

○ 問5 ふだん何か困ったことや心配ごとがある場合、気軽に相談できる人がいますか。
(1つだけ○印を付ける)

1. いる 2. いない

○ 問5-1 (問4で「1. いる」に○印を付けた人だけ答えてください。)

それは主にどのようなことですか。(主なもの2つ以内に○印を付ける)

1. 親 2. きょうだい 3. 祖父母 4. 学校の先生 5. 友だち
6. その他 ()

■平日(ふだんの授業のある日)の睡眠や食事の様子についてお聞きします。

○ 問6 だいたい夜何時ごろに寝ますか。(1つだけ○印を付ける)

1. 8時ごろ 2. 9時ごろ 3. 10時ごろ 4. 11時ごろ 5. 12時ごろ
6. 1時ごろ 7. 1時よりおそい

○ 問7 朝はすっきりと目が覚めますか。(1つだけ○印を付ける)

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

○ 問8 最近、睡眠時間がたりない(午前中眠くなるなど)と感じていますか。

(1つだけ○印を付ける)

1. ない 2. 時々(2~3日)ある 3. ほとんど毎日ある

○ 問9 朝食を食べていますか。(1つだけ○印を付ける)

1. 毎日食べる 2. 食べる日が多い(3~4日食べる)
3. 食べない日が多い(1~2日食べる) 4. ほとんど食べない

○ 問9-1 (問8で「1. 毎日食べる」または「2. 食べる日が多い」に○印を付けた人だけ答えてください。)

どのようなものをよく食べていますか。(あてはまるものすべてに○印を付ける)

1. 主食
2. 主菜
3. 副菜
4. 汁ものや飲み物
5. その他

【説明】

主食：ごはん・パン・めんなど

主菜：肉・魚・たまご・大豆製品などのおかず

副菜：主に野菜を中心としたおかず

汁ものや飲み物：みそ汁・スープ・牛乳・100%ジュースなど

その他：くだもの・デザート

○ 問10 ふだん家では、誰かと一緒に食事をしていますか。(1つだけ○印を付ける)

1. 家族そろって食べることが多い 2. 家族の誰かと食べることが多い
3. 一人で食べることが多い 4. その他 ()

○ 問11 食事は楽しいですか。(1つだけ○印を付ける)

1. とても楽しい 2. 楽しい 3. あまり楽しくない 4. まったく楽しくない

(ありがとうございました)