**「心の健康」に関するアンケート**

　　年　 組　　番　　氏名

みなさんの「心の健康」について教えてください。該当する番号に○をつけ、「その他」を選んだときは、（　　）内に具体的に記入してください。

問１　ストレスを感じたとき、ストレスを解消する方法がありますか。（例：好きなことをする）

　　　１　ある　　　　　２　ない

問２　あなたは、悩みがありますか。

　　　１　ある　　　　　２　ない

　悩みがある場合、差し支えなければ、その悩みを教えてください。（いくつでも）

　　　１　勉強　　２　進学・進路　　３　部活動　　４　友だちとの関係　　５　自分の性格

　　　６　自分の容姿（顔だち・体つき）　　７　恋愛　　８　家族のこと

　　９　その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）

問３　もし悩んだり、困ったときには、だれかに相談しようと思いますか。

　　　１　相談する　　　２　相談しない　　　３　わからない

　　　相談しないと答えた人は、その理由を教えてください。（いくつでも）

　　　１　相談してもしないから　　２　くさいから　　　　　３　自分で解決するから

４　小さな悩みだと思うから　　　５　だれに相談したらいいか分からないから

６　相談方法が分からないから　　７　心配をかけたくないから　　８　られそうだから

９　をかけたくないから　　　10　その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　）

問４　悩んだり、困ったときに、身体にが出ることがありますか。

１　ある　　２　ない　　３　わからない

あると答えた人は、どんな症状が出ますか。（いくつでも）

１　イライラする　　２　だるい　　３　れない　　４　ドキドキする

５　頭がい　　６　おが痛い　　７　がない

８　その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　）

ご協力ありがとうございました。