.0	106
男子	107	82.3	18	13.8	4	3.1	1	0.8	130
女子	73	74.5	20	20.4	5	5.1	0	0.0	98
3年生									
男子									
女子									

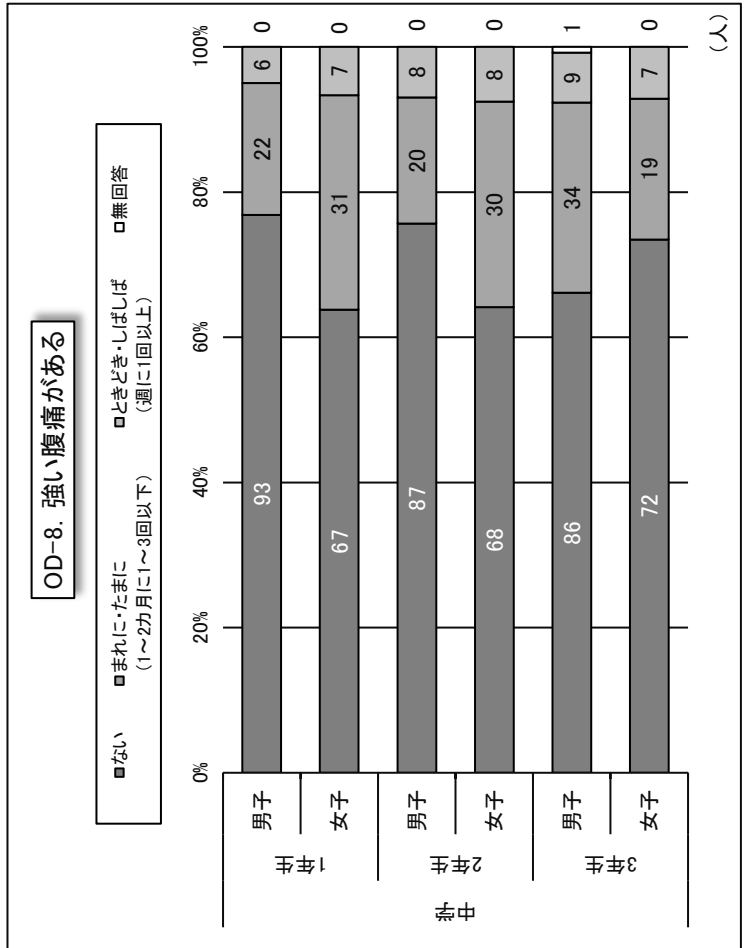
OD-7. 食欲がない



《8. 強い腹痛がある》

	ない		まれに・たまに (1~2カ月に 1~3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	93	76.9	22	18.2	6	5.0	0	0.0	121
男子	67	63.8	31	29.5	7	6.7	0	0.0	105
女子	87	75.7	20	17.4	8	7.0	0	0.0	115
2年生	68	64.2	30	28.3	8	7.5	0	0.0	106
男子	86	66.2	34	26.2	9	6.9	1	0.8	130
女子	72	73.5	19	19.4	7	7.1	0	0.0	98
3年生									
男子									
女子									

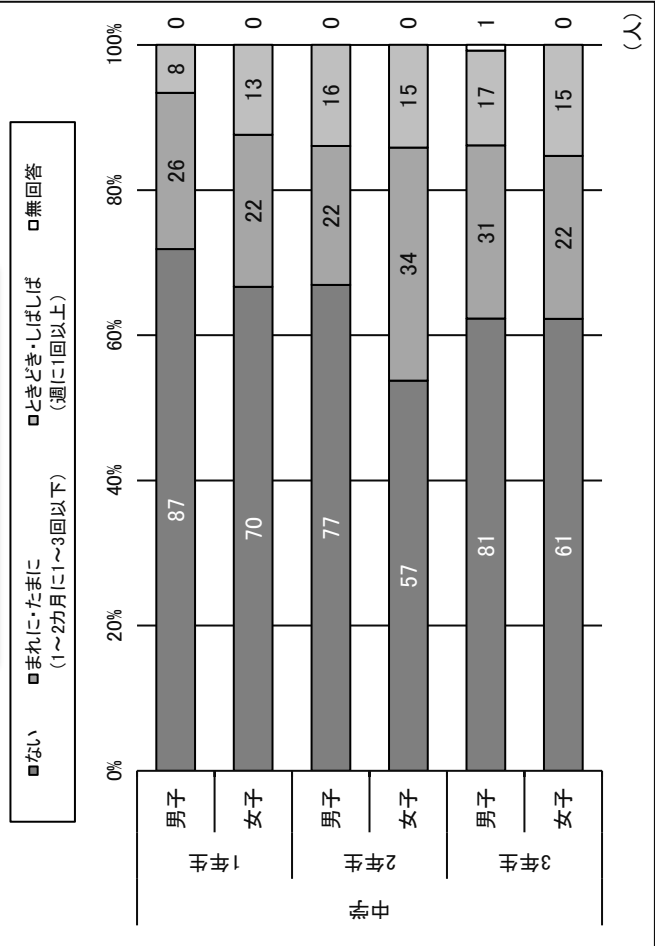
OD-8. 強い腹痛がある



《9. 倦怠(体がだるい)あるいは、疲れやすい》

	ない		まれに・たまに (1~2カ月に1~3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	87	71.9	26	21.5	8	6.6	0	0.0	121
男子									
女子	70	66.7	22	21.0	13	12.4	0	0.0	105
2年生	77	67.0	22	19.1	16	13.9	0	0.0	115
男子									
女子	57	53.8	34	32.1	15	14.2	0	0.0	106
3年生	81	62.3	31	23.8	17	13.1	1	0.8	130
男子									
女子	61	62.2	22	22.4	15	15.3	0	0.0	98

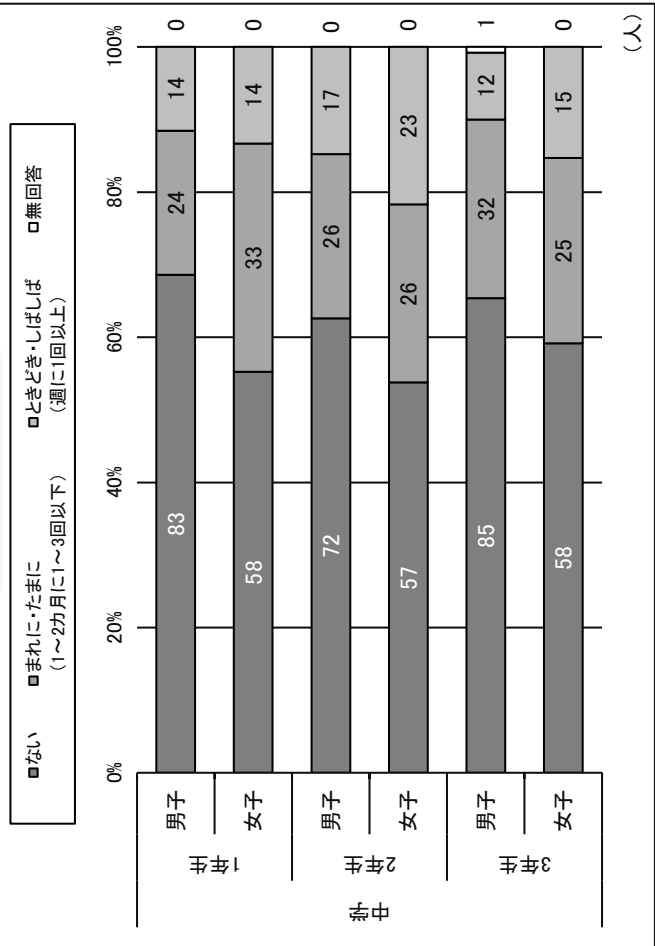
OD-9. 倦怠あるいは、疲れやすい



《10. 頭痛がする》

	ない		まれに・たまに (1~2カ月に1~3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	83	68.6	24	19.8	14	11.6	0	0.0	121
男子									
女子	58	55.2	33	31.4	14	13.3	0	0.0	105
2年生	72	62.6	26	22.6	17	14.8	0	0.0	115
男子									
女子	57	53.8	26	24.5	23	21.7	0	0.0	106
3年生	85	65.4	32	24.6	12	9.2	1	0.8	130
男子									
女子	58	59.2	25	25.5	15	15.3	0	0.0	98

OD-10. 頭痛がする



【中：問12】

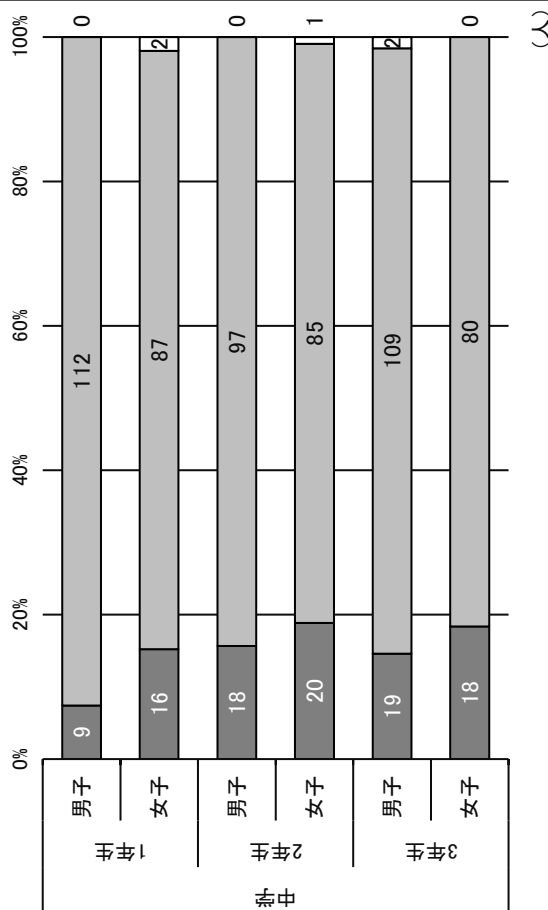
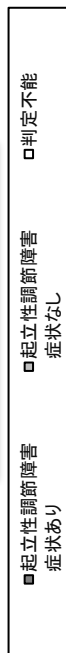
起立性調節障害(OD)の有無

	起立性調節障害 症状あり		起立性調節障害 症状なし		判定不能		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	男子	9	7.4	112	92.6	0	0.0	121	100.0
	女子	16	15.2	87	82.9	2	1.9	105	100.0
中2年生	男子	18	15.7	97	84.3	0	0.0	115	100.0
	女子	20	18.9	85	80.2	1	0.9	106	100.0
3年生	男子	19	14.6	109	83.8	2	1.5	130	100.0
	女子	18	18.4	80	81.6	0	0.0	98	100.0

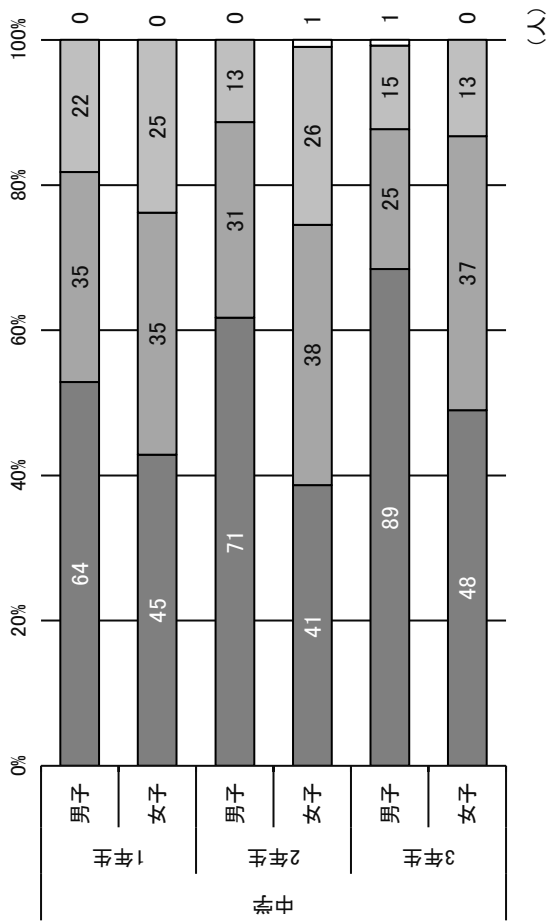
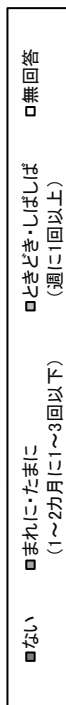
《11. 乗り物に酔う》

	ない		まれに・たまに (1~2カ月に 1~3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	男子	64	52.9	35	28.9	22	18.2	0	0.0	121	100.0
	女子	45	42.9	35	33.3	25	23.8	0	0.0	105	100.0
中2年生	男子	71	61.7	31	27.0	13	11.3	0	0.0	115	100.0
	女子	41	38.7	38	35.8	26	24.5	1	0.9	106	100.0
3年生	男子	89	68.5	25	19.2	15	11.5	1	0.8	130	100.0
	女子	48	49.0	37	37.8	13	13.3	0	0.0	98	100.0

起立性調節障害症状の有無



OD-11. 乗り物に酔う

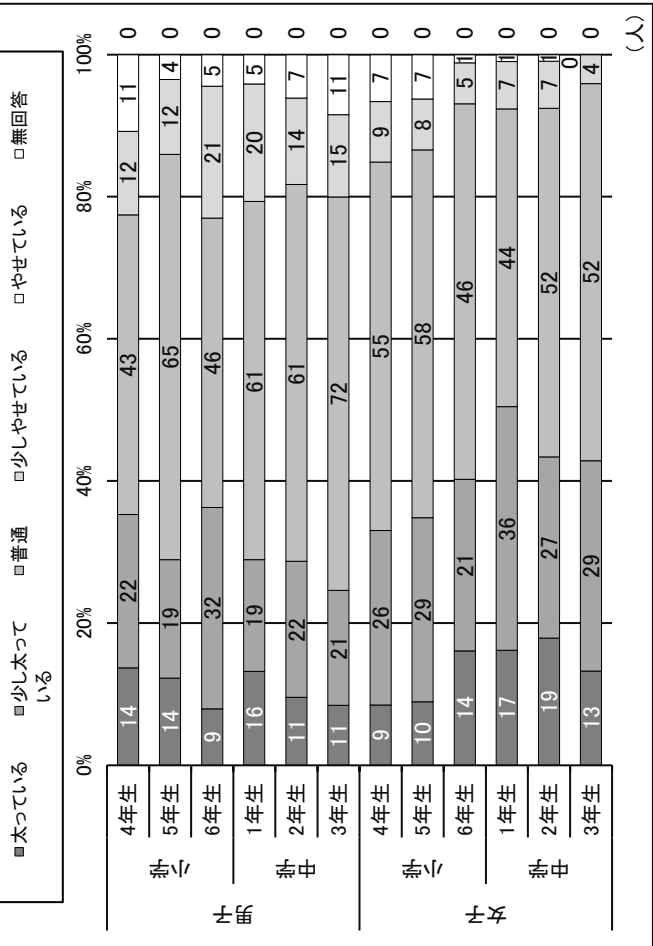


【小：問10、中：問9】

あなたは自分の体型をどう思いますか？（単回答）

	太っている		少し太っている		普通		少しやせている		やせている		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
4年生	14	13.7	22	21.6	43	42.2	12	11.8	11	10.8	0	0.0	102	100.0
5年生	14	12.3	19	16.7	65	57.0	12	10.5	4	3.5	0	0.0	114	100.0
6年生	9	8.0	32	28.3	46	40.7	21	18.6	5	4.4	0	0.0	113	100.0
1年生	16	13.2	19	15.7	61	50.4	20	16.5	5	4.1	0	0.0	121	100.0
2年生	11	9.6	22	19.1	61	53.0	14	12.2	7	6.1	0	0.0	115	100.0
3年生	11	8.5	21	16.2	72	55.4	15	11.5	11	8.5	0	0.0	130	100.0
4年生	9	8.5	26	24.5	55	51.9	9	8.5	7	6.6	0	0.0	106	100.0
5年生	10	8.9	29	25.9	58	51.8	8	7.1	7	6.3	0	0.0	112	100.0
6年生	14	16.1	21	24.1	46	52.9	5	5.7	1	1.1	0	0.0	87	100.0
1年生	17	16.2	36	34.3	44	41.9	7	6.7	1	1.0	0	0.0	105	100.0
2年生	19	17.9	27	25.5	52	49.1	7	6.6	1	0.9	0	0.0	106	100.0
3年生	13	13.3	29	29.6	52	53.1	4	4.1	0	0.0	0	0.0	98	100.0

あなたは自分の体型をどう思うか（男女別）

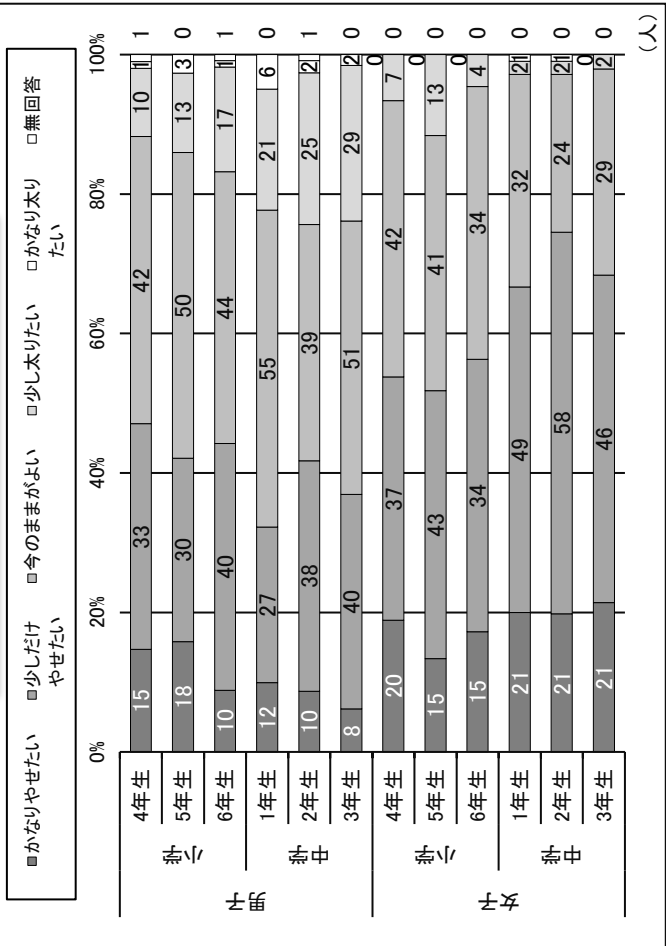


【小：問11、中：問10】

あなたは自分の体型に対して、「やせたいもしくは「太りたい」と思っていますか？（単回答）

	かなりやせたい		少しだけやせたい		今のままがよい		少し太りたい		かなり太りたい		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
4年生	15	14.7	33	32.4	42	41.2	10	9.8	1	1.0	1	1.0	102	100.0
5年生	18	15.8	30	26.3	50	43.9	13	11.4	3	2.6	0	0.0	114	100.0
6年生	10	8.8	40	35.4	44	38.9	17	15.0	1	0.9	1	0.9	113	100.0
1年生	12	9.9	27	22.3	55	45.5	21	17.4	6	5.0	0	0.0	121	100.0
2年生	10	8.7	38	33.0	39	33.9	25	21.7	2	1.7	1	0.9	115	100.0
3年生	8	6.2	40	30.8	51	39.2	29	22.3	2	1.5	0	0.0	130	100.0
4年生	20	18.9	37	34.9	42	39.6	7	6.6	0	0.0	0	0.0	106	100.0
5年生	15	13.4	43	38.4	41	36.6	13	11.6	0	0.0	0	0.0	112	100.0
6年生	15	17.2	34	39.1	34	39.1	4	4.6	0	0.0	0	0.0	87	100.0
1年生	21	20.0	49	46.7	32	30.5	2	1.9	1	1.0	0	0.0	105	100.0
2年生	21	19.8	58	54.7	24	22.6	2	1.9	1	0.9	0	0.0	106	100.0
3年生	21	21.4	46	46.9	29	29.6	2	2.0	0	0.0	0	0.0	98	100.0

「やせたい」もしくは「太りたい」（男女別）



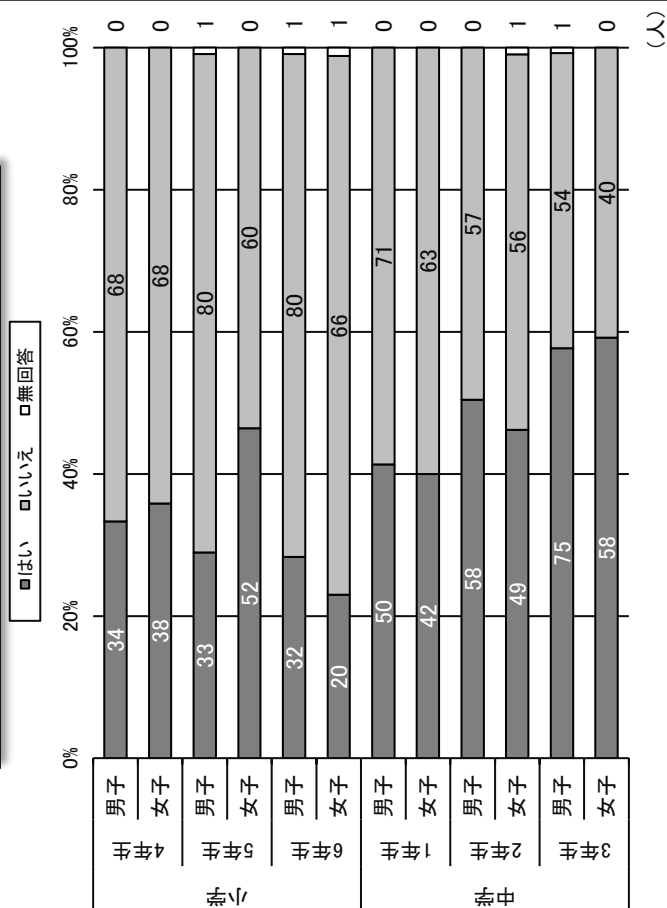
【小：問12、中：問13】
 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか？(単回答)

	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	34	33.3	68	66.7	0	0.0	102	100.0
	女子	38	35.8	68	64.2	0	0.0	106	100.0
小学	男子	33	28.9	80	70.2	1	0.9	114	100.0
	女子	52	46.4	60	53.6	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	32	28.3	80	70.8	1	0.9	113	100.0
	女子	20	23.0	66	75.9	1	1.1	87	100.0
1年生	男子	50	41.3	71	58.7	0	0.0	121	100.0
	女子	42	40.0	63	60.0	0	0.0	105	100.0
中学	男子	58	50.4	57	49.6	0	0.0	115	100.0
	女子	49	46.2	56	52.8	1	0.9	106	100.0
3年生	男子	75	57.7	54	41.5	1	0.8	130	100.0
	女子	58	59.2	40	40.8	0	0.0	98	100.0

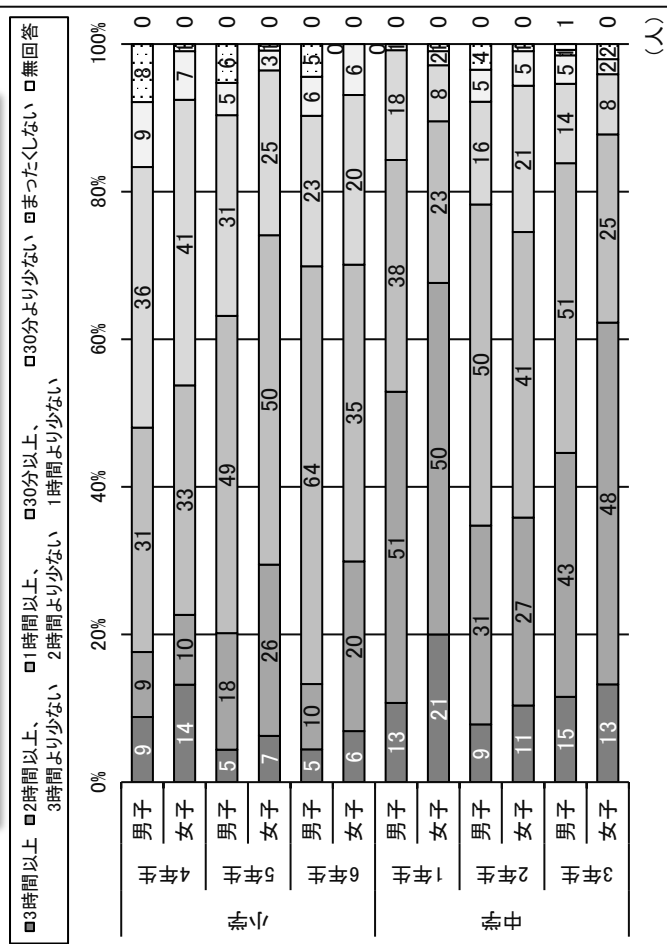
【小：問13、中：問14】
 学校の授業時間以外に、平日1日あたりどれくらいの時間勉強をしていますか。
 学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。(単回答)

	3時間以上		2時間以上、3時間より少ない		1時間以上、2時間より少ない		30分以上、30分より少ない		まったくしない		計						
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%					
4年生	男子	9	8.8	9	8.8	31	30.4	36	35.3	9	8.8	8	7.8	0	0.0	102	100.0
	女子	14	13.2	10	9.4	33	31.1	41	38.7	7	6.6	1	0.9	0	0.0	106	100.0
小学	男子	5	4.4	18	15.8	49	43.0	31	27.2	5	4.4	6	5.3	0	0.0	114	100.0
	女子	7	6.3	26	23.2	50	44.6	25	22.3	3	2.7	1	0.9	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	5	4.4	10	8.8	64	56.6	23	20.4	6	5.3	5	4.4	0	0.0	113	100.0
	女子	6	6.9	20	23.0	35	40.2	20	23.0	6	6.9	0	0.0	0	0.0	87	100.0
1年生	男子	13	10.7	51	42.1	38	31.4	18	14.9	1	0.8	0	0.0	0	0.0	121	100.0
	女子	21	20.0	50	47.6	23	21.9	8	7.6	2	1.9	1	1.0	0	0.0	105	100.0
中学	男子	9	7.8	31	27.0	50	43.5	16	13.9	5	4.3	4	3.5	0	0.0	115	100.0
	女子	11	10.4	27	25.5	41	38.7	21	19.8	5	4.7	1	0.9	0	0.0	106	100.0
3年生	男子	15	11.5	43	33.1	51	39.2	14	10.8	5	3.8	1	0.8	1	0.8	130	100.0
	女子	13	13.3	48	49.0	25	25.5	8	8.2	2	2.0	2	2.0	0	0.0	98	100.0

学習塾に通ったり、家庭教師に教わったりしているか



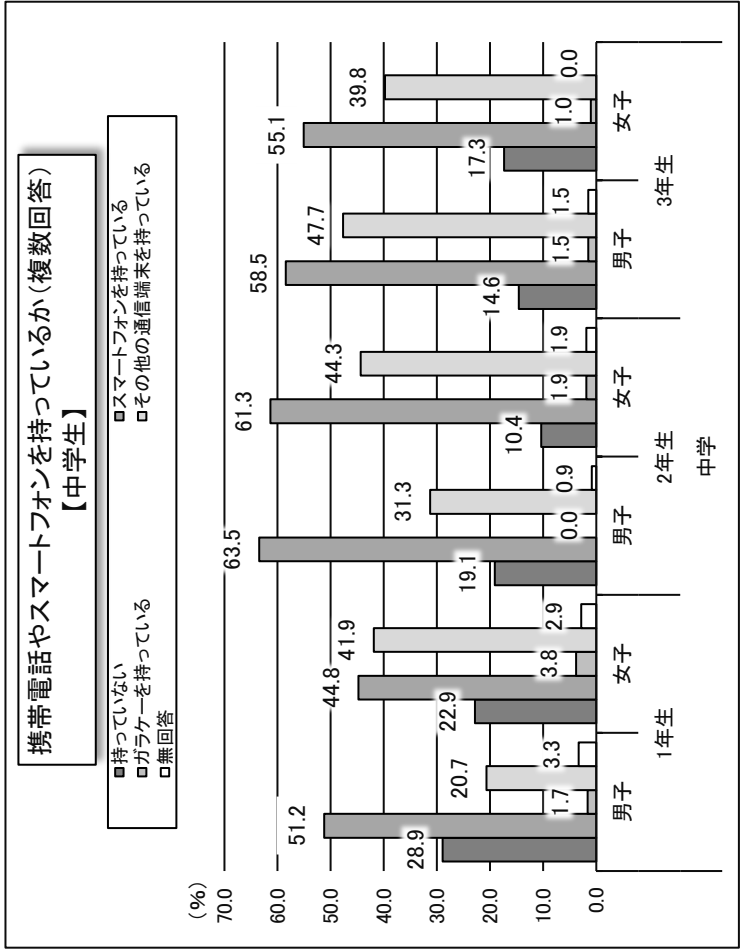
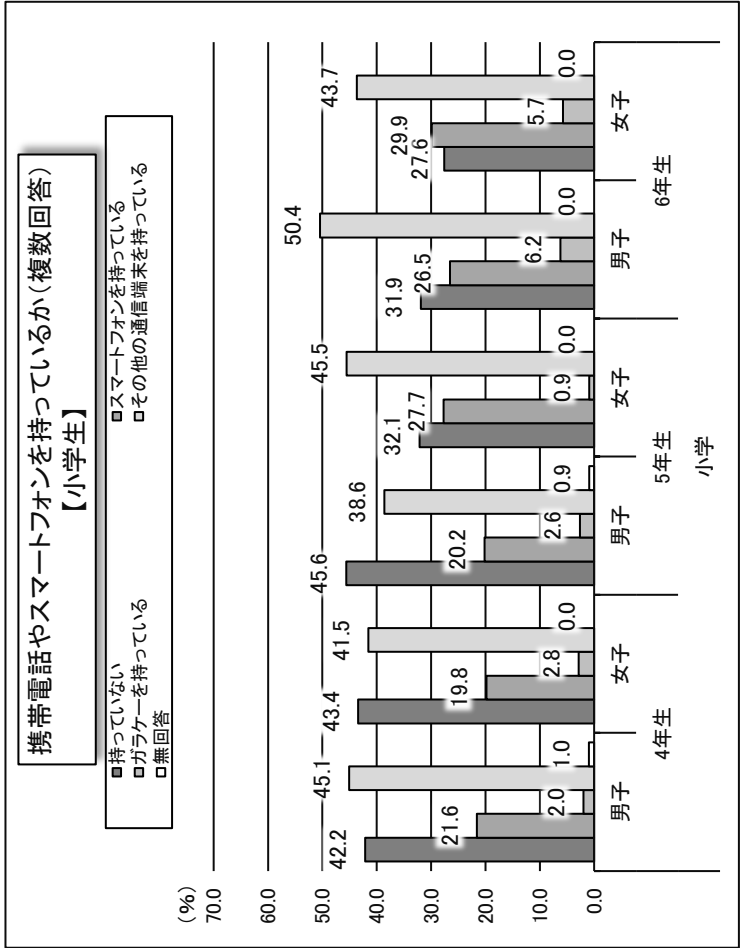
学校の授業時間以外に一日あたりどれくらい勉強をしているか (平日)



【小：問14、中：問15】

あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか？(あてはまるものすべてに○)

	持っていない		スマートフォンを持っている		ガラケーを持っている		その他の通信端末を持っている		無回答		回答者数	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
4年生	男子	43	42.2	22	21.6	2	2.0	46	45.1	1	1.0	102
	女子	46	43.4	21	19.8	3	2.8	44	41.5	0	0.0	106
小 5年生	男子	52	45.6	23	20.2	3	2.6	44	38.6	1	0.9	114
	女子	36	32.1	31	27.7	1	0.9	51	45.5	0	0.0	112
6年生	男子	36	31.9	30	26.5	7	6.2	57	50.4	0	0.0	113
	女子	24	27.6	26	29.9	5	5.7	38	43.7	0	0.0	87
1年生	男子	35	28.9	62	51.2	2	1.7	25	20.7	4	3.3	121
	女子	24	22.9	47	44.8	4	3.8	44	41.9	3	2.9	105
中 2年生	男子	22	19.1	73	63.5	0	0.0	36	31.3	1	0.9	115
	女子	11	10.4	65	61.3	2	1.9	47	44.3	2	1.9	106
3年生	男子	19	14.6	76	58.5	2	1.5	62	47.7	2	1.5	130
	女子	17	17.3	54	55.1	1	1.0	39	39.8	0	0.0	98

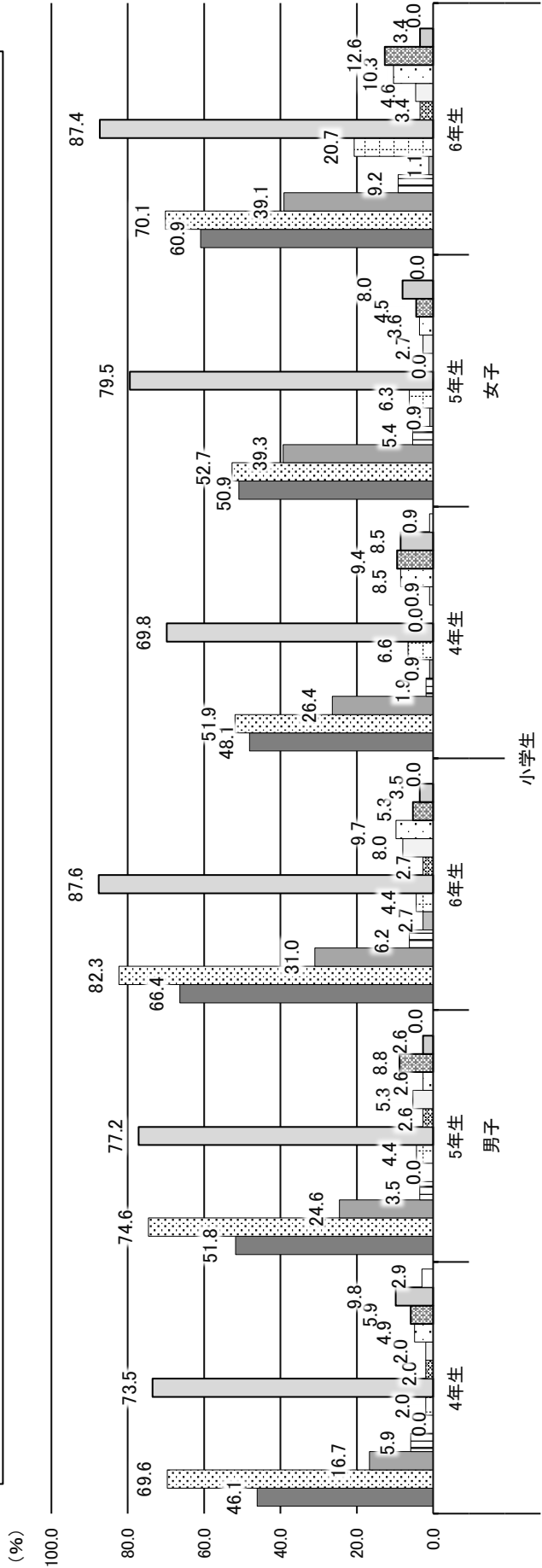


【小：問15】
下の欄の中で、ネットを利用するものがあれば、すべてのものに○をつけてください。(無回答可)

	スマホゲーム		パソコンやゲーム機でのゲーム		LINE		Twitter		Facebook		Instagram (インスタグラム)		動画 (YouTube・ニコニコ動画・SHOWROOMなど)		ブログ		掲示板やまとめサイト		ショッピング (オークション参加や音楽のダウンロード購入も含む)		その他		ネットは利用しない		無回答		人数
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	47	46.1	71	69.6	17	16.7	6	5.9	0	0.0	2	2.0	2	2.0	2	2.0	2	2.0	5	4.9	6	5.9	10	9.8	3	2.9	102
男子 5年生	59	51.8	85	74.6	28	24.6	4	3.5	0	0.0	5	4.4	88	77.2	3	2.6	6	5.3	3	2.6	10	8.8	3	2.6	0	0.0	114
男子 6年生	75	66.4	93	82.3	35	31.0	7	6.2	3	2.7	5	4.4	99	87.6	3	2.7	9	8.0	11	9.7	6	5.3	4	3.5	0	0.0	113
女子 4年生	51	48.1	55	51.9	28	26.4	2	1.9	1	0.9	7	6.6	74	69.8	0	0.0	1	0.9	9	8.5	10	9.4	9	8.5	1	0.9	106
女子 5年生	57	50.9	59	52.7	44	39.3	6	5.4	1	0.9	7	6.3	89	79.5	0	0.0	3	2.7	4	3.6	5	4.5	9	8.0	0	0.0	112
女子 6年生	53	60.9	61	70.1	34	39.1	8	9.2	1	1.1	18	20.7	76	87.4	3	3.4	4	4.6	9	10.3	11	12.6	3	3.4	0	0.0	87

ネットで利用するもの (複数回答) 【小学生】

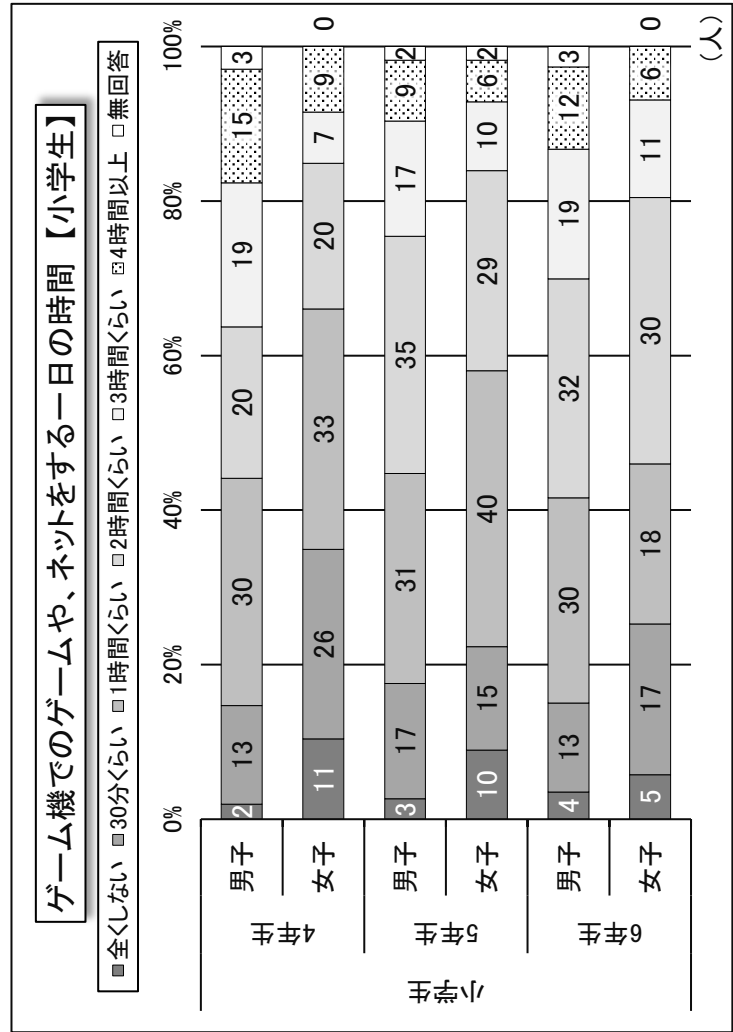
スマホゲーム
 PCやゲーム機でのゲーム
 LINE
 Twitter
 Facebook
 Instagram
 動画
 ブログ
 掲示板やまとめサイト
 ショッピング
 その他
 ネットは利用しない
 無回答



【小：問16】

ゲーム機でのゲームや、ネットをする時間は、一日のうちどのくらいですか。(単回答)

	全くしない		30分くらい		1時間くらい		2時間くらい		3時間くらい		4時間以上		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	2	2.0	13	12.7	30	29.4	20	19.6	19	18.6	15	14.7	3	2.9	102	100.0
	女子	11	10.4	26	24.5	33	31.1	20	18.9	7	6.6	9	8.5	0	0.0	106	100.0
5年生	男子	3	2.6	17	14.9	31	27.2	35	30.7	17	14.9	9	7.9	2	1.8	114	100.0
	女子	10	8.9	15	13.4	40	35.7	29	25.9	10	8.9	6	5.4	2	1.8	112	100.0
6年生	男子	4	3.5	13	11.5	30	26.5	32	28.3	19	16.8	12	10.6	3	2.7	113	100.0
	女子	5	5.7	17	19.5	18	20.7	30	34.5	11	12.6	6	6.9	0	0.0	87	100.0



【中：問16】
 下の欄の中で、ネットを利用するものがあれば、すべてのものに○をつけてください。(無回答可)

	スマホゲーム		パソコンやゲーム機でのゲーム		LINE		Twitter		Facebook		Instagram (インスタグラム)		動画 (Youtube・ニコニコ 動画・SHOWROOM など)		ブログ		掲示板やまとめサイト		ショッピング (オークション参加や 音楽のダウンロード 購入も含む)		その他		ネットは利用しない		無回答		人数
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	81	66.9	88	72.7	68	56.2	16	13.2	4	3.3	13	10.7	100	82.6	3	2.5	8	6.6	11	9.1	10	8.3	4	3.3	1	0.8	121
男子 2年生	86	74.8	82	71.3	89	77.4	34	29.6	5	4.3	38	33.0	106	92.2	6	5.2	20	17.4	24	20.9	15	13.0	1	0.9	0	0.0	115
男子 3年生	101	77.7	81	62.3	93	71.5	52	40.0	12	9.2	65	50.0	116	89.2	5	3.8	28	21.5	32	24.6	19	14.6	2	1.5	0	0.0	130
女子 1年生	60	57.1	44	41.9	64	61.0	19	18.1	1	1.0	23	21.9	87	82.9	4	3.8	12	11.4	15	14.3	11	10.5	3	2.9	2	1.9	105
女子 2年生	68	64.2	51	48.1	84	79.2	31	29.2	3	2.8	53	50.0	94	88.7	5	4.7	15	14.2	35	33.0	12	11.3	1	0.9	3	2.8	106
女子 3年生	52	53.1	27	27.6	73	74.5	32	32.7	2	2.0	48	49.0	95	96.9	3	3.1	10	10.2	30	30.6	9	9.2	2	2.0	1	1.0	98

ネットで利用するもの (複数回答) 【中学生】

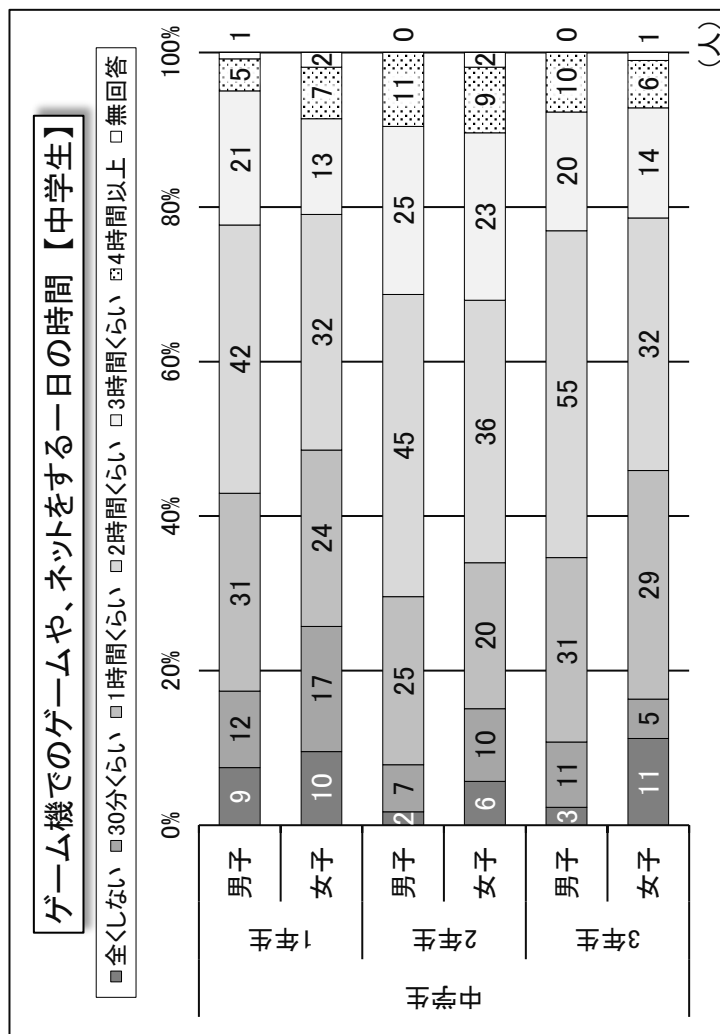


【中：問17】

ゲーム機でのゲームや、ネットをする時間は、一日のうちどのくらいですか。(単回答)

	全くしない		30分くらい		1時間くらい		2時間くらい		3時間くらい		4時間以上		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	男子	9	7.4	12	9.9	31	25.6	42	34.7	21	17.4	5	4.1	1	0.8	121	100.0
	女子	10	9.5	17	16.2	24	22.9	32	30.5	13	12.4	7	6.7	2	1.9	105	100.0
2年生	男子	2	1.7	7	6.1	25	21.7	45	39.1	25	21.7	11	9.6	0	0.0	115	100.0
	女子	6	5.7	10	9.4	20	18.9	36	34.0	23	21.7	9	8.5	2	1.9	106	100.0
3年生	男子	3	2.3	11	8.5	31	23.8	55	42.3	20	15.4	10	7.7	0	0.0	130	100.0
	女子	11	11.2	5	5.1	29	29.6	32	32.7	14	14.3	6	6.1	1	1.0	98	100.0

中学生

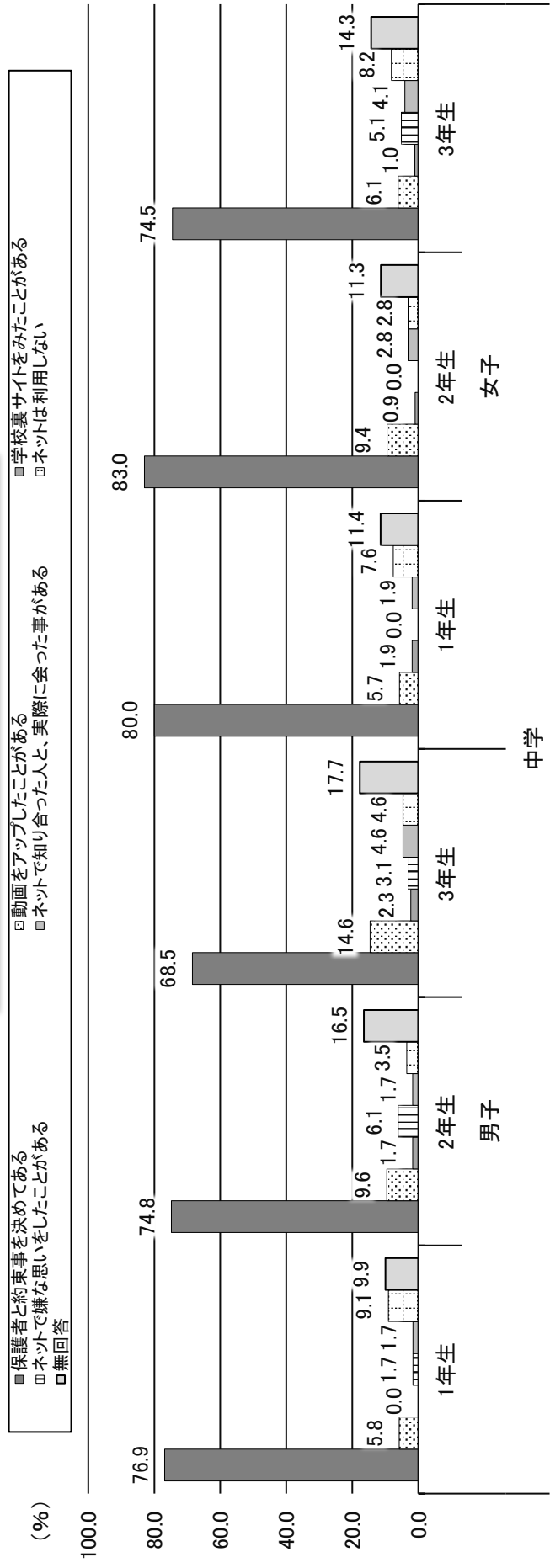


【中：問18】

ネットを利用する時のことで、あてはまるものがあればすべてに○をつけてください。(無回答可)

	ネットを利用するに あたって、保護者と 約束事を決めてある		動画をアップしたこと がある		学校裏サイトをみた ことがある		ネットで嫌な思いをし たことがある		ネットで知り合った人 と、実際に会った事 がある		ネットは利用しない		無回答		人数
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	93	76.9	7	5.8	0	0.0	2	1.7	2	1.7	11	9.1	12	9.9	121
2年生	86	74.8	11	9.6	2	1.7	7	6.1	2	1.7	4	3.5	19	16.5	115
3年生	89	68.5	19	14.6	3	2.3	4	3.1	6	4.6	6	4.6	23	17.7	130
1年生	84	80.0	6	5.7	2	1.9	0	0.0	2	1.9	8	7.6	12	11.4	105
2年生	88	83.0	10	9.4	1	0.9	0	0.0	3	2.8	3	2.8	12	11.3	106
3年生	73	74.5	6	6.1	1	1.0	5	5.1	4	4.1	8	8.2	14	14.3	98

ネット利用についてあてはまるもの (複数回答)



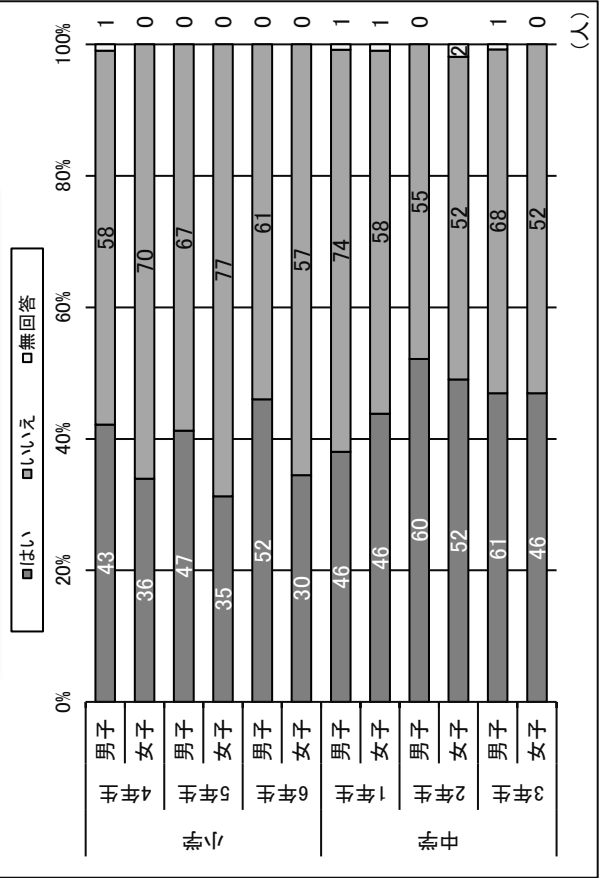
【小：問17、中：問19】

ネットの利用について、「いいえ」か「はい」のあてはまる方に○をしてください。

《1. あなたはインターネットに夢中になっていると感じますか？(たとえば、前回にインターネットをしたことを考えたり、次回インターネットをすることを待ち望んでいたりと、など)》

	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%			
4年生	男子	43	42.2	58	56.9	1	1.0	102	100.0
	女子	36	34.0	70	66.0	0	0.0	106	100.0
小5年生	男子	47	41.2	67	58.8	0	0.0	114	100.0
	女子	35	31.3	77	68.8	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	52	46.0	61	54.0	0	0.0	113	100.0
	女子	30	34.5	57	65.5	0	0.0	87	100.0
1年生	男子	46	38.0	74	61.2	1	0.8	121	100.0
	女子	46	43.8	58	55.2	1	1.0	105	100.0
中2年生	男子	60	52.2	55	47.8	0	0.0	115	100.0
	女子	52	49.1	52	49.1	2	1.9	106	100.0
3年生	男子	61	46.9	68	52.3	1	0.8	130	100.0
	女子	46	46.9	52	53.1	0	0.0	98	100.0

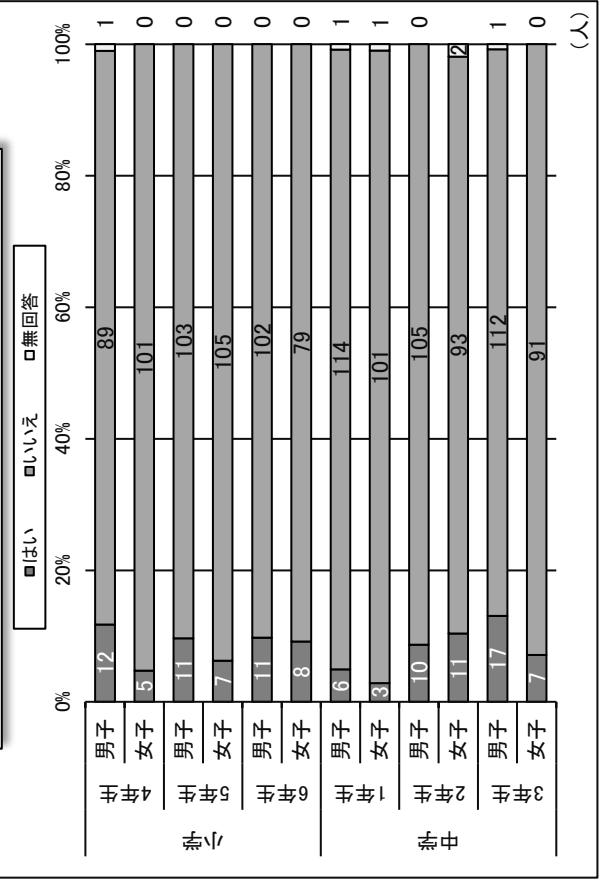
Young8-1. インターネットに夢中になっていると感じる



《2. あなたは、満足を得るために、インターネットを使う時間をだんだん長くしていかなければならないと感じていますか》

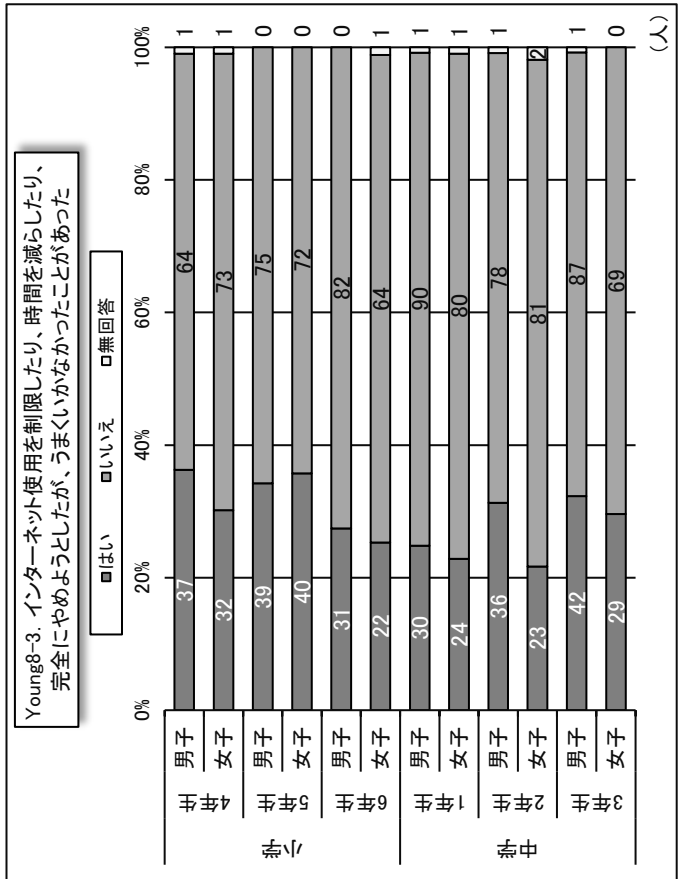
	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%			
4年生	男子	12	11.8	89	87.3	1	1.0	102	100.0
	女子	5	4.7	101	95.3	0	0.0	106	100.0
小5年生	男子	11	9.6	103	90.4	0	0.0	114	100.0
	女子	7	6.3	105	93.8	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	11	9.7	102	90.3	0	0.0	113	100.0
	女子	8	9.2	79	90.8	0	0.0	87	100.0
1年生	男子	6	5.0	114	94.2	1	0.8	121	100.0
	女子	3	2.9	101	96.2	1	1.0	105	100.0
中2年生	男子	10	8.7	105	91.3	0	0.0	115	100.0
	女子	11	10.4	93	87.7	2	1.9	106	100.0
3年生	男子	17	13.1	112	86.2	1	0.8	130	100.0
	女子	7	7.1	91	92.9	0	0.0	98	100.0

Young8-2. 満足を得るために、インターネットを使う時間を長くしていかなければならないと感じている



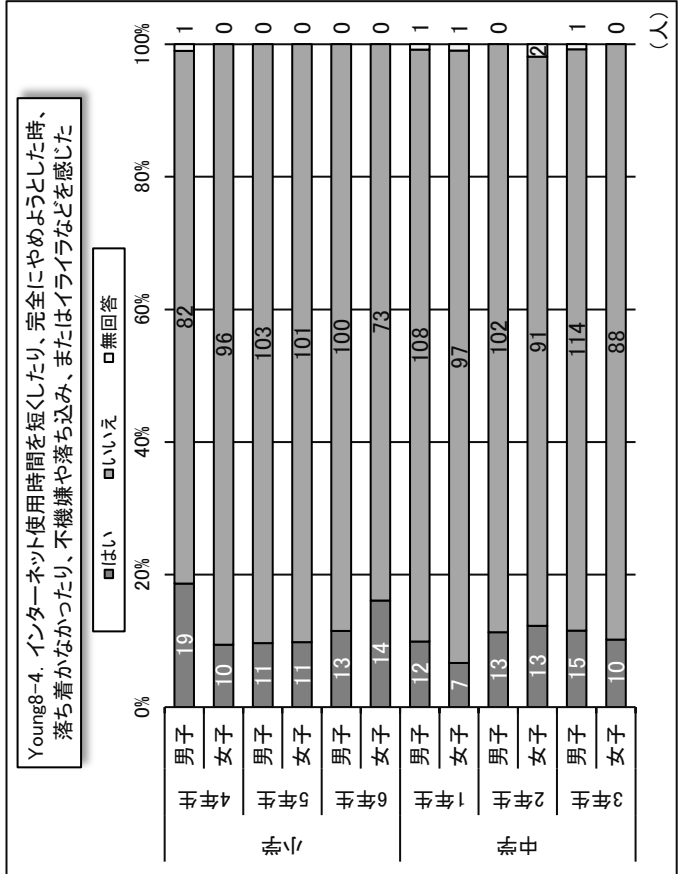
《3. あなたは、インターネット使用を制限したり、時間を減らしたり、完全にやめようとしたが、うまくいかなかったことがたびたびありましたか》

	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%			
4年生	男子	37	36.3	64	62.7	1	1.0	102	100.0
	女子	32	30.2	73	68.9	1	0.9	106	100.0
小5年生	男子	39	34.2	75	65.8	0	0.0	114	100.0
	女子	40	35.7	72	64.3	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	31	27.4	82	72.6	0	0.0	113	100.0
	女子	22	25.3	64	73.6	1	1.1	87	100.0
1年生	男子	30	24.8	90	74.4	1	0.8	121	100.0
	女子	24	22.9	80	76.2	1	1.0	105	100.0
中2年生	男子	36	31.3	78	67.8	1	0.9	115	100.0
	女子	23	21.7	81	76.4	2	1.9	106	100.0
3年生	男子	42	32.3	87	66.9	1	0.8	130	100.0
	女子	29	29.6	69	70.4	0	0.0	98	100.0



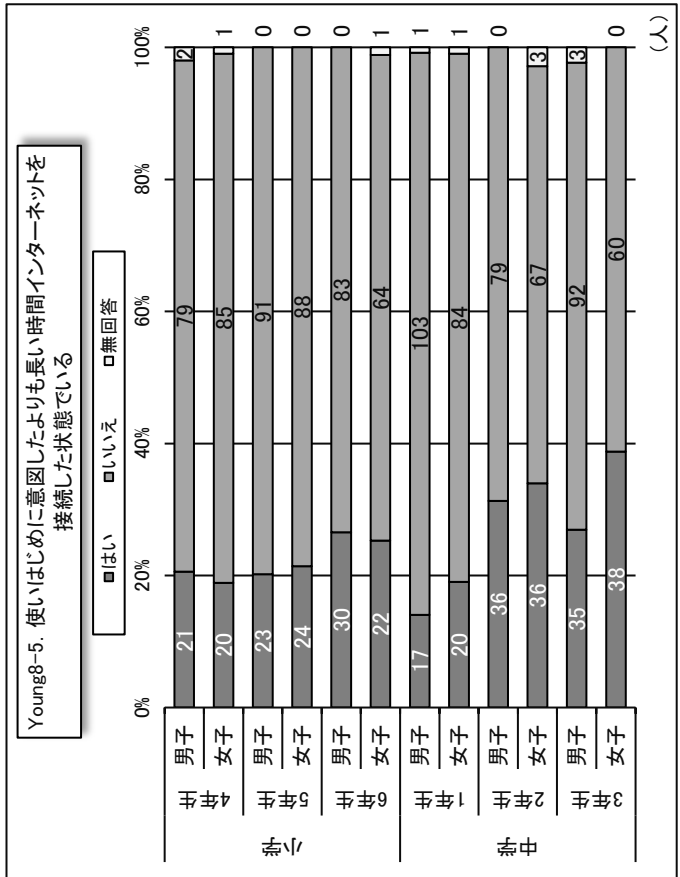
《4. インターネットの使用時間を短くしたり、完全にやめようとした時、落ち着かなかったり、不機嫌や落ち込み、またはイライラなどを感じましたか》

	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%			
4年生	男子	19	18.6	82	80.4	1	1.0	102	100.0
	女子	10	9.4	96	90.6	0	0.0	106	100.0
小5年生	男子	11	9.6	103	90.4	0	0.0	114	100.0
	女子	11	9.8	101	90.2	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	13	11.5	100	88.5	0	0.0	113	100.0
	女子	14	16.1	73	83.9	0	0.0	87	100.0
1年生	男子	12	9.9	108	89.3	1	0.8	121	100.0
	女子	7	6.7	97	92.4	1	1.0	105	100.0
中2年生	男子	13	11.3	102	88.7	0	0.0	115	100.0
	女子	13	12.3	91	85.8	2	1.9	106	100.0
3年生	男子	15	11.5	114	87.7	1	0.8	130	100.0
	女子	10	10.2	88	89.8	0	0.0	98	100.0



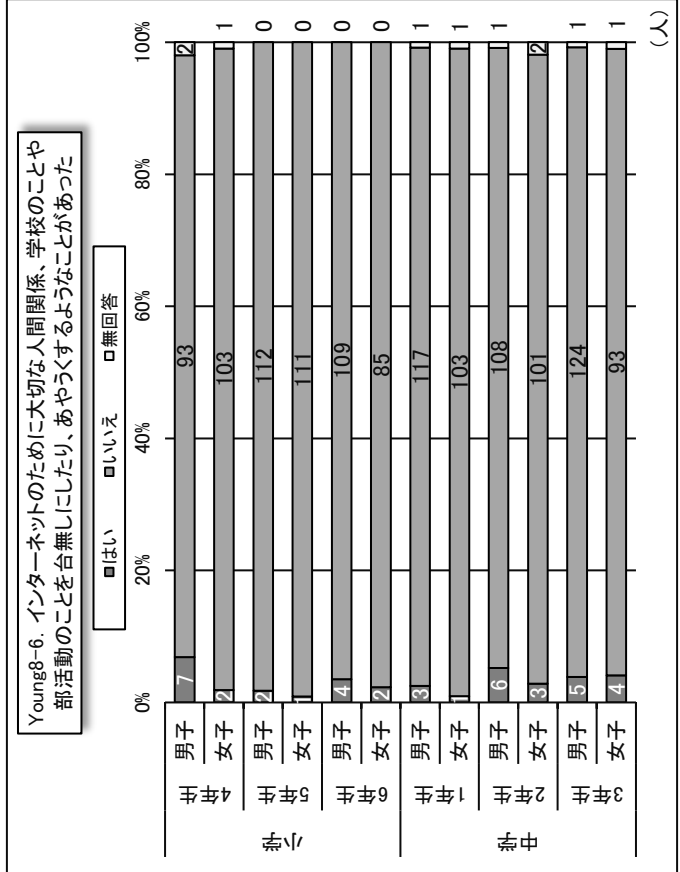
《5. あなたは、使いはじめに意図したよりも長い時間インターネットを接続した状態ですか》

	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	21	20.6	79	77.5	2	2.0	102	100.0
	女子	20	18.9	85	80.2	1	0.9	106	100.0
小5年生	男子	23	20.2	91	79.8	0	0.0	114	100.0
	女子	24	21.4	88	78.6	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	30	26.5	83	73.5	0	0.0	113	100.0
	女子	22	25.3	64	73.6	1	1.1	87	100.0
1年生	男子	17	14.0	103	85.1	1	0.8	121	100.0
	女子	20	19.0	84	80.0	1	1.0	105	100.0
中2年生	男子	36	31.3	79	68.7	0	0.0	115	100.0
	女子	36	34.0	67	63.2	3	2.8	106	100.0
3年生	男子	35	26.9	92	70.8	3	2.3	130	100.0
	女子	38	38.8	60	61.2	0	0.0	98	100.0



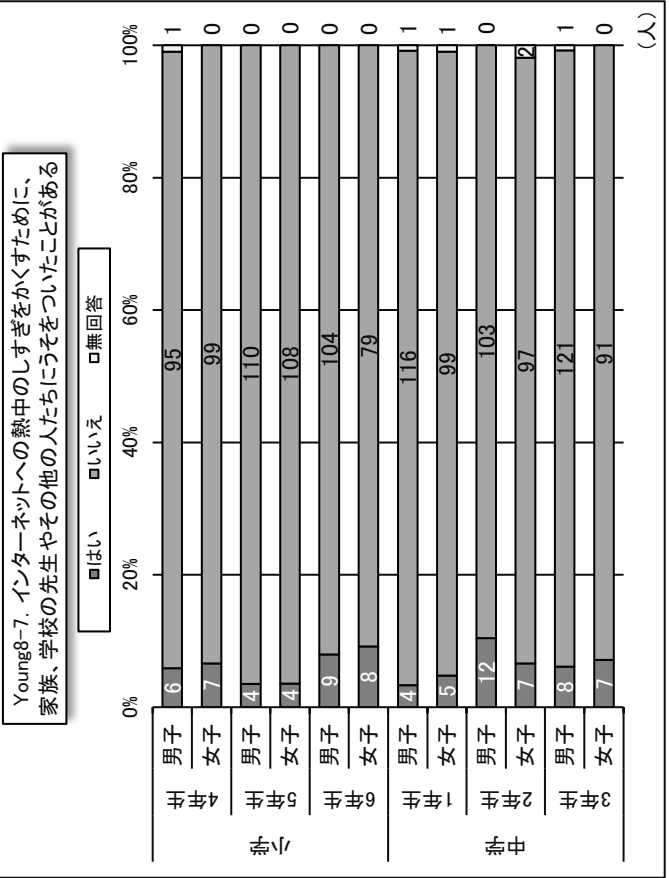
《6. あなたは、インターネットのために大切な人間関係、学校のことや、部活動のことを台無しにしたり、あやうくするようになりませんか》

	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	7	6.9	93	91.2	2	2.0	102	100.0
	女子	2	1.9	103	97.2	1	0.9	106	100.0
小5年生	男子	2	1.8	112	98.2	0	0.0	114	100.0
	女子	1	0.9	111	99.1	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	4	3.5	109	96.5	0	0.0	113	100.0
	女子	2	2.3	85	97.7	0	0.0	87	100.0
1年生	男子	3	2.5	117	96.7	1	0.8	121	100.0
	女子	1	1.0	103	98.1	1	1.0	105	100.0
中2年生	男子	6	5.2	108	93.9	1	0.9	115	100.0
	女子	3	2.8	101	95.3	2	1.9	106	100.0
3年生	男子	5	3.8	124	95.4	1	0.8	130	100.0
	女子	4	4.1	93	94.9	1	1.0	98	100.0



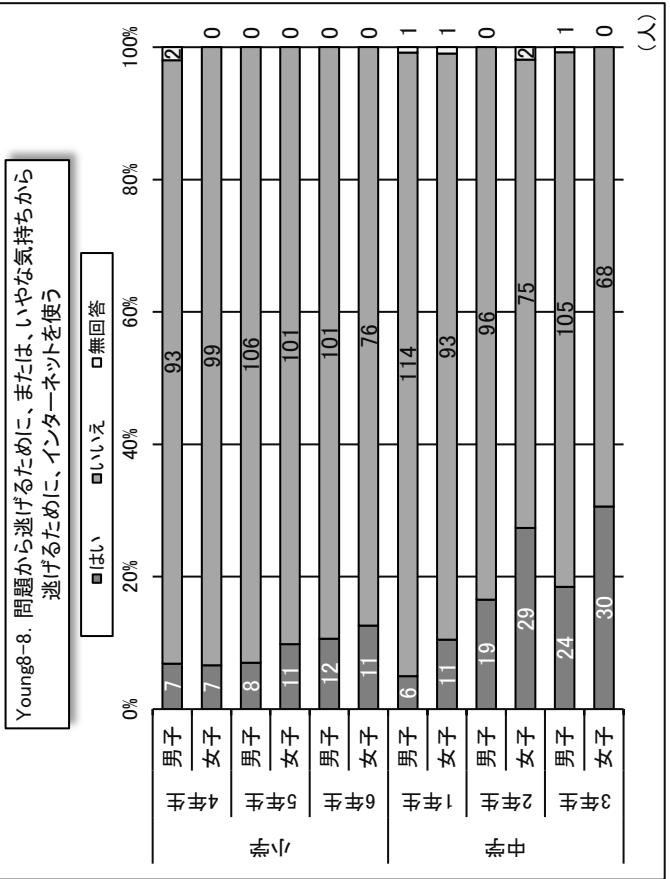
《7. あなたは、インターネットへの熱中のしずぎをかくすために、家族、学校の先生やその他の人たちにうそをついたことがありますか》

	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%			
4年生	男子	6	5.9	95	93.1	1	1.0	102	100.0
	女子	7	6.6	99	93.4	0	0.0	106	100.0
小5年生	男子	4	3.5	110	96.5	0	0.0	114	100.0
	女子	4	3.6	108	96.4	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	9	8.0	104	92.0	0	0.0	113	100.0
	女子	8	9.2	79	90.8	0	0.0	87	100.0
1年生	男子	4	3.3	116	95.9	1	0.8	121	100.0
	女子	5	4.8	99	94.3	1	1.0	105	100.0
中2年生	男子	12	10.4	103	89.6	0	0.0	115	100.0
	女子	7	6.6	97	91.5	2	1.9	106	100.0
3年生	男子	8	6.2	121	93.1	1	0.8	130	100.0
	女子	7	7.1	91	92.9	0	0.0	98	100.0



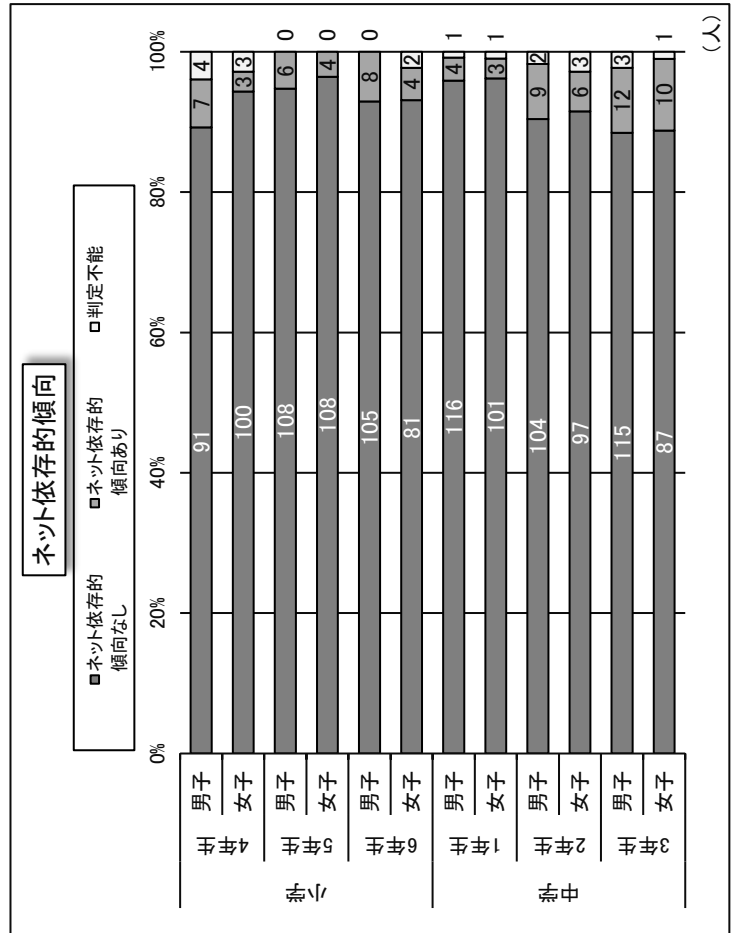
《8. あなたは、問題から逃げるために、または、絶望的な気持ち、罪悪感、不安、落ち込みなどといったいやな気持ちから逃げるために、インターネットを使いますか》

	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%			
4年生	男子	7	6.9	93	91.2	2	2.0	102	100.0
	女子	7	6.6	99	93.4	0	0.0	106	100.0
小5年生	男子	8	7.0	106	93.0	0	0.0	114	100.0
	女子	11	9.8	101	90.2	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	12	10.6	101	89.4	0	0.0	113	100.0
	女子	11	12.6	76	87.4	0	0.0	87	100.0
1年生	男子	6	5.0	114	94.2	1	0.8	121	100.0
	女子	11	10.5	93	88.6	1	1.0	105	100.0
中2年生	男子	19	16.5	96	83.5	0	0.0	115	100.0
	女子	29	27.4	75	70.8	2	1.9	106	100.0
3年生	男子	24	18.5	105	80.8	1	0.8	130	100.0
	女子	30	30.6	68	69.4	0	0.0	98	100.0



ネット依存的傾向の有無(キンバリー・ヤング博士による)

	ネット依存的傾向なし		ネット依存的傾向あり		判定不能		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	91	89.2	7	6.9	4	3.9	102	100.0
	女子	100	94.3	3	2.8	3	2.8	106	100.0
小5年生	男子	108	94.7	6	5.3	0	0.0	114	100.0
	女子	108	96.4	4	3.6	0	0.0	112	100.0
6年生	男子	105	92.9	8	7.1	0	0.0	113	100.0
	女子	81	93.1	4	4.6	2	2.3	87	100.0
1年生	男子	116	95.9	4	3.3	1	0.8	121	100.0
	女子	101	96.2	3	2.9	1	1.0	105	100.0
中2年生	男子	104	90.4	9	7.8	2	1.7	115	100.0
	女子	97	91.5	6	5.7	3	2.8	106	100.0
3年生	男子	115	88.5	12	9.2	3	2.3	130	100.0
	女子	87	88.8	10	10.2	1	1.0	98	100.0



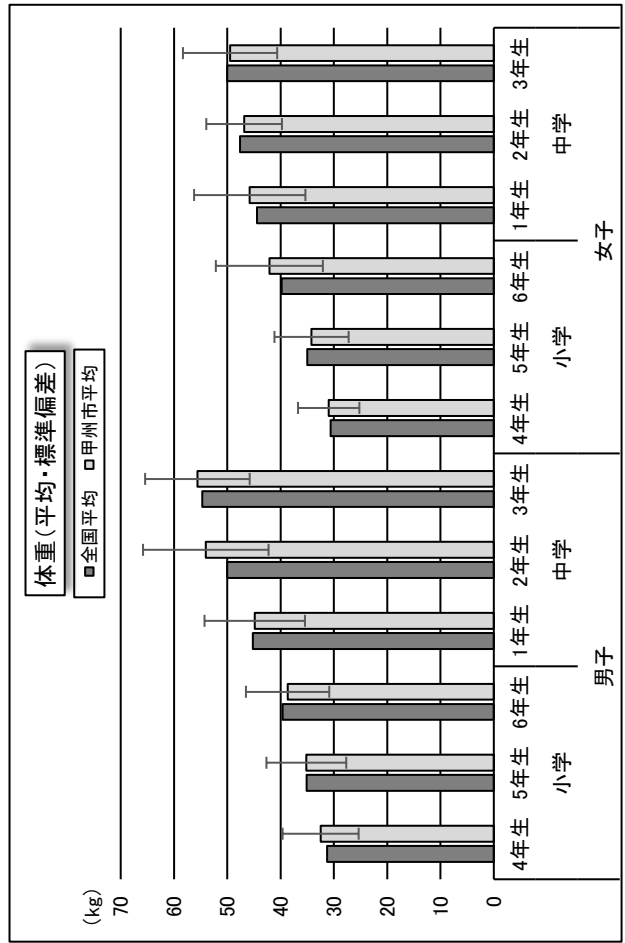
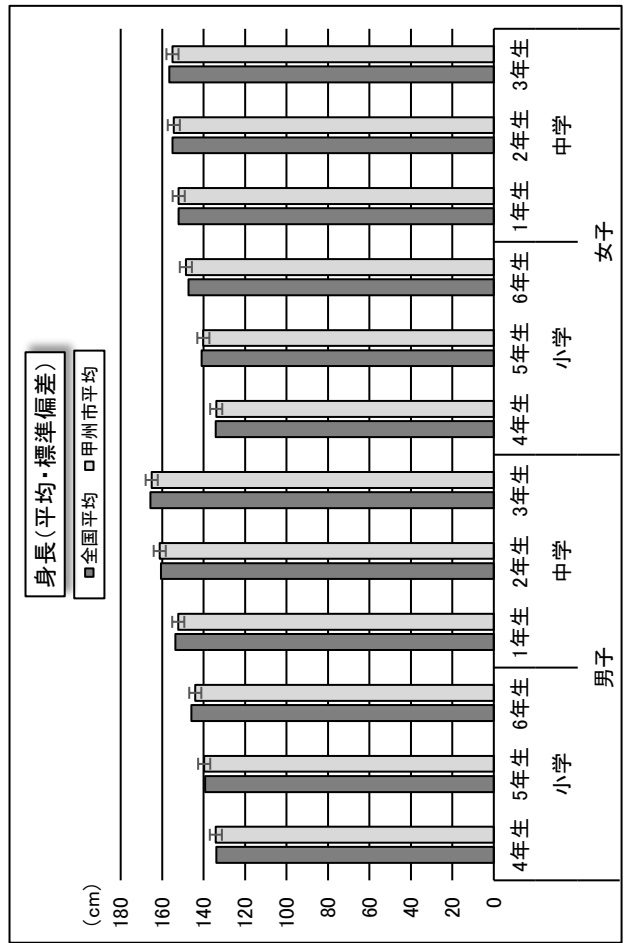
2. 身体データ

身長・体重

	身長			体重		
	全国平均	甲州市平均	標準偏差	全国平均	甲州市平均	標準偏差
4年生	133.8	134.1	6.0	31.3	32.5	7.1
5年生	139.3	139.7	6.6	35.1	35.2	7.5
6年生	145.9	144.0	6.7	39.6	38.7	7.8
1年生	153.6	152.2	8.9	45.2	44.9	9.4
2年生	160.6	161.2	7.2	50.0	54.0	11.8
3年生	165.7	165.0	6.7	54.7	55.6	9.8
4年生	134.1	133.9	5.3	30.6	31.0	5.8
5年生	140.9	140.1	7.6	35.0	34.2	7.0
6年生	147.3	148.6	6.5	39.8	42.1	10.0
1年生	152.1	152.0	6.0	44.4	45.8	10.4
2年生	155.0	154.4	4.7	47.6	46.8	7.1
3年生	156.5	155.0	6.1	50.0	49.5	8.8

※全国値は文部科学省、令和3年度 学校保健統計(確定値)

※データ欠損者は除く



肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(有効%)

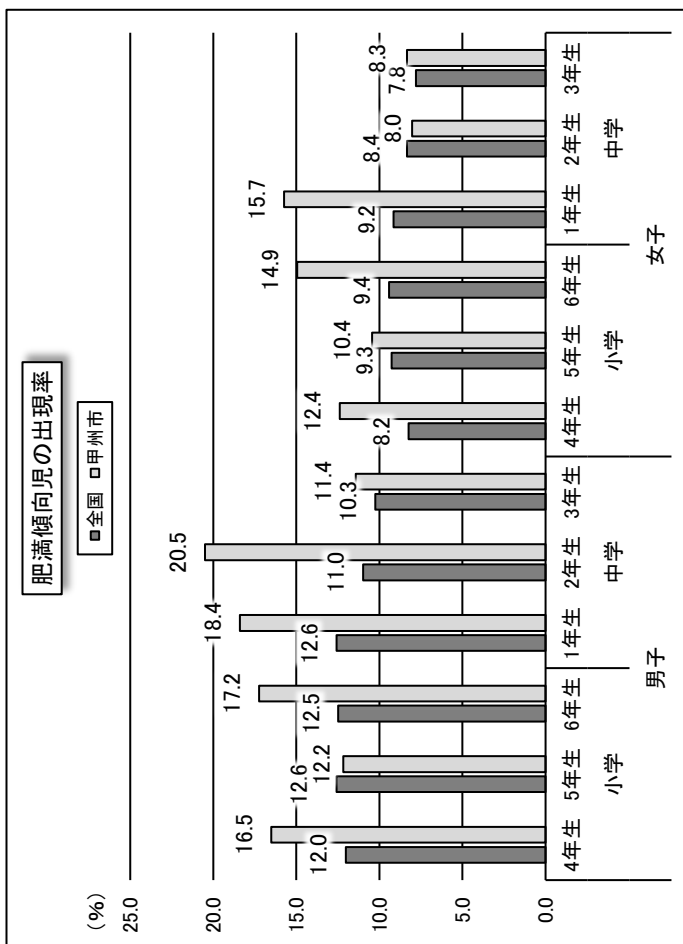
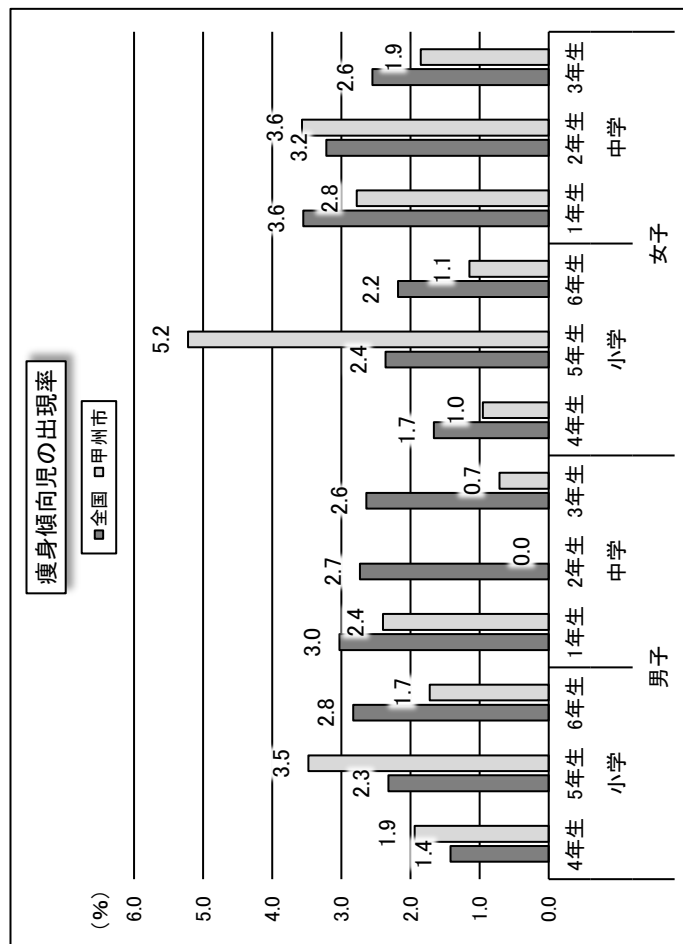
	痩身傾向児			標準範囲内			肥満傾向児		
	全国 (%)	甲州市 (%)	甲州市 (人数)	全国 (%)	甲州市 (%)	甲州市 (人数)	全国 (%)	甲州市 (%)	甲州市 (人数)
小学									
4年生	1.4	1.9	2	86.6	81.6	84	12.0	16.5	17
5年生	2.3	3.5	4	85.1	84.3	97	12.6	12.2	14
6年生	2.8	1.7	2	84.7	81.0	94	12.5	17.2	20
中学									
1年生	3.0	2.4	3	84.4	79.2	99	12.6	18.4	23
2年生	2.7	0.0	0	86.3	79.5	97	11.0	20.5	25
3年生	2.6	0.7	1	87.1	87.9	123	10.3	11.4	16
4年生	1.7	1.0	1	90.1	86.7	91	8.2	12.4	13
5年生	2.4	5.2	6	88.4	84.3	97	9.3	10.4	12
6年生	2.2	1.1	1	88.4	83.9	73	9.4	14.9	13
女子									
1年生	3.6	2.8	3	87.3	81.5	88	9.2	15.7	17
2年生	3.2	3.6	4	88.4	88.4	99	8.4	8.0	9
3年生	2.6	1.9	2	89.7	89.8	97	7.8	8.3	9

※全国値は文部科学省、令和3年度 学校保健統計(確定値)

※データ欠損者は除く

● 肥満傾向児:肥満度20%以上

● 痩身傾向児:肥満度-20%以下

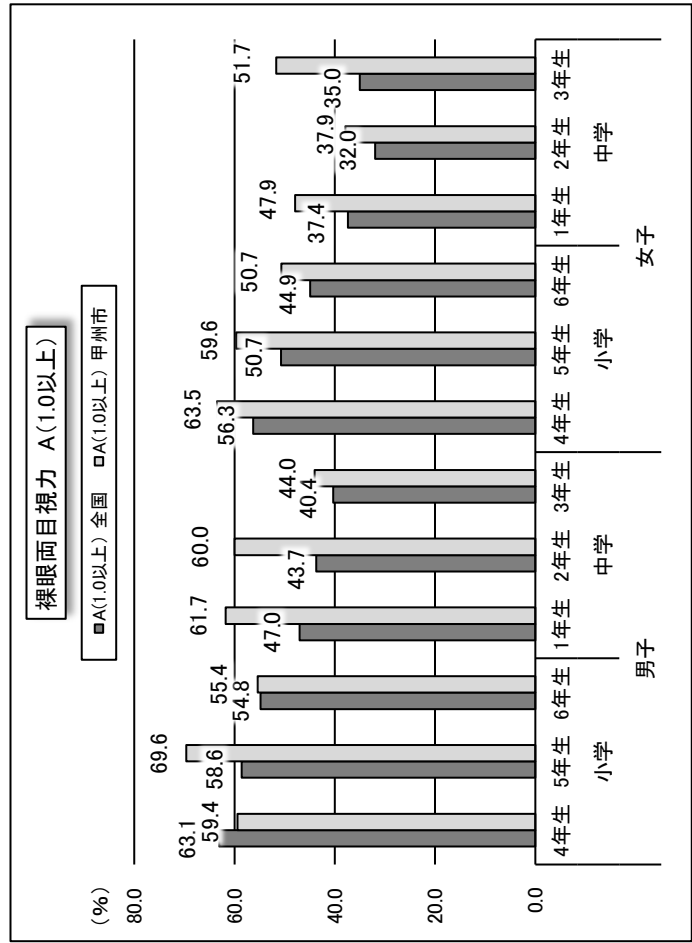


裸眼両目視力(有効%)

	A(1.0以上)			B			C			D			計
	全国	甲州市	甲州市(人数)	全国	甲州市	甲州市(人数)	全国	甲州市	甲州市(人数)	全国	甲州市	甲州市(人数)	
小学													
4年生	63.1	59.4	60	11.8	7.9	8	14.0	12.9	13	11.2	19.8	20	101
5年生	58.6	69.6	78	11.0	2.7	3	15.6	12.5	14	14.9	15.2	17	112
6年生	54.8	55.4	62	10.9	12.5	14	16.9	15.2	17	17.4	17.0	19	112
1年生	47.0	61.7	71	12.3	12.2	14	17.9	10.4	12	22.8	15.7	18	115
2年生	43.7	60.0	63	11.8	11.4	12	21.1	16.2	17	23.5	12.4	13	105
3年生	40.4	44.0	55	11.7	12.0	15	17.2	16.8	21	30.7	27.2	34	125
4年生	56.3	63.5	66	13.0	15.4	16	17.0	7.7	8	13.8	13.5	14	104
5年生	50.7	59.6	68	12.1	7.9	9	18.7	20.2	23	18.5	12.3	14	114
6年生	44.9	50.7	38	11.5	9.3	7	19.8	16.0	12	23.8	24.0	18	75
1年生	37.4	47.9	46	11.9	18.8	18	21.2	13.5	13	29.6	19.8	19	96
2年生	32.0	37.9	36	10.8	10.5	10	24.1	21.1	20	33.2	30.5	29	95
3年生	35.0	51.7	46	10.0	14.6	13	21.0	16.9	15	34.0	16.9	15	89
中学													
1年生													
2年生													
3年生													

※全国値は文部科学省、令和3年度 学校保健統計(確定値)

※予一欠欠操者は除く

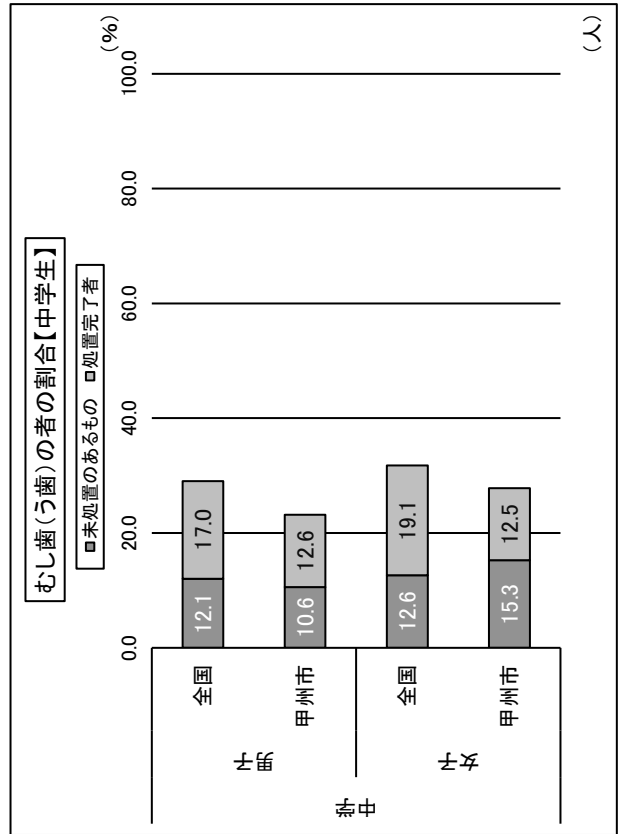
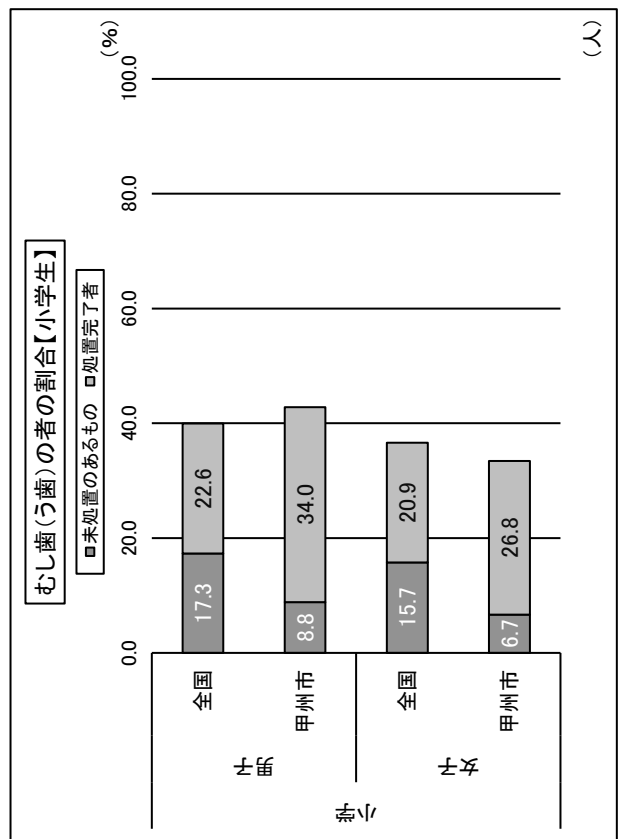


むし歯(う歯)

	未処置歯のある者				処置完了者				計					
	全国		甲州市		全国		甲州市		全国		甲州市		甲州市(人数)	
	人数	割合(%)	人数	割合(%)	人数	割合(%)	人数	割合(%)	人数	割合(%)	人数	割合(%)	人数	割合(%)
小学	4年生	20.8	11.8	12	26.5	40.2	41	47.3	52.0	53	102			
	5年生	17.8	10.4	12	23.5	33.9	39	41.3	44.3	51	115			
	6年生	13.4	4.3	5	17.8	27.8	32	31.2	32.2	37	115			
中学	1年生	11.5	11.3	14	16.0	12.9	16	27.5	24.2	30	124			
	2年生	11.5	9.2	11	16.7	6.7	8	28.3	16.0	19	119			
	3年生	13.1	11.3	15	18.2	18.0	24	31.4	29.3	39	133			
小学	4年生	19.4	7.7	8	24.4	30.8	32	43.8	38.5	40	104			
	5年生	15.8	8.8	10	21.3	18.6	21	37.1	27.4	31	113			
	6年生	12.1	3.4	3	16.9	31.0	27	29.0	34.5	30	87			
中学	1年生	11.7	10.5	11	17.5	10.5	11	29.2	21.0	22	105			
	2年生	12.4	9.1	10	18.8	15.5	17	31.1	24.5	27	110			
	3年生	13.8	26.2	27	21.2	11.7	12	35.0	37.9	39	103			

※全国値は文部科学省、令和3年度 学校保健統計(確定値)

※データ欠損者は除く

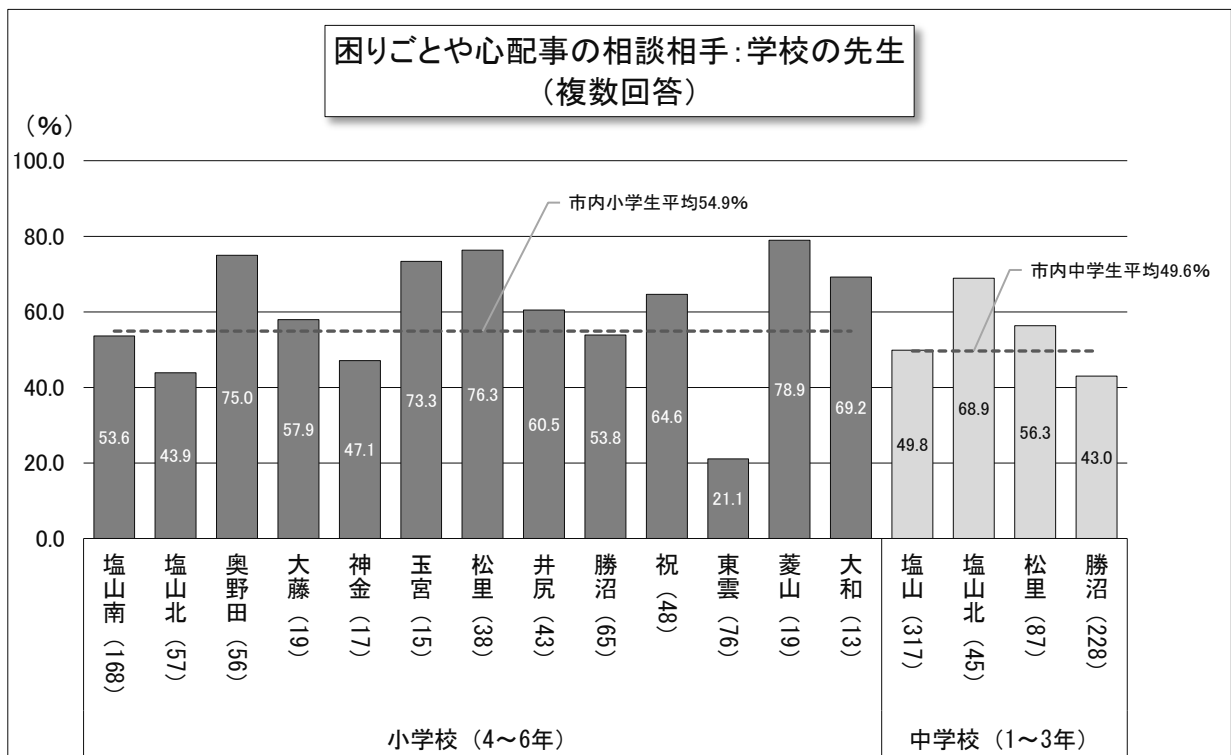
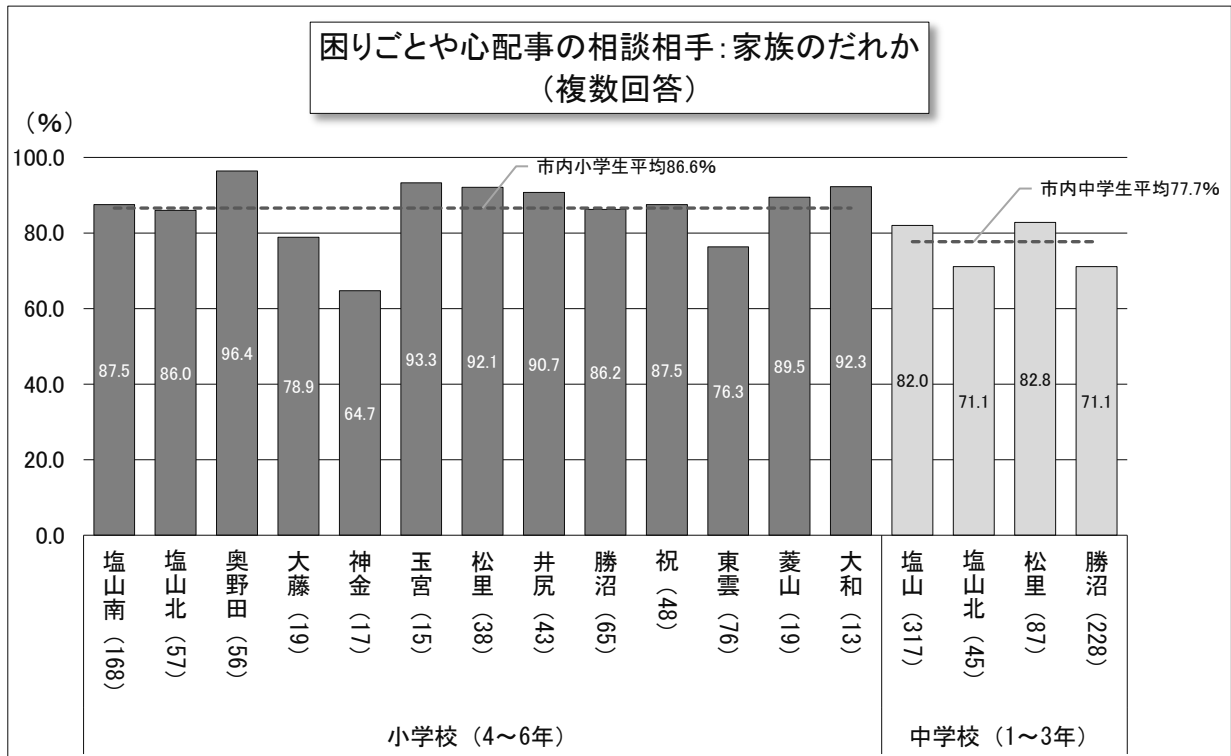


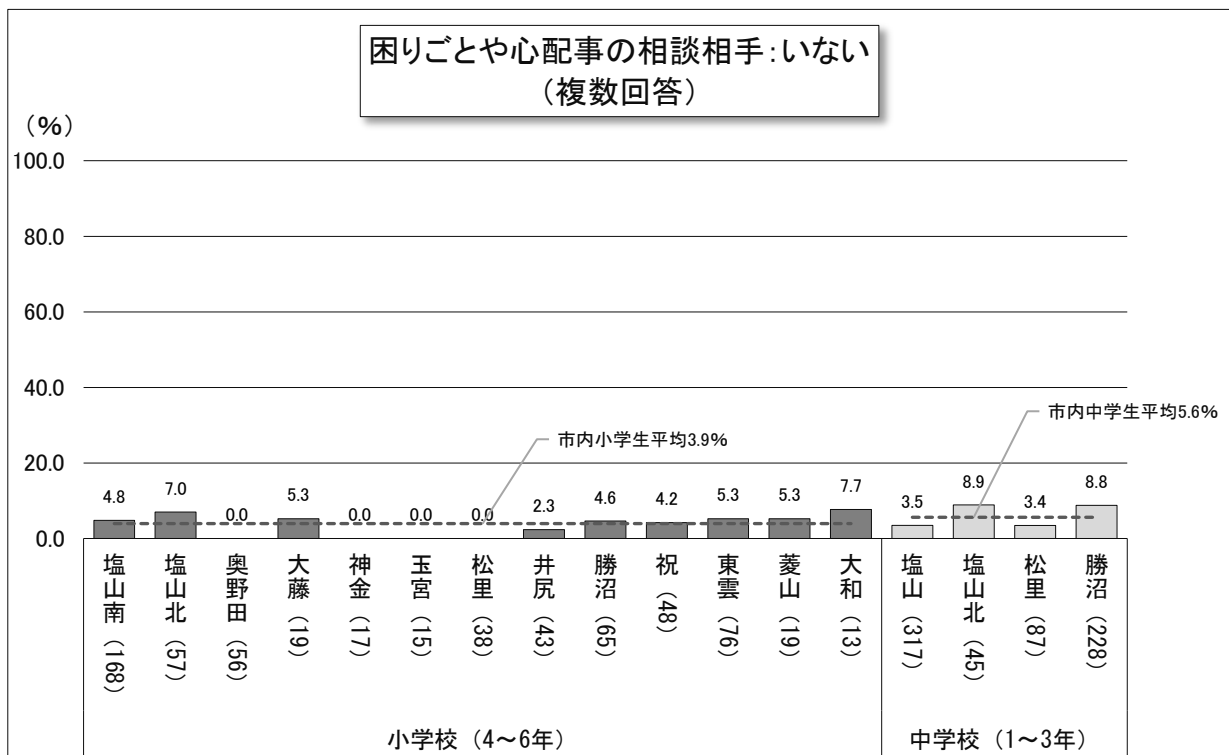
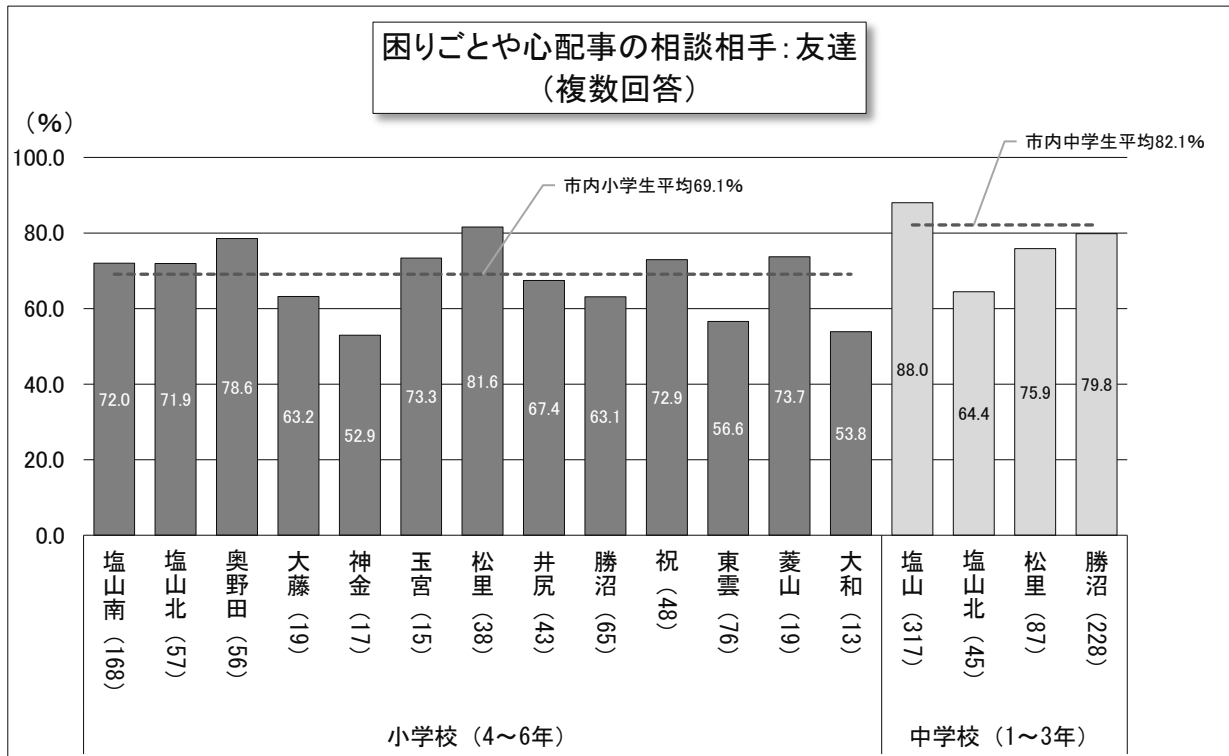
第Ⅳ章 学校別集計グラフ

【小・中：問1】

あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

- (1. 家族のだけか 2. 学校の先生 3. 友だち 4. その他 () 5. いない)

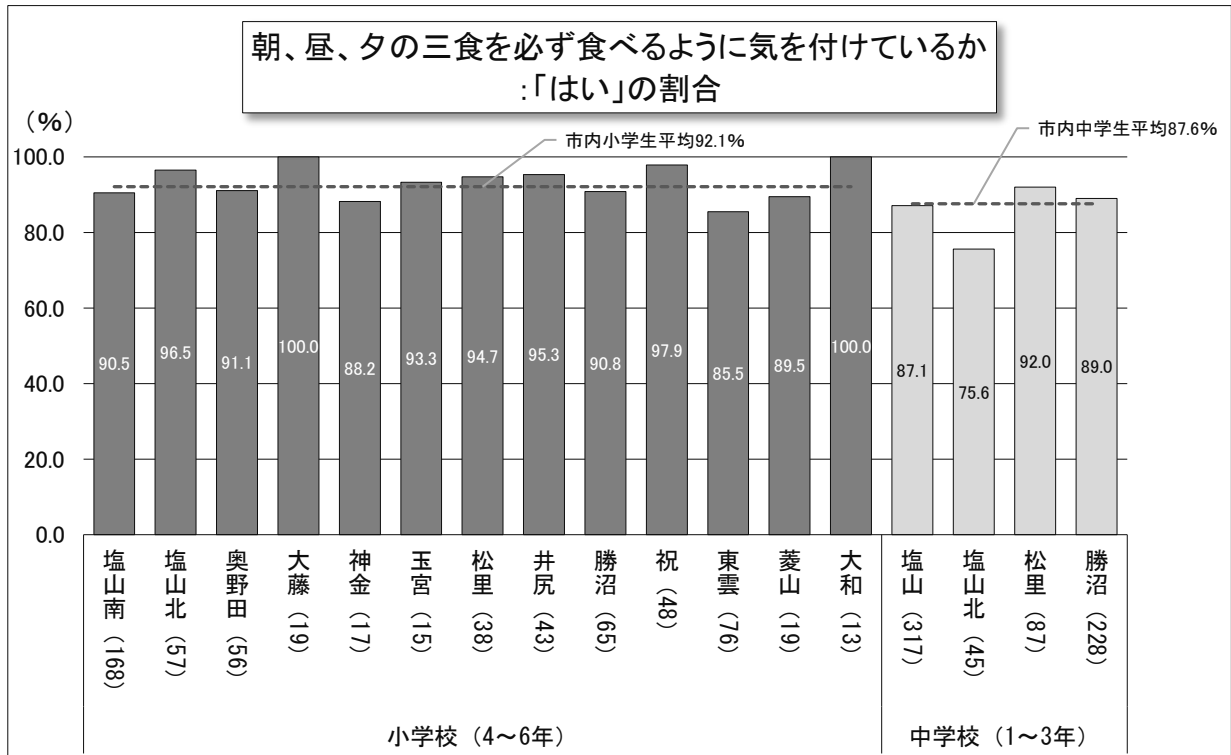




【小・中：問 2-1】

あなたは、朝、昼、夕の三食を必ず食べるように気をつけていますか。(○はひとつ)

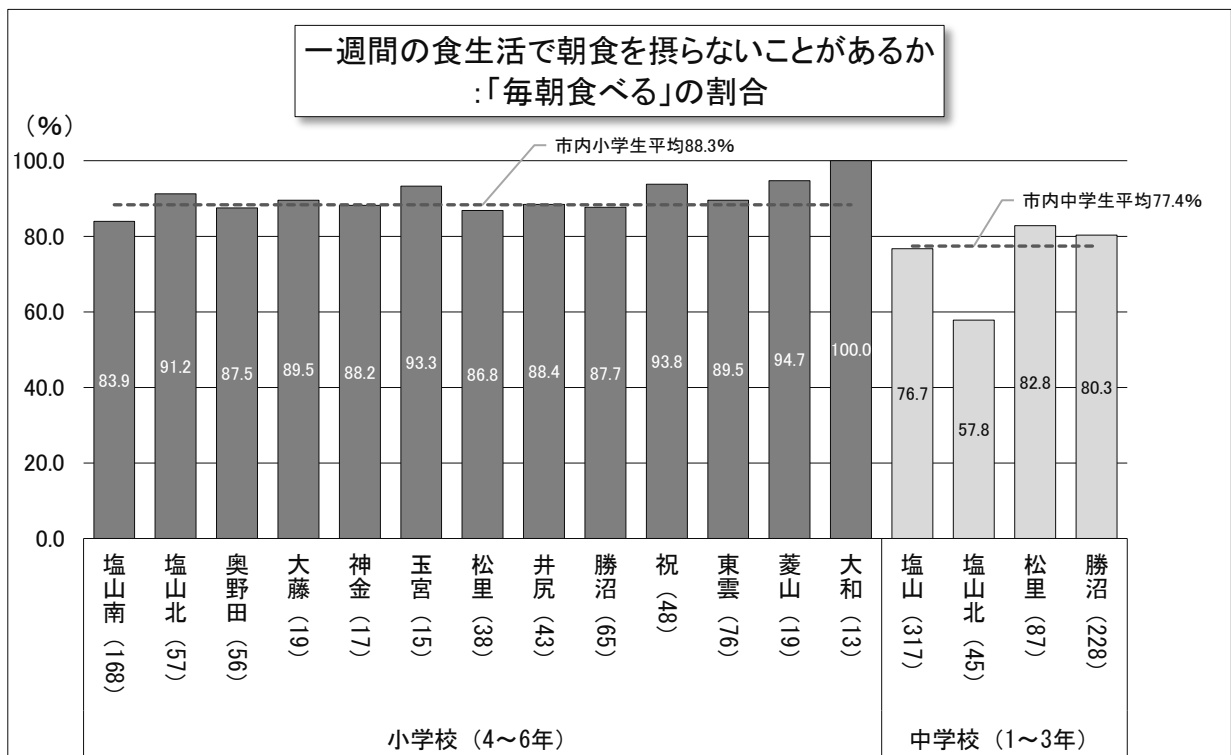
(1. はい 2. いいえ 3. わからない)



【小・中：問 2-2】

あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(○はひとつ)

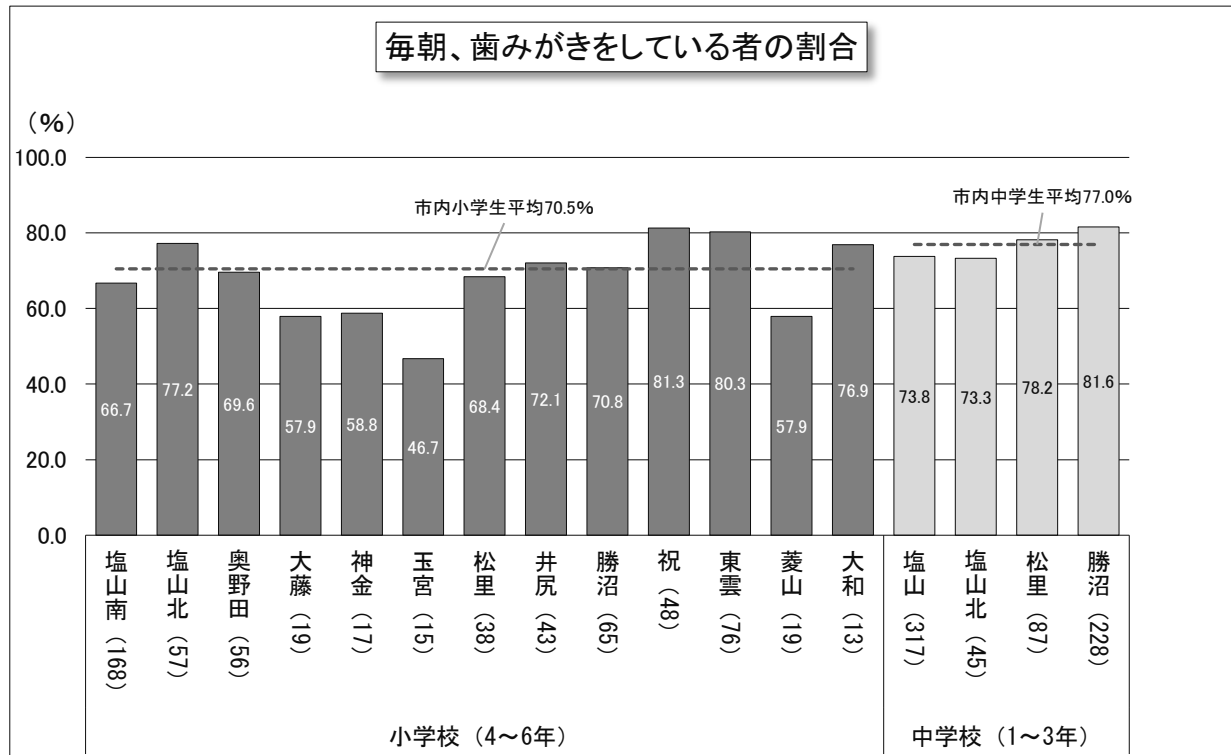
(1. 毎朝食べない 2. 5~6回は食べない 3. 3~4回は食べない 4. 1~2回は食べない 5. 毎朝食べる)



【小・中：問3-1】

朝の歯みがきについて（○はひとつ）

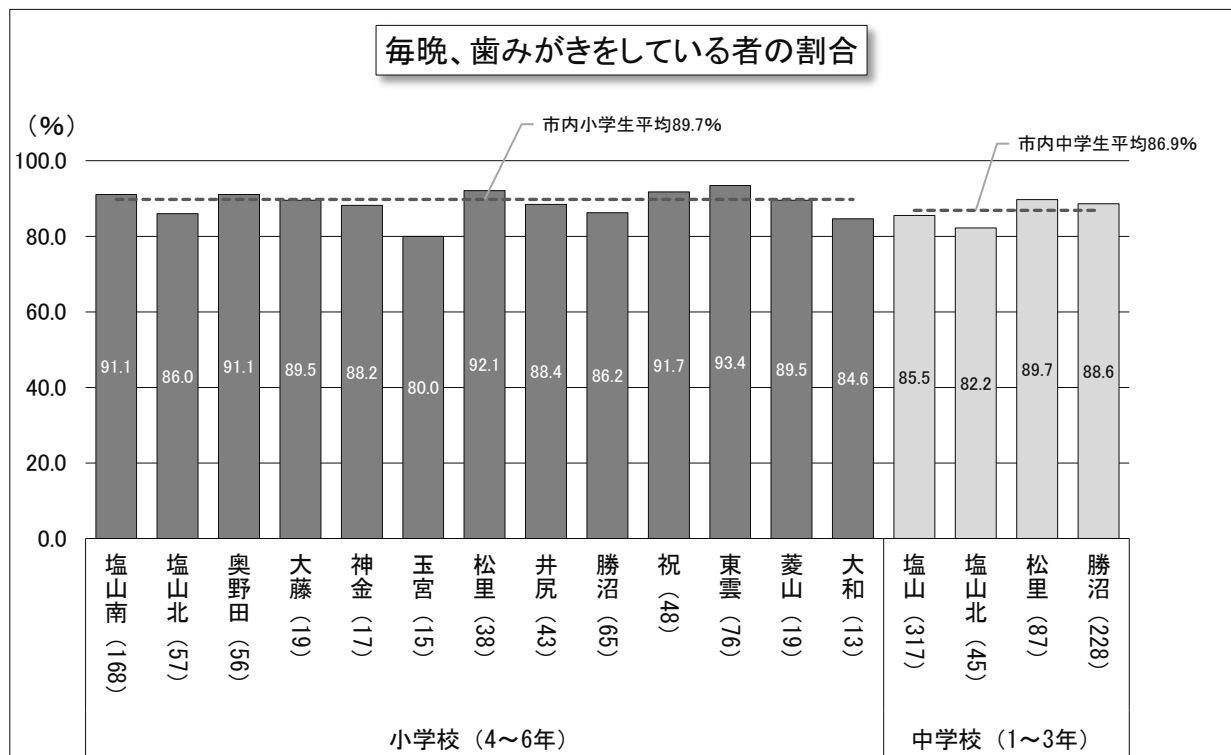
- (1. 毎朝、歯みがきをしている 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする 3. 朝は歯みがきをしない)



【小・中：問3-2】

夕食後または夜寝る前の歯みがきについて（○はひとつ）

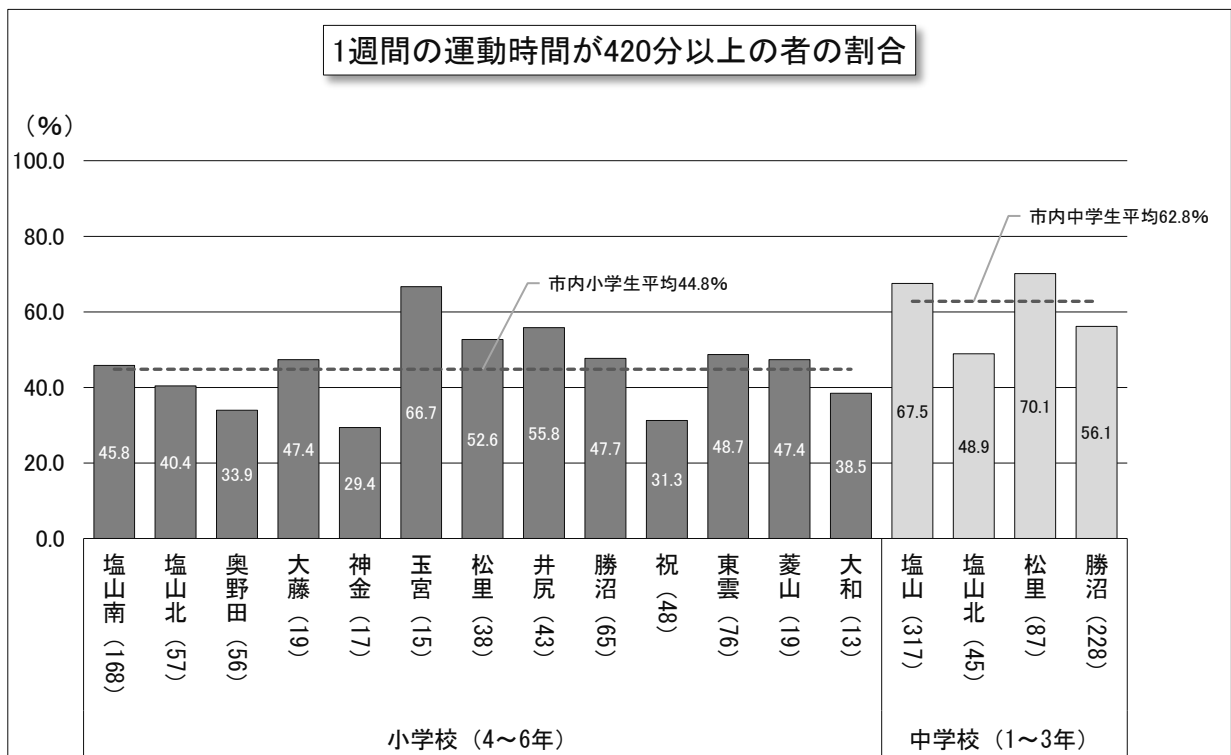
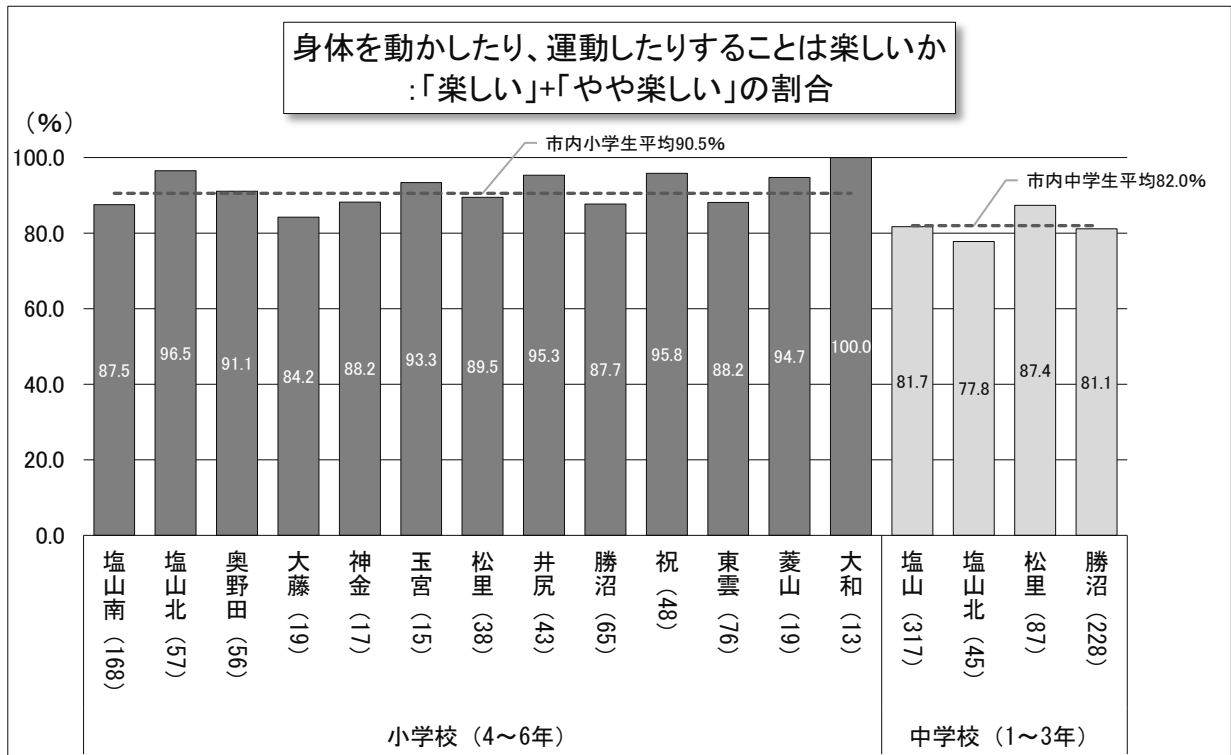
- (1. 毎晩、歯みがきをしている 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする 3. 夜は歯みがきをしない)



【小・中：問 4-1】

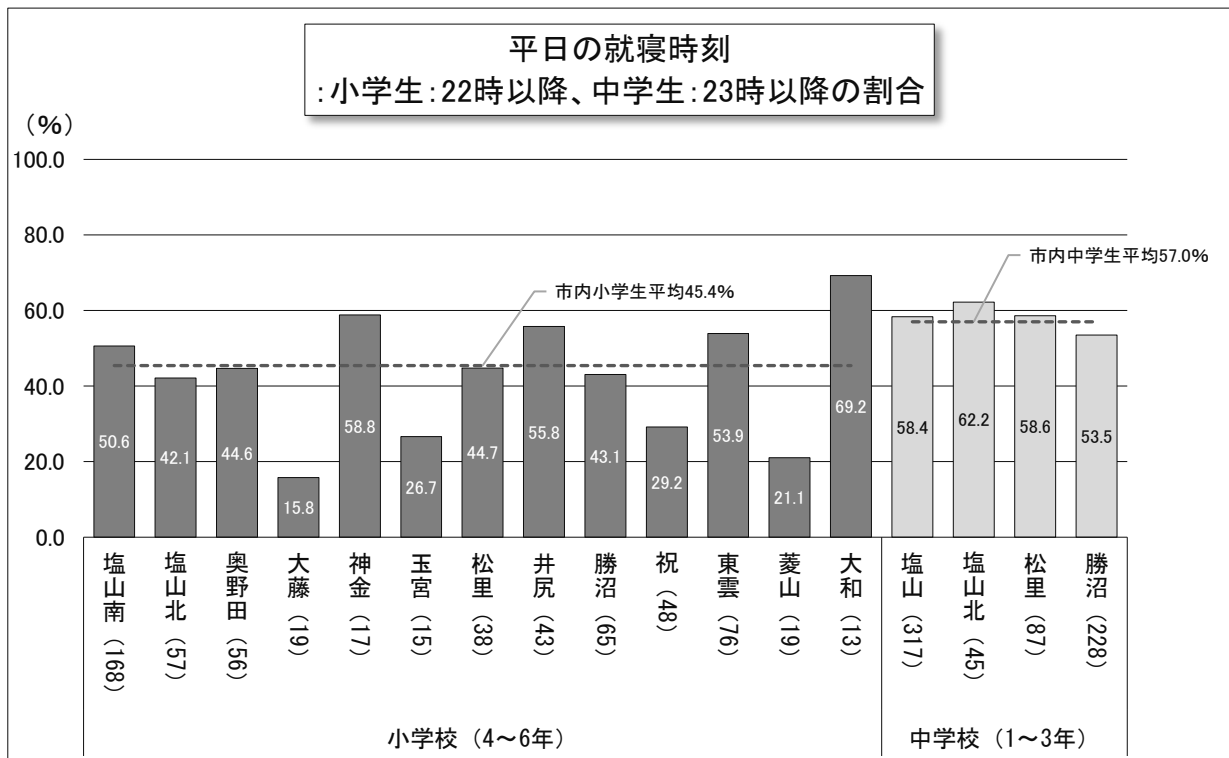
あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？（○はひとつ）

(1. 楽しい 2. やや楽しい 3. どちらともいえない 4. あまり楽しくない 5. まったく楽しくない)



【小・中：問6】

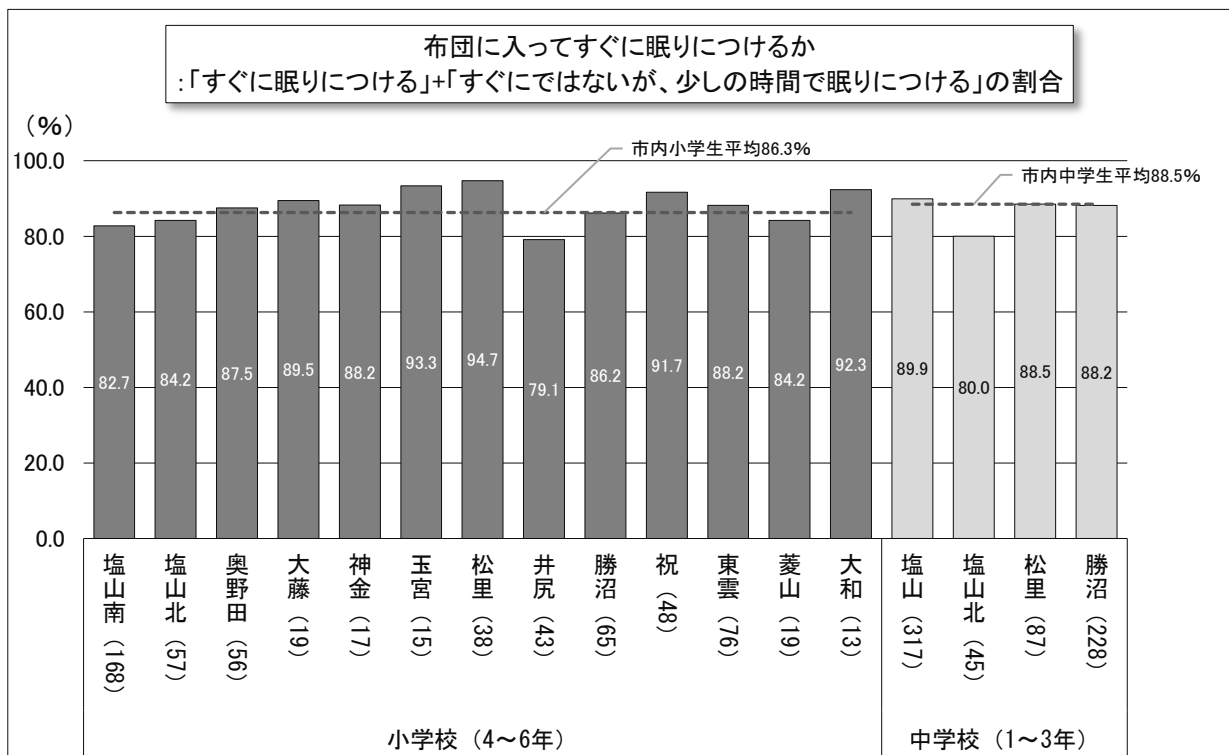
あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方教えてください。



【小・中：問7】

ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

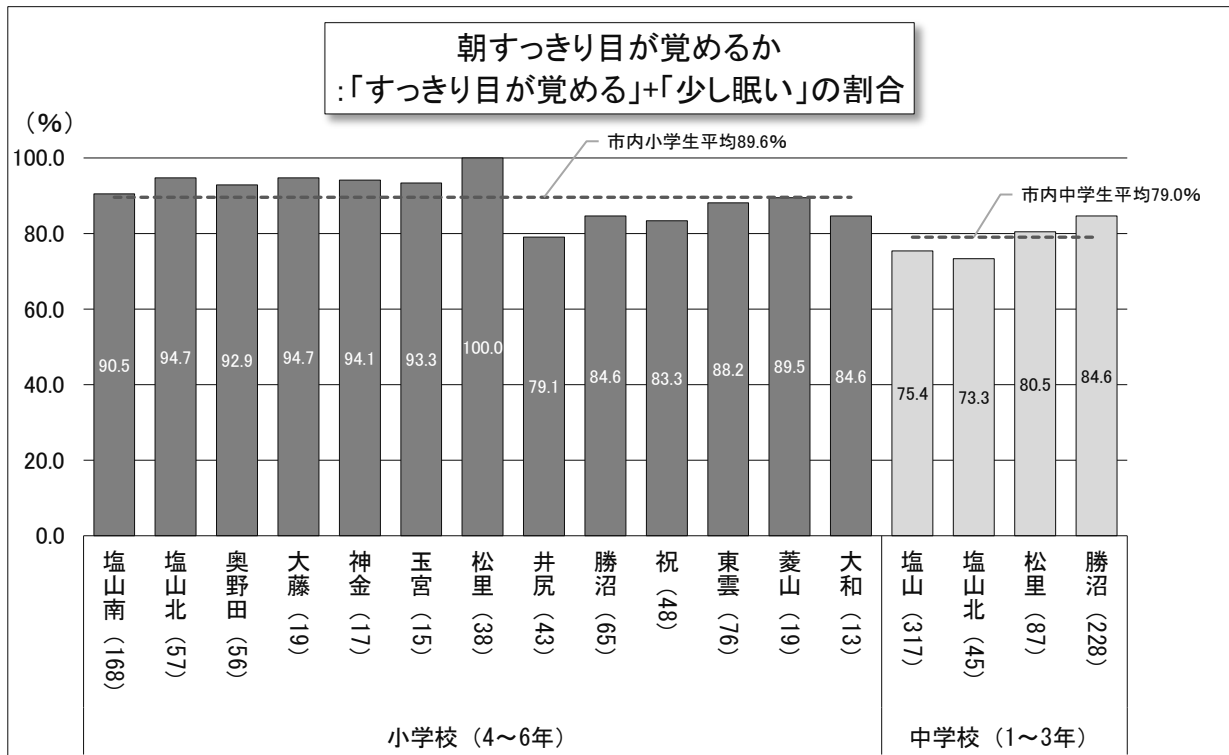
1. すぐに眠りにつける 2. すぐにではないが、少しの時間で眠りにつける 3. なかなか眠れない
4. 明け方まで眠れない 5. 眠れない



【小・中：問8】

朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

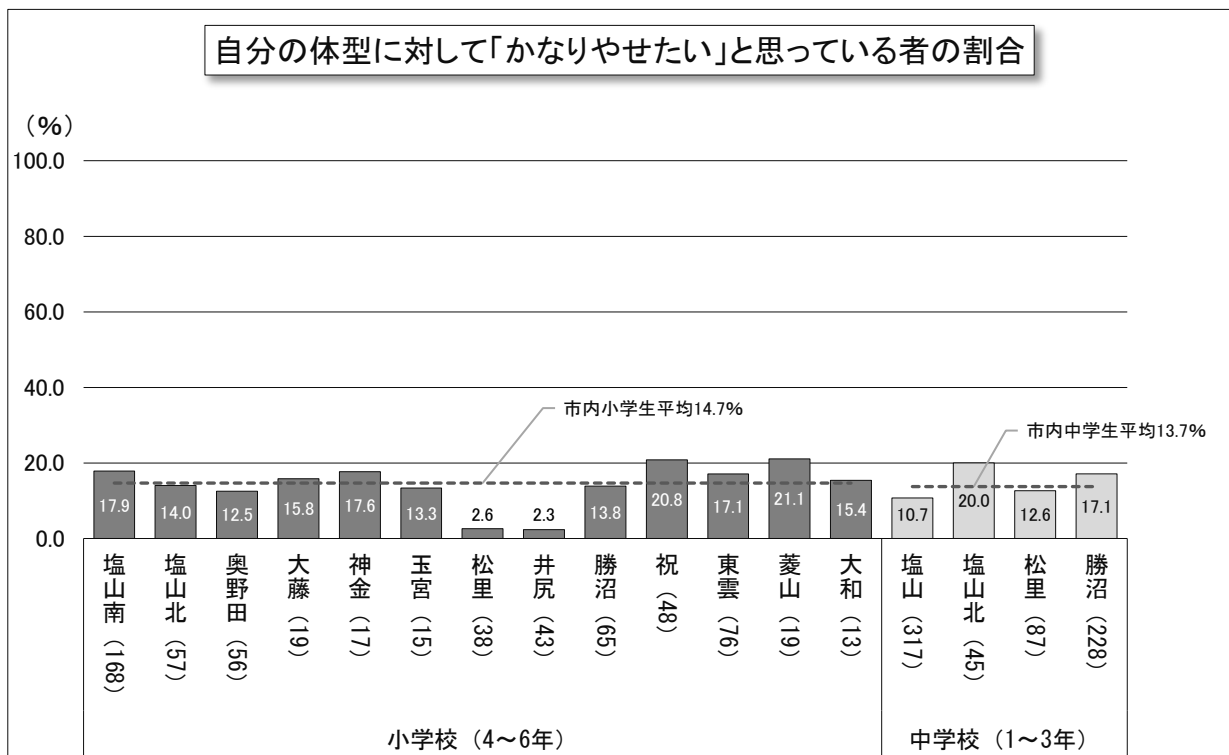
- (1. すっきり目が覚める 2. 少し眠い 3. 眠くてなかなか起きられない)



【小：問11、中：問10】

あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？(○はひとつ)

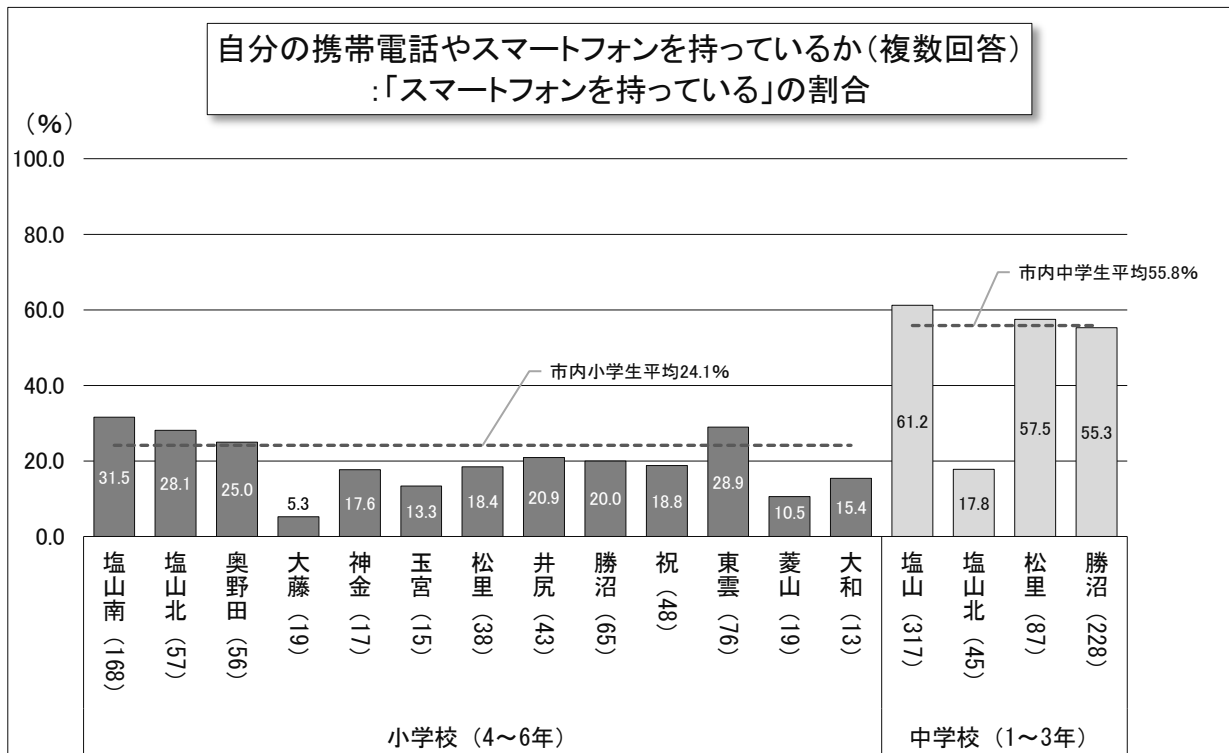
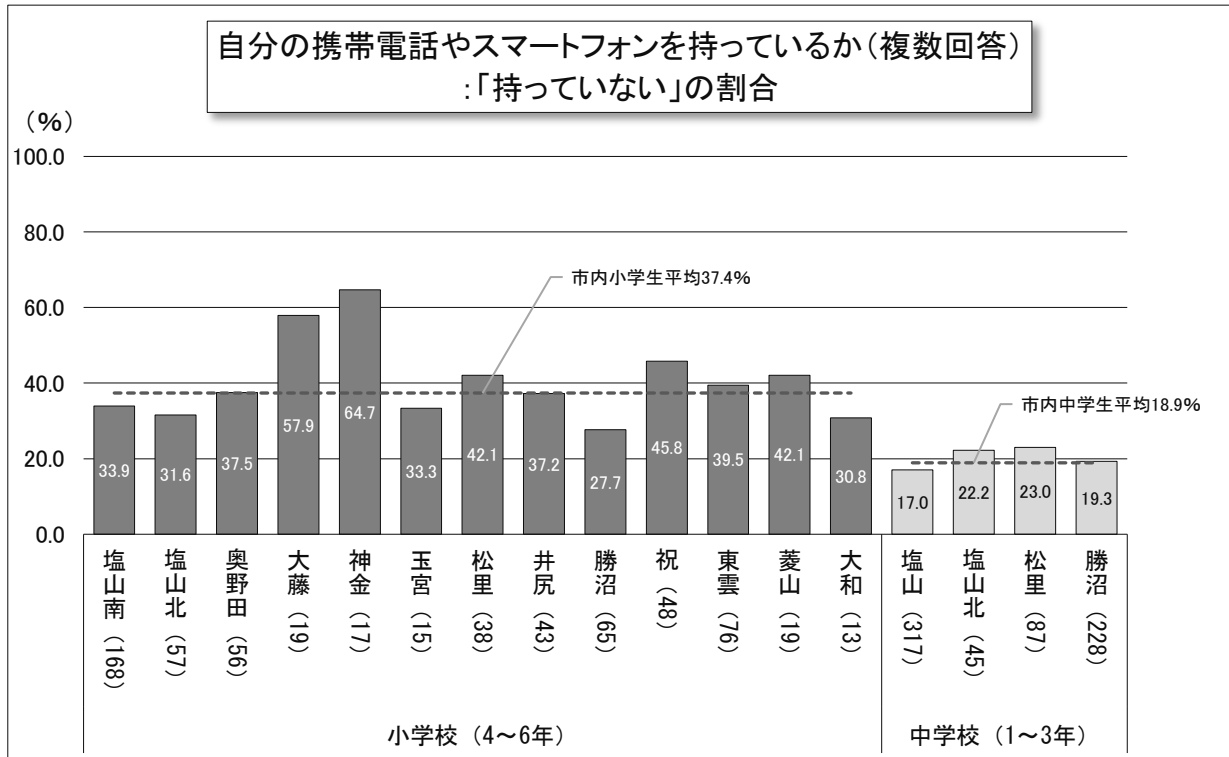
- (1. かなりやせたい 2. 少しだけやせたい 3. 今のままがよい 4. 少し太りたい 5. かなり太りたい)

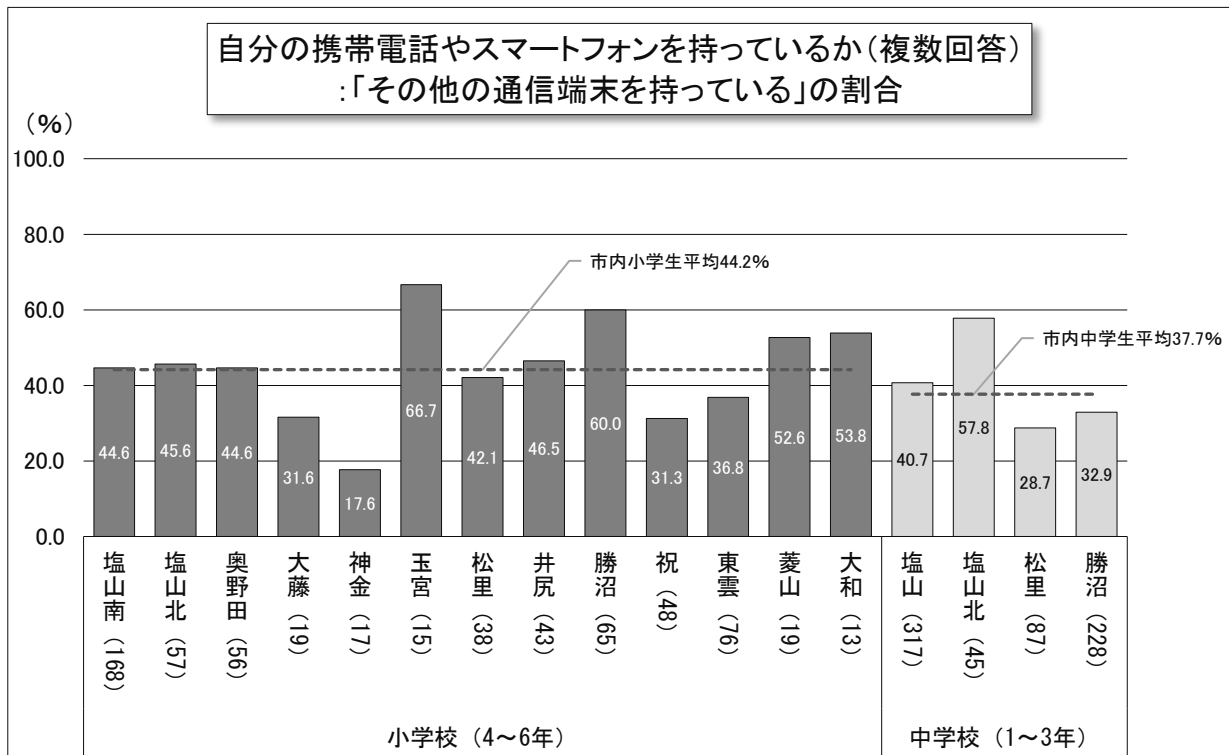
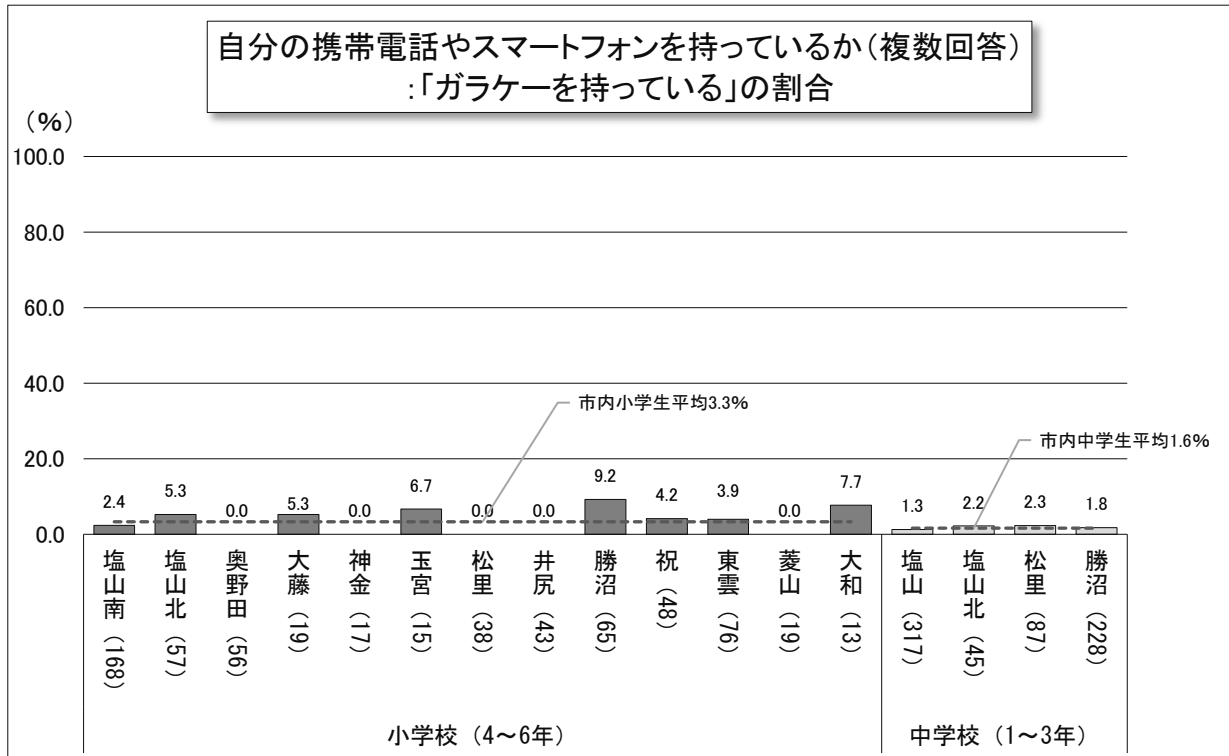


【小：問14、中：問15】

あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか？（あてはまるものすべてに○）

- (1. 持っていない 2. スマートフォンを持っている 3. ガラケーを持っている
4. その他の通信端末を持っている（iPad やタブレット、契約切れスマートフォンなど）)

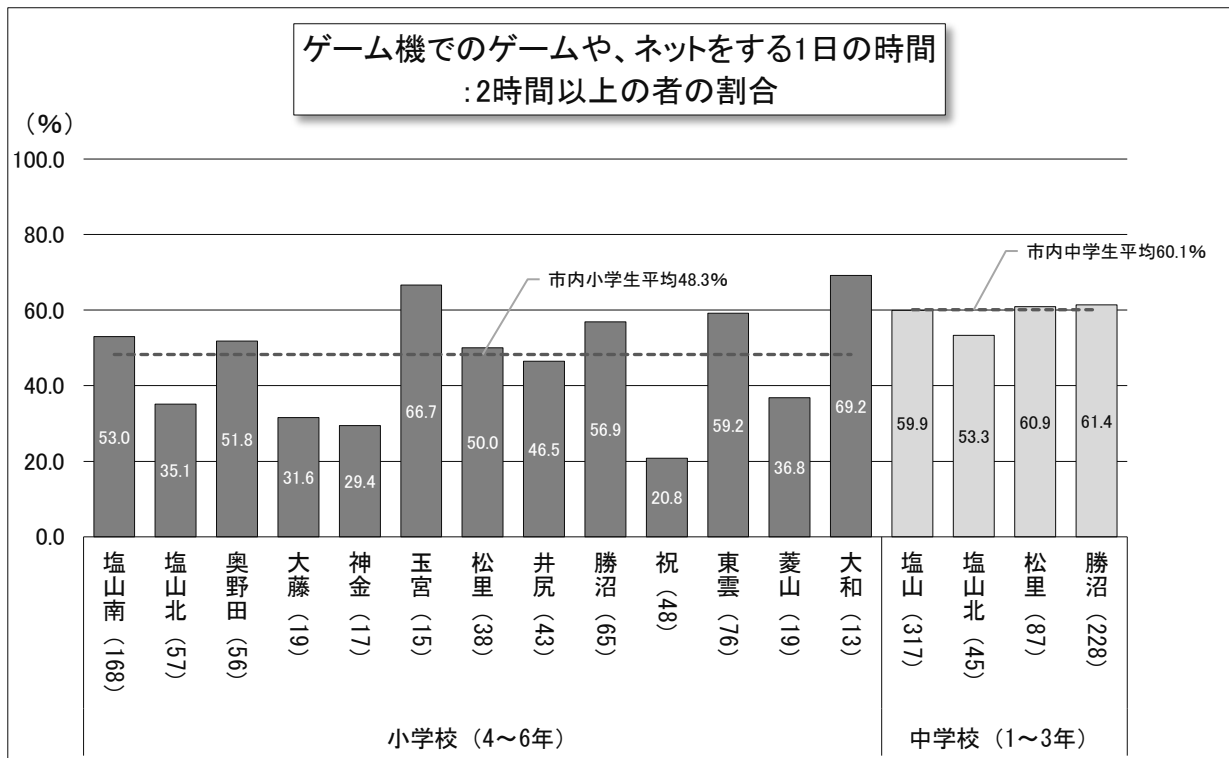




【小：問 16、中：問 17】

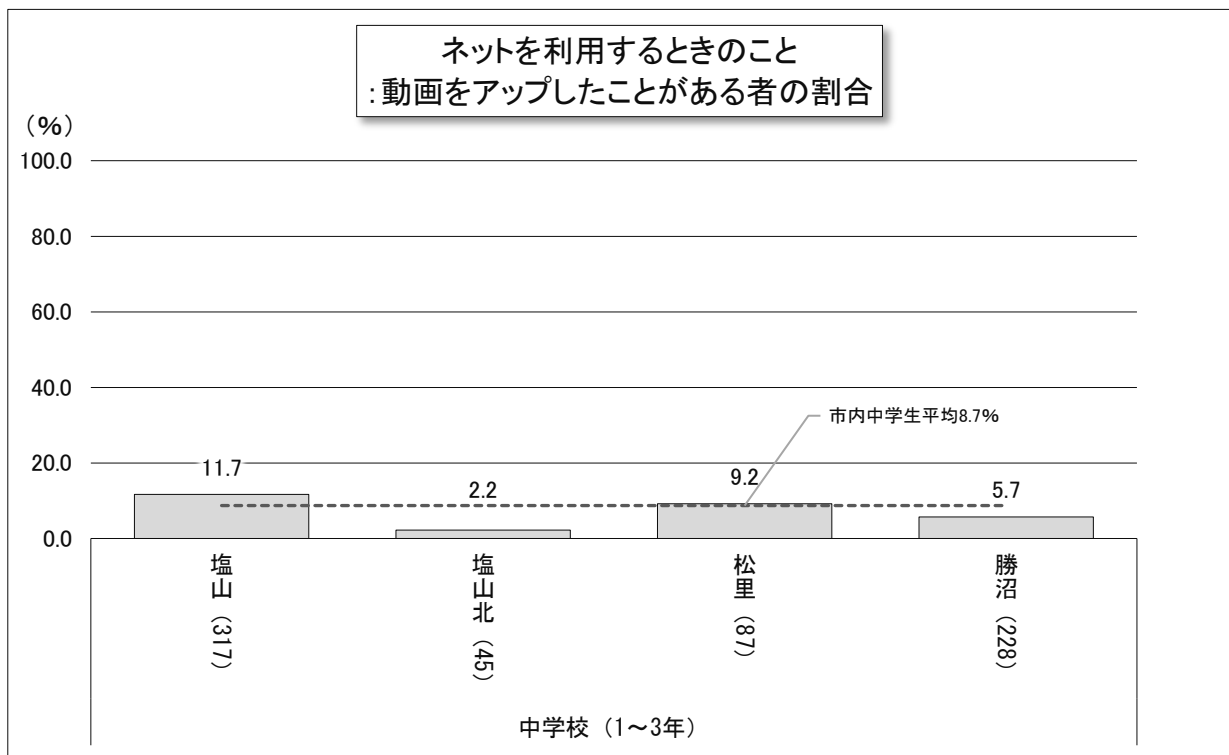
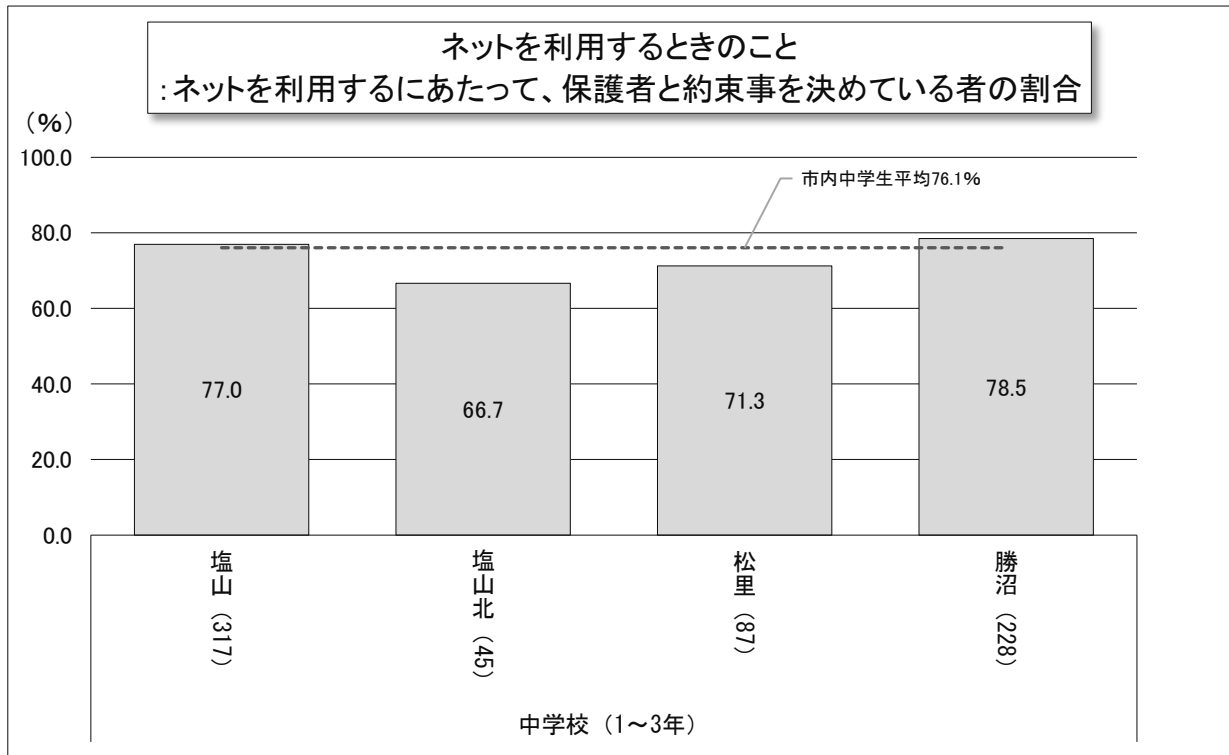
ゲーム機でのゲームや、ネットをする時間は、1日のうちどのくらいですか。(○はひとつ)

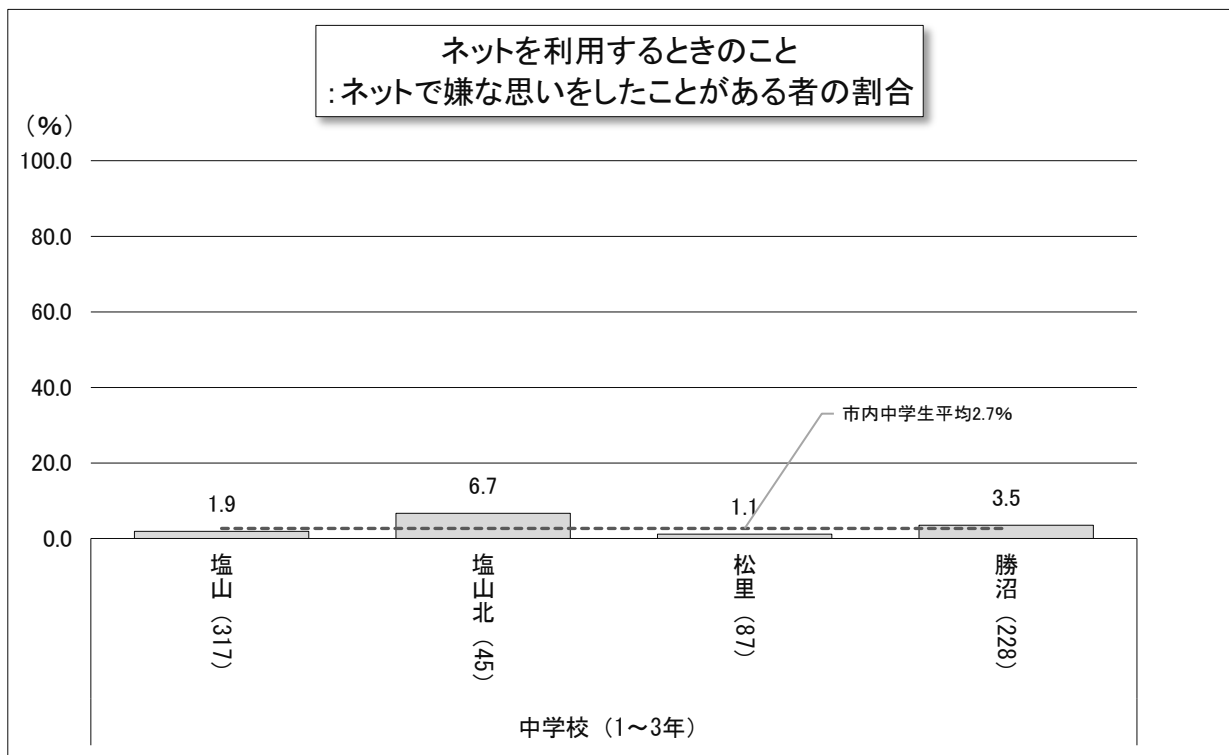
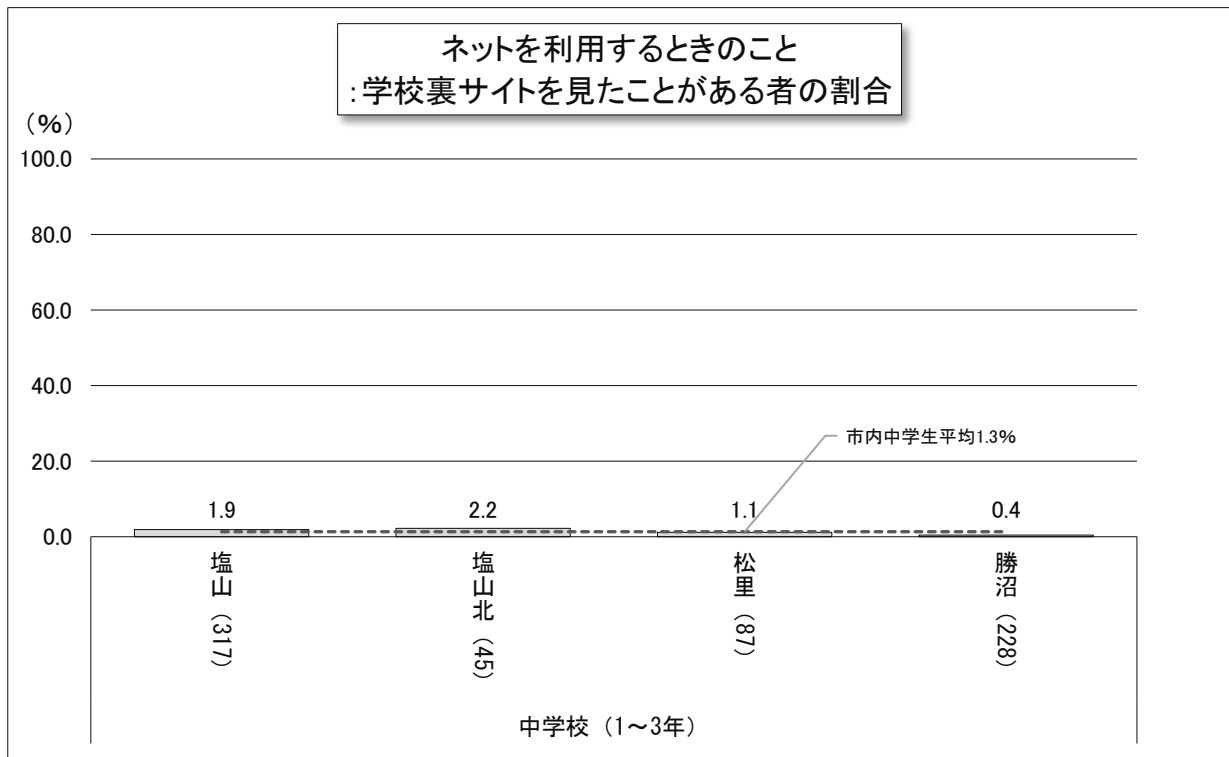
- (1. 全くしない 2. 30分くらい 3. 1時間くらい 4. 2時間くらい 5. 3時間くらい
6. 4時間以上)

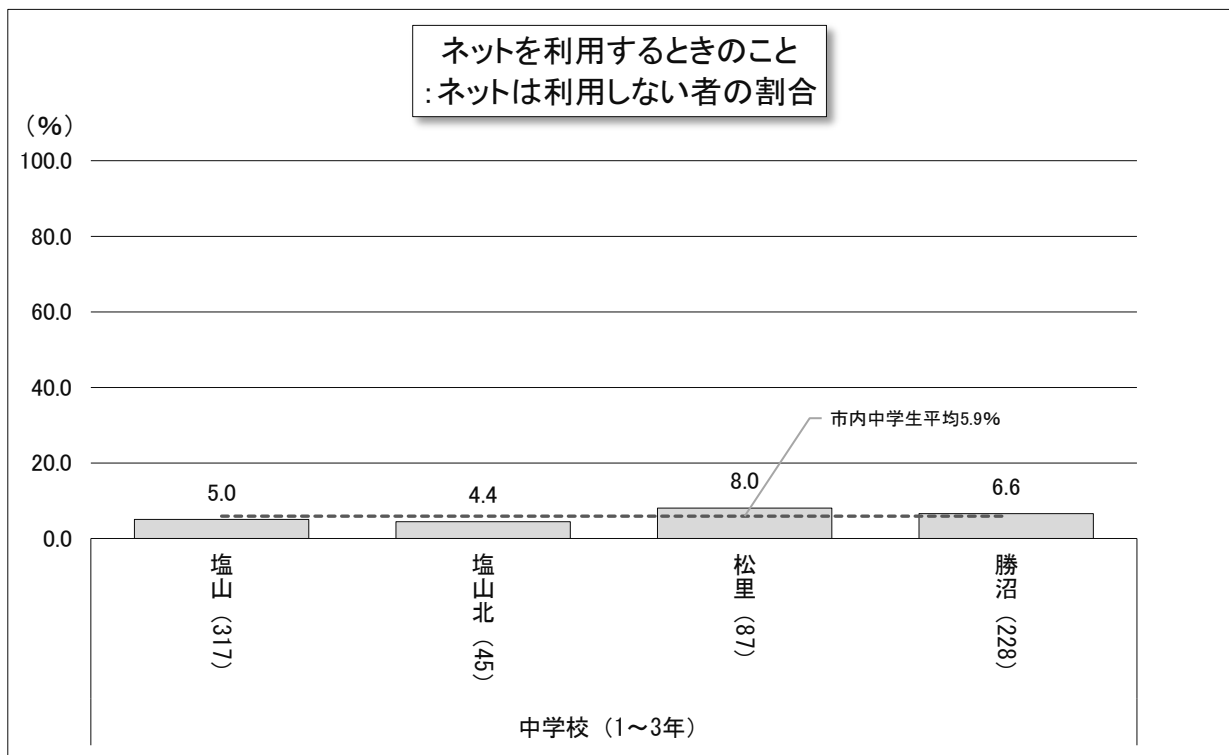
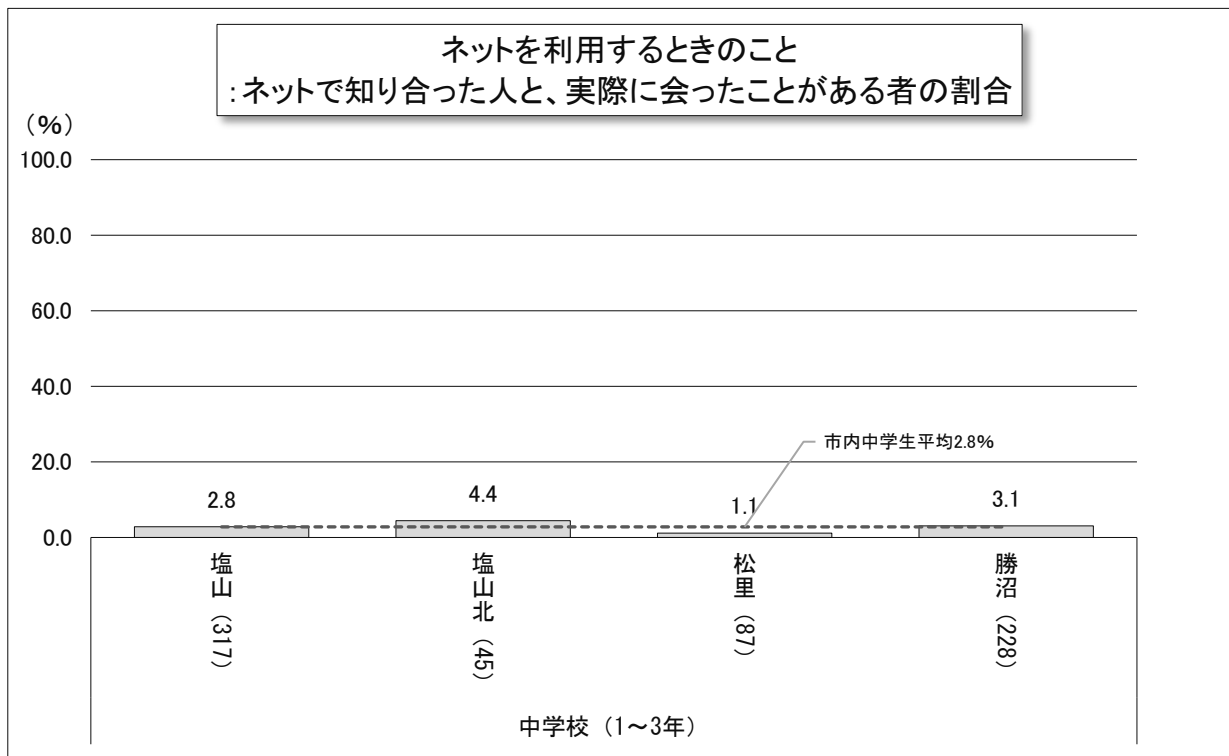


【中：問18】

ネットを利用するときのことで、あてはまるものがあればすべてに○をつけてください。(無回答可)

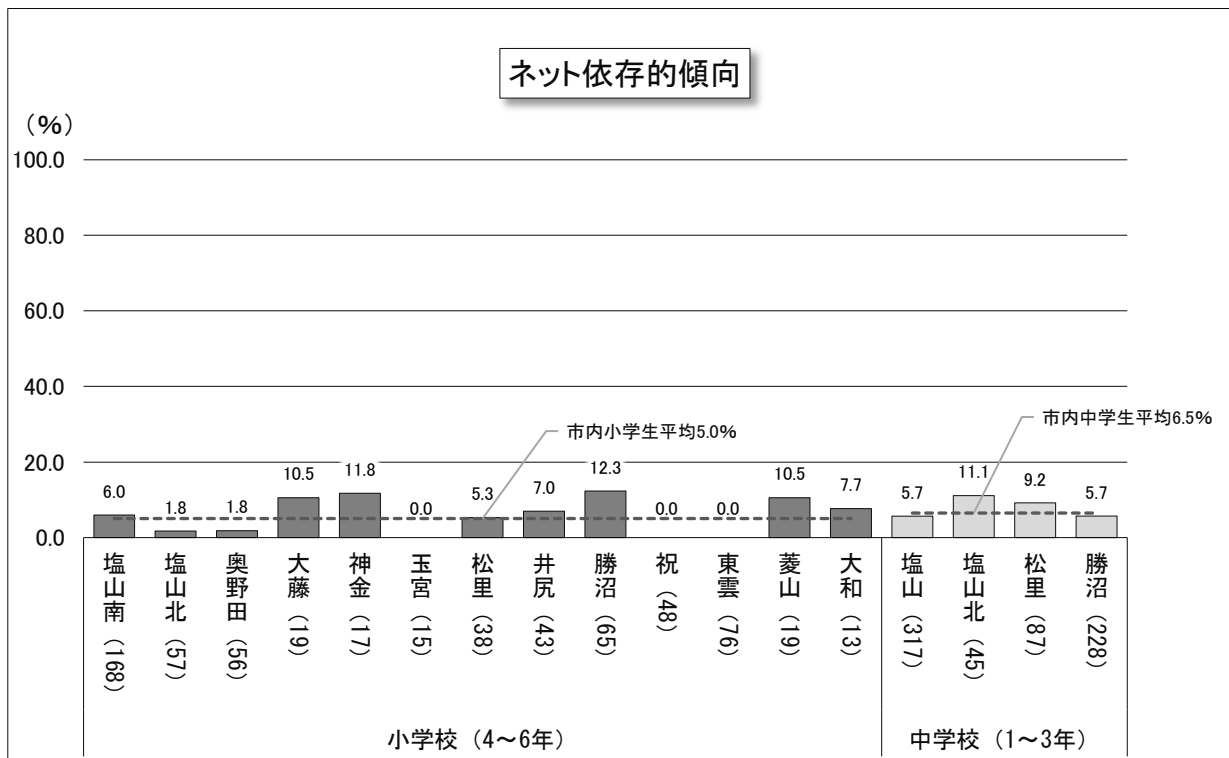




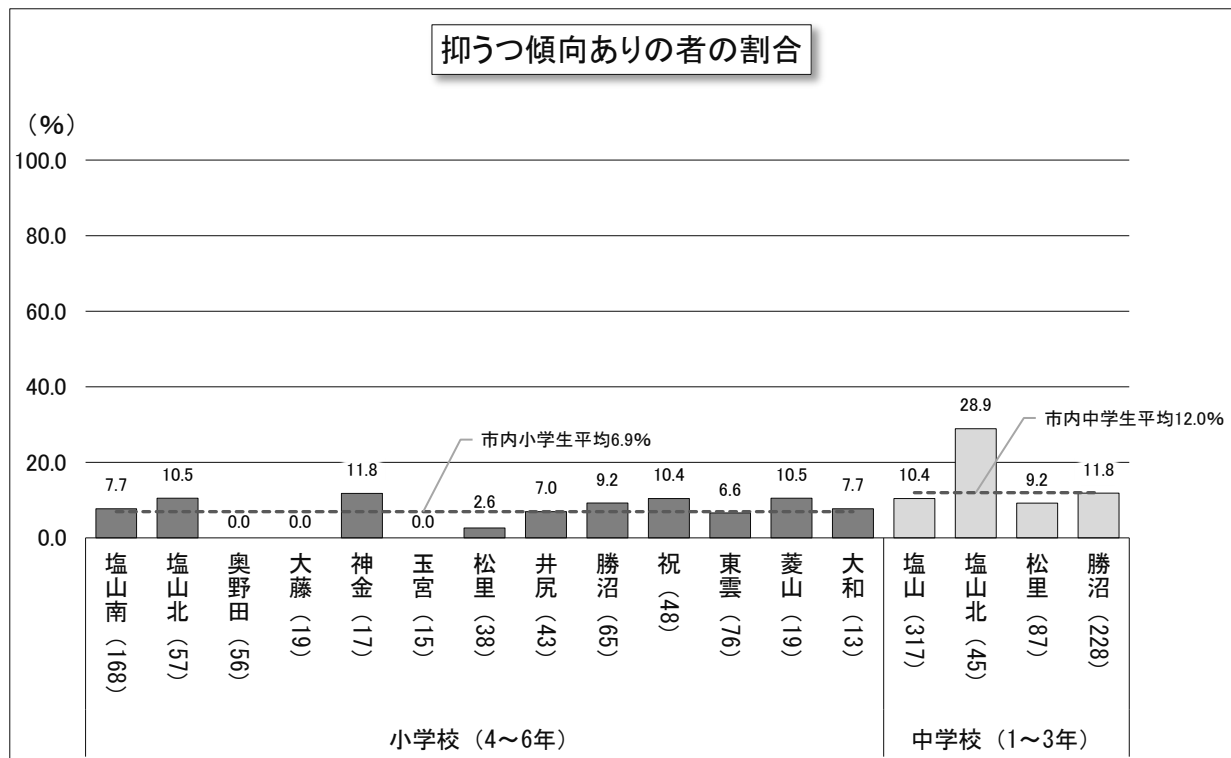


ネット依存的傾向（キンバリー・ヤング博士による）

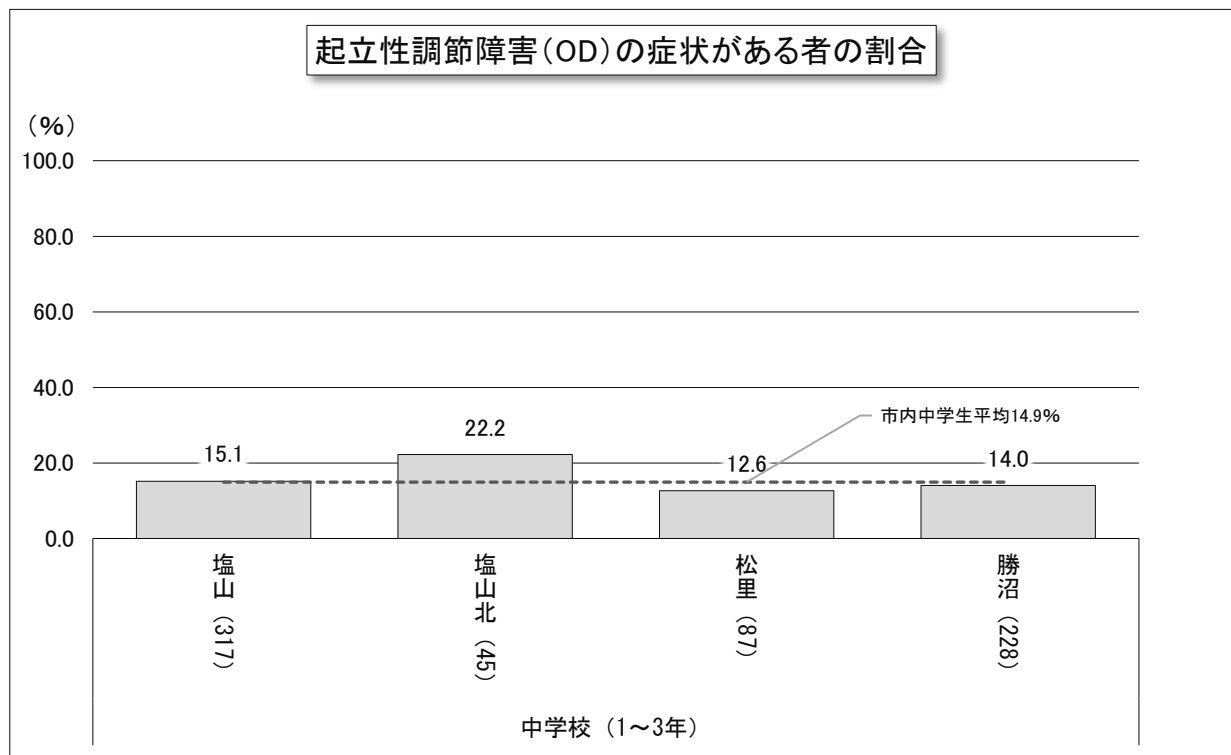
5つ以上「はい」があれば（5点以上）=1（ネット依存的傾向）



抑うつ症状判定



起立性調節障害 (OD) 判定 (中学生)



第Ⅴ章 甲州市思春期調査に関する主な研究

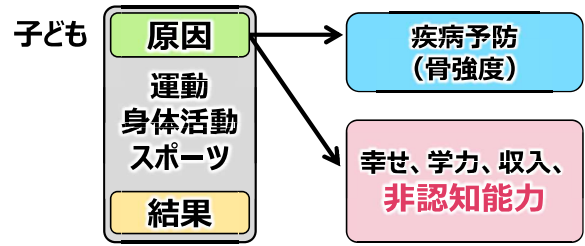
短時間の運動遊び介入による 子どもの非認知能力の変化

山梨県立大学看護学部 山北満哉

なぜ非認知能力に注目？

どうすれば身体活動を増やせるのか？

身体活動 → 「体力・健康」以外の効果は？



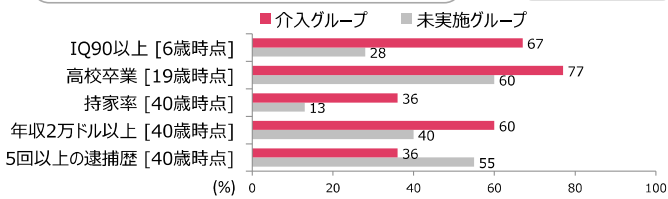
2

非認知能力の注目の契機

▶低所得層の子どもへのペリー就学前プログラム

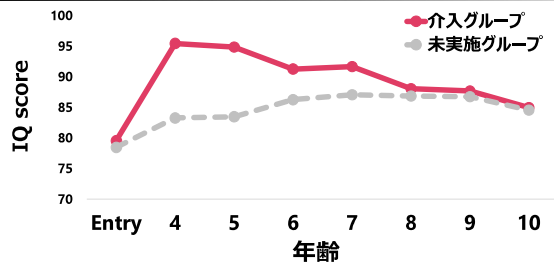
- ・学位が修士以上の児童心理学の専門家の先生
- ・少人数制（6人に一人）
- ・2.5時間の読み書き、歌のレッスンを週5で2年間
- ・週に1.5時間の家庭訪問

質の高い
教育介入



3

ペリープログラムの認知能力 (IQ) への影響は8歳頃から消滅



なにが効果的であったのか？

認知能力ではない能力 → 非認知能力

4

非認知能力とは？

Hechman J. Am Econ Rev. 91: 145-149, 2001.

身体・精神的健康や根気強さ、注意深さ、意欲、自信などの社会・情動的性質
長期計画を実行する能力、他人との協働に必要な社会的・感情的抑制

Gutman L.M. and Schoon I. Education Endowment Foundation, 2013.

やる気、忍耐力、自制心等の学校や職場での成功を促進する態度、行動、戦略

OECD, "Skills for Social Progress: The Power of Social and Emotional Skills." 2015

社会情動的スキル
Social and emotional skills

目標の達成
▶ 忍耐力
▶ 自己抑制
▶ 目標への情熱

他者との協働
▶ 社交性
▶ 敬意
▶ 思いやり

情動の制御
▶ 自尊心
▶ 楽観性
▶ 自信

5

非認知能力の具体例

1. 自己認識	性格特性 (Big5)	注意	衝動性
2. 意欲	外向性	認知的柔軟性	抑制
3. 忍耐力	情緒不安性	衝動抑制	持続性
4. 自制心	協調性	努力型制御	自己調整
5. メタ認知ストラテジー	勤勉性(誠実性)	情動的反応性	気質
6. 社会的適性	開放性	感情調節	ワーキングメモリ
7. 回復力と対処能力		実行機能	
8. 創造性			

Gutman and Schoon Educ. Endow Found. (2013)
中室敦子. 学力の経済学. (2015)
Smithers et al. Nat Hum Behav. 2: 867-880. 2018

非認知能力は・・・

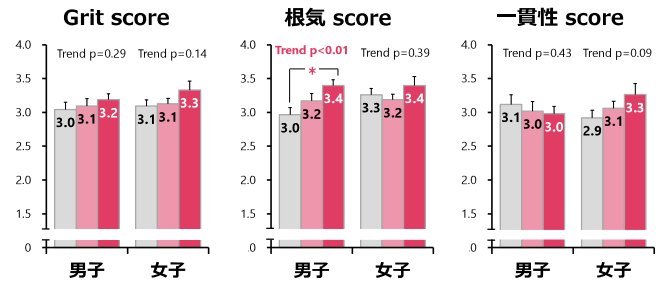
学業成績や心理社会的、認知・言語的、健康アウトカムを向上させる

6

どうすれば、非認知能力を向上させられるの？

スポーツって非認知能力高めるんじゃない？ ---Grit (やり抜く力) との関係

■ スポーツ活動なし ■ 個人種目(水泳、陸上、テニス、柔道等) ■ 団体種目(サッカー、野球、バスケ等)



8

山北 他. 日本健康教育学会誌. 26 (4): 353-362. 2018

Koshu GRAPE study

■ 研究デザイン

- ・クラスターランダム化比較試験
(臨床試験登録: UMIN000034992)

■ セッティング

- ・山梨県甲州市、2018年12~2020年3月

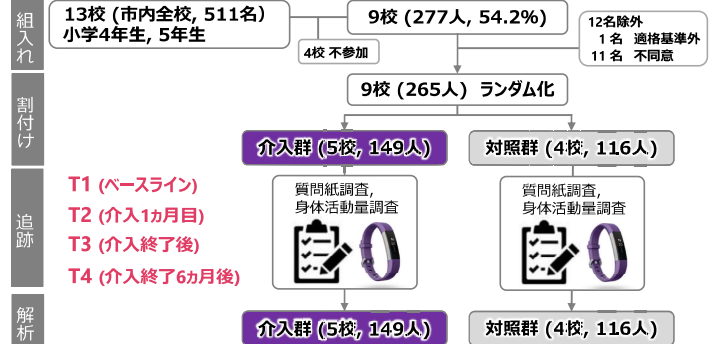
■ アウトカム

- ・Main : 骨強度、身体活動量
- ・Second : 座位時間、非認知能力、抑うつ症状

9

Yamakita et al. Int J Environ Res Public Health. 18(7):3351. 2021

Koshu GRAPE studyの対象者の選択



方法

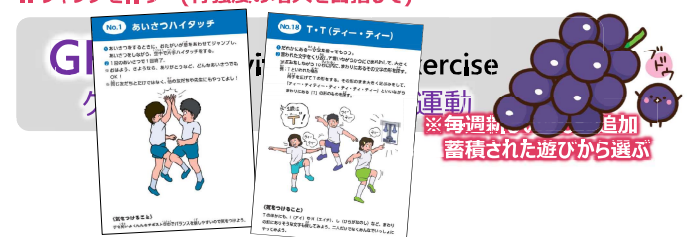
■ 介入内容

- ① 6ヶ月間の短時間の運動遊びプログラム
- ② 記録カードの記入
- ③ 動画視聴 (身体活動促進の意識継続のため)

11

Koshu GRAPE studyの運動遊びプログラム

1. 誰かと一緒に (グループで継続)
2. 誰もが簡単に (運動が苦手な子でもできる運動遊び)
3. 1回10秒程度 (運動の面倒さを少なくして)
4. ジャンプを伴う (骨強度の増大を目指して)



12

記録カード

2019年1月

1週間合計ポイントで
ステージがあがり、さがったりするよ!
最後にダイヤモンドステージで終わることができるかな?
もちろん、行うのは自分のペースでOK!

紹介された好きな運動を選んで
誰か(2人以上)といっしょにやってみよう!
1週間、好きな運動の回数を数字の形で

1日5回以上を目標に

現在のステージ

ステージ	アップの条件	キープの条件	ダウンの条件
シード	20pt 以上	—	—
ブロンズ	23pt 以上	20~22pt	19pt 以下
シルバー	25pt 以上	23~24pt	22pt 以下
ゴールド	2週続けて 25pt 以上	25pt 以上	24pt 以下
スター	3週続けて 27pt 以上	25~27pt	24pt 以下
ダイヤモンド	—	27pt 以上	26pt 以下

ポイント合計: 28pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 31pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 34pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 37pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 40pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 43pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 46pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 49pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 52pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 55pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 58pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 61pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 64pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 67pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 70pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 73pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 76pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 79pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 82pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 85pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 88pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 91pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 94pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 97pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 100pt

13

行動経済学 (損失回避性) を利用した記録カード

ステージのランクアップ・キープ・ダウンの仕組み

1週間の合計ポイントで
ステージがあがり、さがったりするよ!
最後にダイヤモンドステージで終わることができるかな?
もちろん、行うのは自分のペースでOK!

ステージ	アップの条件	キープの条件	ダウンの条件
シード	20pt 以上	—	—
ブロンズ	23pt 以上	20~22pt	19pt 以下
シルバー	25pt 以上	23~24pt	22pt 以下
ゴールド	2週続けて 25pt 以上	25pt 以上	24pt 以下
スター	3週続けて 27pt 以上	25~27pt	24pt 以下
ダイヤモンド	—	27pt 以上	26pt 以下

14

記録カード

2019年1月

1週間合計ポイントで
ステージがあがり、さがったりするよ!
最後にダイヤモンドステージで終わることができるかな?
もちろん、行うのは自分のペースでOK!

紹介された好きな運動を選んで
誰か(2人以上)といっしょにやってみよう!
1週間、好きな運動の回数を数字の形で

1日5回以上を目標に

現在のステージ

ステージ	アップの条件	キープの条件	ダウンの条件
シード	20pt 以上	—	—
ブロンズ	23pt 以上	20~22pt	19pt 以下
シルバー	25pt 以上	23~24pt	22pt 以下
ゴールド	2週続けて 25pt 以上	25pt 以上	24pt 以下
スター	3週続けて 27pt 以上	25~27pt	24pt 以下
ダイヤモンド	—	27pt 以上	26pt 以下

ポイント合計: 28pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 31pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 34pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 37pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 40pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 43pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 46pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 49pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 52pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 55pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 58pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 61pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 64pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 67pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 70pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 73pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 76pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 79pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 82pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 85pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 88pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 91pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 94pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 97pt

ボーナス1回: 3pt

ポイント合計: 100pt

15



18

非認知能力の評価

Grit (やり抜く力)	自尊感情	自制心	性格特性の5項目 (Big 5)
日本語版 Short Grit尺度	2項目 自尊感情尺度	セルフコントロール 尺度短縮版	日本語版 Ten Item Personality Inventory (TIPI-J)
8項目 (4項目×2尺度)	2項目	13項目	10項目 (各2項目×5)
5件法	5件法	5件法	7件法
各5点満点	10点満点	65点満点	各7点満点

(西川 他、パーソナリティ研究、2015) (花崎 他、心理学研究、2016) (親井・成田、感情心理学研究、2013) (小嶋 他、パーソナリティ研究、2012)

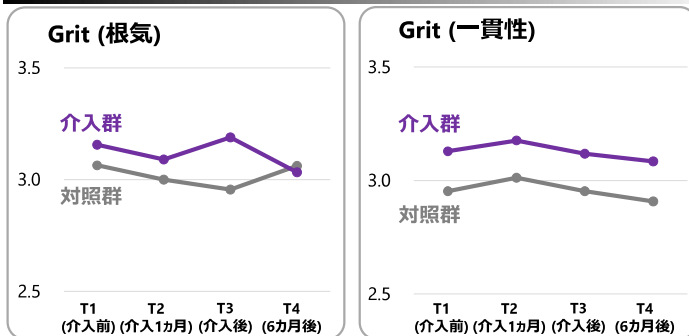
17

対象者特性のベースライン値に差なし

平均値 (標準偏差)	介入群 (n=149)	対照群 (n=116)
女子, n (%)	70 (47.0)	55 (47.8%)
年齢 (歳)	10.2 (0.7)	10.3 (0.7)
身長 (cm)	137.9 (7.1)	138.1 (7.8)
体重 (kg)	33.2 (6.9)	33.7 (7.8)
BMI (kg/m ²)	17.3 (2.4)	17.5 (2.7)
BMI z score, n (%)	3 (2.1)	4 (3.5)
やせ	116 (77.9)	80 (69.0)
標準	23 (15.4)	22 (19.0)
過体重	7 (4.7)	9 (7.8)
肥満	5 (3.4)	6 (5.2)
家庭の社会経済状況 n (%)	47 (31.5)	33 (28.5)
低	96 (64.4)	73 (62.9)
中		
高		

結果 - 非認知能力の変化

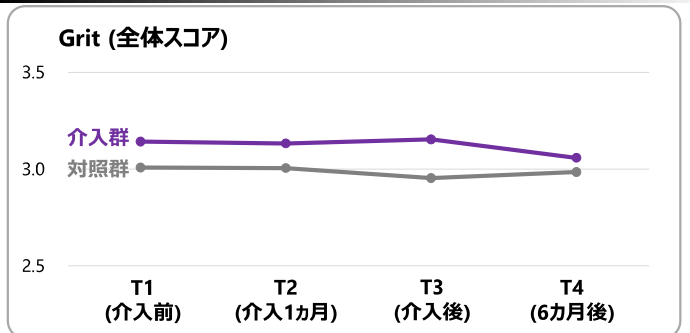
Grit (やり抜く力) の下位尺度(根気、一貫性)に有意な効果なし



20

性, 月齢, BMI z scoreカテゴリ, 家庭の社会经济状況 (FAS)で調整した一般化線形混合モデルにて解析

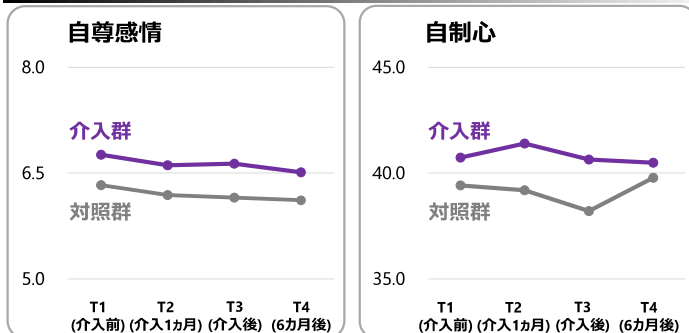
Grit (やり抜く力) に有意な効果なし



21

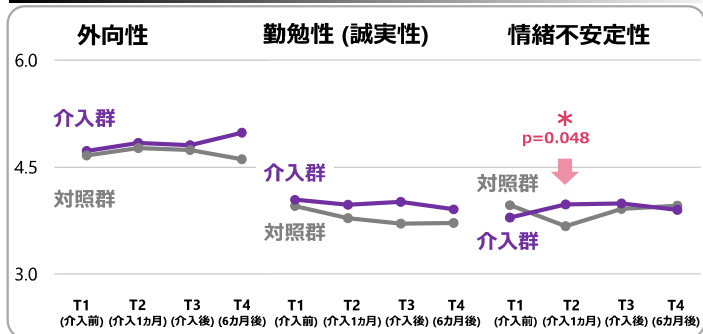
性, 月齢, BMI z scoreカテゴリ, 家庭の社会经济状況 (FAS)で調整した一般化線形混合モデルにて解析

自尊感情、自制心に有意な効果なし



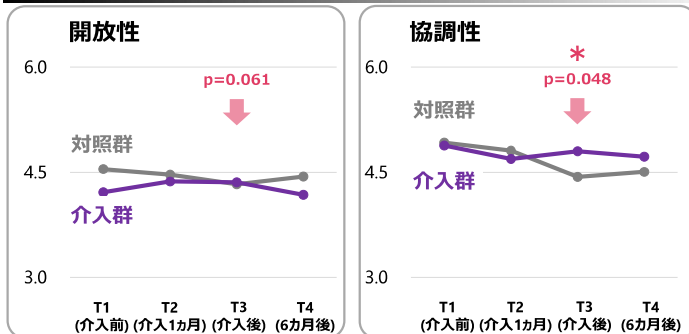
性, 月齢, BMI z scoreカテゴリ, 家庭の社会经济状況 (FAS)で調整した一般化線形混合モデルにて解析

Big 5のうち、外向性、勤勉性、情緒不安定性に介入後の効果なし



性, 月齢, BMI z scoreカテゴリ, 家庭の社会经济状況 (FAS)で調整した一般化線形混合モデルにて解析

Big 5のうち、介入終了時の協調性に有意な効果あり

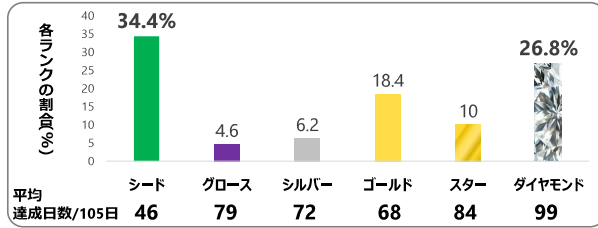


性, 月齢, BMI z scoreカテゴリ, 家庭の社会经济状況 (FAS)で調整した一般化線形混合モデルにて解析

考察

■ほとんどの項目で有意な効果が得られなかったこと・・・

・介入の弱さ、実施精度（遵守率）の低さ。



25

実際の記録カード

Aさん（4年生の女子）



26

まとめ

■本研究で実施した短時間の運動遊びプログラムでは、
子どもの非認知能力の向上に効果的な影響をもたらさない。



1. 誰もが簡単に (運動が苦手な子でもできる)
2. 誰かと一緒に (グループで継続)
3. 1回10秒程度 (運動の面倒さを少なくして)
4. ジャンプを伴う (骨強度の増大を目指して)

→ 非認知能力の向上

課題

どの学校でも実施可能、かつ効果的な介入方法の開発

共同研究者

山梨大学 社会医学講座



教育学域人間科学系

教授 : 山縣然太郎
准教授 : 横道洋司
助教 : 秋山有佳
医学研究員 : 佐藤美理
博士課程 : 山口香
准教授 : 安藤大輔

研究助成

JSPS科研費 (26750335, 17K01794)、明治安田厚生事業団、笹川スポーツ研究助成、骨粗鬆症財団の助成を受けて実施しました。



ご清聴ありがとうございました。

付 録

ねん ぐみ ばん おとこ おんな
年 組 番 (男・女)

2022 年

じどうせいと こころ けんこう せいかつしゅうかん かん ちょうさ しょうがくせいよう
児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (小学生用)

書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください

問1. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだれか 2. 学校の先生 3. 友だち 4. その他 () 5. いない

問2. あなたの食習慣について教えてください。

問2-1. あなたは、朝、昼、夕の三食を必ず食べるように気をつけていますか。(○はひとつ)

1. はい 2. いいえ 3. わからない

問2-2. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(○はひとつ)

1. 毎朝食べない 2. 5～6回は食べない 3. 3～4回は食べない
4. 1～2回は食べない 5. 毎朝食べる

問3. あなたの日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問3-1. 朝の歯みがきについて(○はひとつ)

1. 毎朝、歯みがきをしている 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
3. 朝は歯みがきをしない

問3-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて(○はひとつ)

1. 毎晩、歯みがきをしている 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
3. 夜は歯みがきをしない

問4. あなたの運動習慣について教えてください。

問4-1. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？(○はひとつ)

1. 楽しい 2. やや楽しい 3. どちらともいえない
4. あまり楽しくない 5. まったく楽しくない

問4-2. あなたは、体育の時間以外でどのくらい運動していますか。(○はひとつ)

(例：スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

1. ほとんど毎日(週に3日以上) 2. ときどき(週に1～2日くらい)
3. ときたま(月に1～3日くらい) 4. しない

問4-3. 運動している人は、体育の時間以外で週に合計何時間くらい体を動かしていますか。運動をしない人は記入しないでください。

週に合計して、約 () 時間くらい

計算に使って下さい

月	_____
火	_____
水	_____
木	_____
金	_____
土	_____
日	_____ +)

問5. あなたは、^{ふだん}普段、^{うち}家から^{がっこう}学校まで^{なんぶんある}何分^{かよ}歩いて^い通っていますか？^い行きと^{かえ}帰り^{りょうほう}両方^{こた}に^{ある}答えてください。歩いて^{とうげこう}登下校^{ばあい}をしていない場合は、^あ当てはまる方法に○をつけて下さい。

行き : 1. 約 () 分 2. 歩いて登校していない (a. おうちの人の送り b. バスなど)

帰り : 1. 約 () 分 2. 歩いて下校していない (a. おうちの人の迎え b. バスなど)

問6. あなたの^{しゅうしん}就寝・^{きしやうじこく}起床時刻について教えてください。^{へいじつ}平日と^{しゅうまつ}週末の^{りょうほうこた}両方^{こた}に^{ある}答えてください。

平日 : ^ね寝る時間 () 時 () 分頃 ^お起きる時間 () 時 () 分頃

週末 : ^ね寝る時間 () 時 () 分頃 ^お起きる時間 () 時 () 分頃

問7. ふとんに入って (^{とこ}床について)、^{ねむ}すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. ^{ねむ}すぐに眠りにつける 2. ^{すこ}すぐにではないが、^{じかん}少しの時間で^{ねむ}眠りにつける
3. ^{ねむ}なかなか眠れない 4. ^あ明け方まで^{ねむ}眠れない 5. ^{ねむ}眠れない

問8. ^{あさ}朝は^めすっきり目が^さ覚めますか。(○はひとつ)

1. ^めすっきり目が^さ覚める 2. ^{すこ}少し^{ねむ}眠い 3. ^{ねむ}眠くて^おなかなか^お起きられない

問9. 私^{わたし}たちは、楽^{たの}しい日^ひばかりではなく、ちよつとさみしい日^ひも、楽^{たの}しくない日^ひもあります。みなさんがこの1週^{しゅうかん}間、どん^きな気^き持^もちだ^あったか、当^あてはまるもの^{もの}に○をつ^くけて下^{くだ}さい。良^よい答^{こた}え、悪^{わる}い答^{こた}えはありませ^{おも}ん。思^{おも}ったと^{こた}おりに答^{こた}えて下^{くだ}さい。

質 簡	いつもそうだ	ときどき そうだ	そんなことは ない
1. 楽 ^{たの} しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2. とても良 ^よ く眠 ^{ねむ} れる	1	2	3
3. 泣 ^な きたいよ ^き うな気がする	1	2	3
4. 遊 ^{あそ} びに出 ^で かけるのが好 ^す きだ	1	2	3
5. 逃 ^に げ出 ^だ したいよ ^き うな気がする	1	2	3
6. おなかが痛 ^{いた} くなる	1	2	3
7. 元 ^{げん} 気いっばいだ	1	2	3
8. 食 ^{しょく} 事 ^じ が楽 ^{たの} しい	1	2	3
9. いじめられても自 ^じ 分 ^{ぶん} で「やめて」といえる	1	2	3
10. 生 ^い きていても仕 ^{しかた} 方 ^{かた} ないと思 ^{おも} う	1	2	3
11. やろうと思 ^{おも} ったことがうまくできる	1	2	3
12. いつものよ ^な うに何 ^{なに} をしても楽 ^{たの} しい	1	2	3
13. 家 ^か 族 ^{ぞく} と話 ^{はな} すのが好 ^す きだ	1	2	3
14. こわい夢 ^{ゆめ} を ^み 見る	1	2	3
15. 独 ^{ひと} りぼちちの気 ^き がする	1	2	3
16. 落 ^お ち込 ^こ んでいてもすぐ ^{げん} に元 ^{げん} 気 ^き になる	1	2	3
17. とても悲 ^{かな} しい気 ^き がする	1	2	3
18. とても退 ^{たい} 屈 ^{くつ} な気 ^き がする	1	2	3
19. いらいらしている	1	2	3
20. 吐 ^は き気 ^け がする。気 ^き 持 ^も ち悪 ^{わる} い	1	2	3
21. 排 ^{はい} 便 ^{べん} のリズ ^{リズム} ムがくずれやすい	1	2	3

問 10. あなたは自分の^{じぶん}の^{たいけい}体型をどう^{おも}思いますか？（○はひとつ）

1. ^{ふと}太っている 2. ^{すこ}少し^{ふと}太っている 3. ^{ふつう}普通 4. ^{すこ}少し^{やせて}やせている 5. ^{やせて}やせている

問 11. あなたは自分の^{じぶん}の^{たいけい}体型に対して、「^{やせ}やせたい」もしくは「^{ふと}太りたい」と^{おも}っていますか？

（○はひとつ）

1. ^{かなり}かなり^{やせ}やせたい 2. ^{すこ}少し^{だけ}だけ^{やせ}やせたい 3. ^{いま}今の^{まま}まがよい
4. ^{すこ}少し^{ふと}太りたい 5. ^{かなり}かなり^{ふと}太りたい

問 12. ^{がくしゅうじゅく}学習^{かよ}塾に通ったり、あるいは、^{かていきょうし}家庭教師の^{せんせい}先生に^{おそ}教わったりしていますか？（○はひとつ）

1. はい 2. いいえ

問 13. ^{がっこう}学校^い以外での^{べんきょう}勉強について^{おし}教えて^{くだ}下さい。

^{がっこう}学校の^{じゅぎょう}授業時間^い以外に、^{へいじつ}平日^{いちにち}1日あたり^{じかん}どれ^{べんきょう}くらいの^{じかん}時間^{べんきょう}勉強を^{して}していますか。

^{がくしゅうじゅく}学習^{かよ}塾で^{べんきょう}勉強^{じかん}している^{じかん}時間や^{かていきょうし}家庭教師の^{せんせい}先生に^{おそ}教わっている^{じかん}時間も^{ふく}みます。（○はひとつ）

1. ^{じかん}3時間^{いじょう}以上 2. ^{じかん}2時間^{いじょう}以上、^{じかん}3時間^{すく}より少ない
3. ^{じかん}1時間^{いじょう}以上、^{じかん}2時間^{すく}より少ない
4. ^{ぶん}30分^{いじょう}以上、^{じかん}1時間^{すく}より少ない
5. ^{ぶん}30分^{すく}より少ない 6. ^{まったく}まったく^{くない}くない

問 14. あなたは、自分の^{じぶん}の^{けいたいでんわ}携帯電話や^{スマートフォン}スマートフォンを^も持っていますか？（^{あて}あては^{まる}まるもの^{すべて}すべてに○）

1. ^も持っていない 2. ^{スマートフォン}スマートフォンを^も持っている 3. ^{ガラケー}ガラケーを^も持っている
4. ^{ほか}その他の^{つうしんたんまつ}通信端末を^も持っている（^{iPad}iPad や^{タブレット}タブレット、^{けいやくぎ}契約^{切れ}切れスマートフォンなど）

***** ここからはあなたのインターネットの使用について教えてください *****

※ここでいう『ネット』とは、メール・ゲーム・アプリ・サイトを見る、などの『パソコン・スマホ・タブレット・携帯電話』で行うすべてのことをさします。

問 15. 下の欄の中で、ネットで利用するものがあれば、すべてのものに○をつけてください。

- | | | |
|--------------------------------------|-------------------|------------------------|
| 1. スマホゲーム | 2. パソコンやゲーム機でのゲーム | 3. LINE |
| 4. Twitter | 5. Facebook | 6. Instagram (インスタグラム) |
| 7. 動画 (Youtube・ニコニコ動画・SHOWROOM など) | 8. ブログ | |
| 9. 掲示板やまとめサイト | | |
| 10. ショッピング (オークション参加や音楽のダウンロード購入も含む) | | |
| 11. その他 | 12. ネットは利用しない | |

問 16. ゲーム機でのゲームや、ネットをする時間は、一日のうちどのくらいですか。(○はひとつ)

- | | | | |
|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1. 全くしない | 2. 30分くらい | 3. 1時間くらい | 4. 2時間くらい |
| 5. 3時間くらい | 6. 4時間以上 | | |

問 17. ネットの利用について、「いいえ」か「はい」のあてはまる方に○をしてください。

質 問	いいえ	はい
1. あなたはインターネットに夢中になっていると感じますか？ (たとえば、前回はインターネットでしたことを考えたり、次回インターネットをすることを待ち望んでいたり、など)	1	2
2. あなたは、満足を得るために、インターネットを使う時間をだんだん長くしていかなければならないと感じていますか？	1	2
3. あなたは、インターネット使用を制限したり、時間を減らしたり、完全にやめようとしたが、うまくいかなかったことがたびたびありましたか？	1	2
4. インターネットの使用時間を短くしたり、完全にやめようとした時、落ち着かなかったり、不機嫌や落ち込み、またはイライラなどを感しましたか？	1	2
5. あなたは、使いはじめに意図したよりも長い時間インターネットを接続した状態でいますか？	1	2
6. あなたは、インターネットのために大切な人間関係、学校のことや、部活動のことを台無しにしたり、あやうくするようなことがありましたか？	1	2
7. あなたは、インターネットへの熱中のしすぎをかくすために、家族、学校の先生やその他の人たちにうそをついたことがありますか？	1	2
8. あなたは、問題から逃げるために、または、絶望的な気持ち、罪悪感、不安、落ち込みなどといったいやな気持ちから逃げるために、インターネットを使いますか？	1	2

出典：Young K. Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. CyberPsychology and Behavior. 1(3), 237-244.
 平成 29 年度厚生労働科学研究費補助金 「飲酒や喫煙等の実態調査と生活習慣病予防のための減酒の効果的な介入方法の開発に関する研究」班 総括・分担研究報告書. P. 55

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください。

年 組 番 (男・女)

2022 年

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (中学生用)

————— 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください —————

問 1. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | | |
|-----------|----------|--------|
| 1. 家族のだれか | 2. 学校の先生 | 3. 友だち |
| 4. その他 (| 5. いない | |

問 2. あなたの食習慣について教えてください。

問 2-1. あなたは、朝、昼、夕の三食を必ず食べるように気をつけていますか。(○はひとつ)

- | | | |
|-------|--------|----------|
| 1. はい | 2. いいえ | 3. わからない |
|-------|--------|----------|

問 2-2. あなたは日頃の 1 週間の食生活で朝食をとらないことがありますか。(○はひとつ)

- | | | |
|---------------|---------------|---------------|
| 1. 毎朝食べない | 2. 5~6 回は食べない | 3. 3~4 回は食べない |
| 4. 1~2 回は食べない | 5. 毎朝食べる | |

問 3. あなたの日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問 3-1. 朝の歯みがきについて (○はひとつ)

- | | |
|-----------------|----------------------|
| 1. 毎朝、歯みがきをしている | 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする |
| 3. 朝は歯みがきをしない | |

問 3-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて (○はひとつ)

- | | |
|-----------------|----------------------|
| 1. 毎晩、歯みがきをしている | 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする |
| 3. 夜は歯みがきをしない | |

問 4. あなたの運動習慣について教えてください。

問 4-1. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか。(○はひとつ)

- | | | |
|-------------|--------------|--------------|
| 1. 楽しい | 2. やや楽しい | 3. どちらともいえない |
| 4. あまり楽しくない | 5. まったく楽しくない | |

問 4-2. あなたは、体育の時間以外でどのくらい運動していますか。(○はひとつ)

(例：部活動、スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. ほとんど毎日 (週に 3 日以上) | 2. ときどき (週に 1~2 日くらい) |
| 3. ときたま (月に 1~3 日くらい) | 4. しない |

問 4-3. 運動している人は、体育の時間以外で週に合計何時間くらい体を動かしていますか。
運動をしない人は無記入にしてください。

週に合計して、約 () 時間くらい

問5. あなたの家から学校まで通うのにどれくらいの時間がかかりますか？行きと帰り両方に答えてください。また、普段(ふだん)の主な通学方法に○をつけて下さい。

行き：約（ ）分 方法：1. 徒歩 2. 自転車 3. おうちの人の送り 4. バスなど

帰り：約（ ）分 方法：1. 徒歩 2. 自転車 3. おうちの人の迎え 4. バスなど

問6. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方教えてください。

平日： 寝る時間（ ）時（ ）分頃 起きる時間（ ）時（ ）分頃

週末： 寝る時間（ ）時（ ）分頃 起きる時間（ ）時（ ）分頃

問7. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける
2. すぐにではないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない
4. 明け方まで眠れない
5. 眠れない

問8. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める
2. 少し眠い
3. 眠くてなかなか起きられない

問9. あなたは自分の体型をどう思いますか。(○はひとつ)

1. 太っている
2. 少し太っている
3. 普通
4. 少しやせている
5. やせている

問10. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか。

(○はひとつ)

1. かなりやせたい
2. 少しだけやせたい
3. 今のままがよい
4. 少し太りたい
5. かなり太りたい

問 11. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。

みなさんがこの 1 週間、どんな気持ちだったか、あてはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質 問	いつも そうだ	ときどき そうだ	そんなこと はない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2. とても良く眠れる	1	2	3
3. 泣きたいような気がする	1	2	3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2	3
5. 逃げ出したいような気がする	1	2	3
6. おなかが痛くなる	1	2	3
7. 元気いっぱいだ	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思ったことがうまくできる	1	2	3
12. いつものように何をしても楽しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. ひとりぼっちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	3
18. とても ^{たいくつ} 退屈な気がする	1	2	3
19. いらいらしている	1	2	3
20. ^{は け} 吐き気がする。気持ち悪い	1	2	3
21. ^{はいべん} 排便のリズムがくずれやすい	1	2	3

問 12. あなたの体調について教えてください。あてはまる症状に○をしてください。

質 問	ない	ある	
		まれに・ たまに (1~2ヶ月に 1~3回以下)	ときどき・ しばしば (週に1回 以上)
1. 立ちくらみ、あるいはめまいを起こす（目の前が真っ暗になる）	1	2	3
2. 立っていると気持ちが悪くなる	1	2	3
3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる	1	2	3
4. 少し動くときと動悸（心臓がばくばくする）あるいは、息切れがする	1	2	3
5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い	1	2	3
6. 顔色が青白いと言われる。あるいは自分でそう思う	1	2	3
7. 食欲がない	1	2	3
8. 強い腹痛がある	1	2	3
9. 倦怠（体がだるい）あるいは、疲れやすい	1	2	3
10. 頭痛がする	1	2	3
11. 乗り物酔い	1	2	3

問 13. 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか。（○はひとつ）

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問 14. 学校以外での勉強について教えてください。

学校の授業時間以外に、平日1日あたりどれくらいの時間、勉強をしていますか。学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。（○はひとつ）

1. 3時間以上	2. 2時間以上、3時間より少ない
3. 1時間以上、2時間より少ない	4. 30分以上、1時間より少ない
5. 30分より少ない	6. まったくしない

問 15. あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | | |
|---|------------------|---------------|
| 1. 持っていない | 2. スマートフォンを持っている | 3. ガラケーを持っている |
| 4. その他の通信端末を持っている (iPad やタブレット、契約切れスマートフォンなど) | | |

***** ここからはあなたのインターネットの使用について教えてください *****

※ここでいう『ネット』とは、メール・ゲーム・アプリ・サイトを見る、などの『パソコン・スマホ・タブレット・携帯電話』で行うすべての事を指します。

問 16. 下の欄の中で、ネットで利用するものがあれば、すべてのものに○をつけてください。

- | | | |
|--------------------------------------|-------------------|------------------------|
| 1. スマホゲーム | 2. パソコンやゲーム機でのゲーム | 3. LINE |
| 4. Twitter | 5. Facebook | 6. Instagram (インスタグラム) |
| 7. 動画 (Youtube・ニコニコ動画・SHOWROOM など) | | 8. ブログ |
| 9. 掲示板やまとめサイト | | |
| 10. ショッピング (オークション参加や音楽のダウンロード購入も含む) | | |
| 11. その他 | 12. ネットは利用しない | |

問 17. ゲーム機でのゲームや、ネットをする時間は、1日のうちどのくらいですか。(○はひとつ)

- | | | | |
|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1. 全くしない | 2. 30分くらい | 3. 1時間くらい | 4. 2時間くらい |
| 5. 3時間くらい | 6. 4時間以上 | | |

問 18. ネットを利用する時のことで、あてはまるものがあればすべてに○をつけてください。

- | |
|--------------------------------|
| 1. ネットを利用するにあたって、保護者と約束事を決めてある |
| 2. 動画をアップしたことがある |
| 3. 学校裏サイトをみたことがある |
| 4. ネットで嫌な思いをしたことがある |
| 5. ネットで知り合った人と、実際に会った事がある |
| 6. ネットは利用しない |

問 19. ネットの利用について、「いいえ」か「はい」のあてはまる方に○をしてください。

質 問	いいえ	はい
1. あなたはインターネットに夢中になっていると感じますか？（たとえば、前回にインターネットでしたことを考えたり、次回インターネットをすることを待ち望んでいたり、など）	1	2
2. あなたは、満足を得るために、インターネットを使う時間をだんだん長くしていかなければならないと感じていますか？	1	2
3. あなたは、インターネット使用を制限したり、時間を減らしたり、完全にやめようとしたが、うまくいかなかったことがたびたびありましたか？	1	2
4. インターネットの使用時間を短くしたり、完全にやめようとした時、落ち着かなかったり、不機嫌や落ち込み、またはイライラなどを感じましたか？	1	2
5. あなたは、使いはじめに意図したよりも長い時間インターネットを接続した状態ですか？	1	2
6. あなたは、インターネットのために大切な人間関係、学校のことや、部活動のことを台無しにしたり、あやうくするようなことがありましたか？	1	2
7. あなたは、インターネットへの熱中のしすぎをかくすために、家族、学校の先生やその他の人たちにうそをついたことがありますか？	1	2
8. あなたは、問題から逃げるために、または、絶望的な気持ち、罪悪感、不安、落ち込みなどといったいやな気持ちから逃げるために、インターネットを使いますか？	1	2

出典：Young K. Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. CyberPsychology and Behavior. 1(3), 237-244.
 平成 29 年度厚生労働科学研究費補助金 「飲酒や喫煙等の実態調査と生活習慣病予防のための減酒の効果的な介入方法の開発に関する研究」班 総括・分担研究報告書. P. 55

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出をしてください。

甲州市

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 報告書

令和4年度

令和5(2023)年2月発行

— 編集・発行 —

甲州市 健康増進課

山梨大学大学院 総合研究部 社会医学講座

〒409-3898 山梨県中央市下河東 1110

TEL : 055-273-9566 FAX : 055-273-7882

山梨大学大学院 総合研究部 社会医学講座