

## ＜生徒への心と体の健康に関するアンケート結果から 1月中旬実施＞

・次のようなよい点が見られた。

- ①「学校で熱中できるものがあった。」という生徒が7割で、昨年度よりも1割増えている。  
→昨年よりも4割増えている。熱中したものの中で、一番多かったものは部活動であった。  
→前向きに部活動に取り組み、充実していたことが伺われる。
- ②「学校に行きたくないと思ったことがほとんどなかった。まったくなかった。」という生徒が9割で、昨年度と同様だった。  
→前向きな気持ちで学校生活を送っていることが伺われる。
- ③「教室に入りにくい雰囲気はほとんどなかった。まったくなかった。」という生徒が全員で、昨年度の9割よりも増加した。  
→クラスの関係がうまくいっていることが伺われる。
- ④ 相談相手について、9割の生徒が「相談相手がいた。」と回答しており、昨年よりも1割増えた。なお、8割の生徒が相談相手を「友だち」と回答している。また、6割強の生徒が相談相手を「家族」と回答し、昨年よりも1割以上増えた。  
→友だちや家族とよい関係を保っていることが伺われる。
- ⑤ 心の成長について、75%の生徒が「成長を感じている。」と回答している。  
→人・物・事など様々な経験や体験を通して心の成長を感じることができたものとする。

・次のような生徒の実態があり、課題が残された。

- ①「精神的に疲れたと感じることがほとんどなかった。」という生徒が6割弱で、昨年度よりも2割減っていた。原因は「多忙」をあげている生徒が多かった。  
→生徒の活動を教師が把握し、一人の生徒の負担が大きくなり過ぎないようにバランスを考えて配慮していきたい。
- ②「自分の良いところがわからない。」という生徒が25%いる。昨年の50%の半分になったが、まだ多い。また、自分について、「どちらかという嫌い」「嫌い」という生徒も35%いる。これも、昨年の50%よりも減ったが、まだ多い。  
→思春期の難しい時期だが、さまざまな取組を通して、自分のよさに気付いた生徒もいる。今後も、継続した取組や新しい取組を通して、生徒の自己肯定感を高めていきたい。  
→「自分の良さがわからない」「自分のことが嫌い」等と回答した生徒には、職員が連携し、より生徒の心に寄り添えるようにし、スクールカウンセラーの助言も生かしていきたい。
- ③「学校に行きたくない」「精神的に疲れた」「相談相手がいない」「自分のことが嫌い」など心の不安定な生徒がいる。  
→教育相談活動を充実したり、日常の声がけを大切にしたり、保護者と教師の連携を図るなどし、心の不安定な生徒の早期対応を図っていくことが大切である。

## ＜保護者への心と体の健康に関するアンケート結果から 1月中旬実施＞

・次のようなよい点が見られた。

- ①「心の成長を感じた」と答えた保護者が9割強あり、昨年度よりも1割以上増えていた。  
具体的には、「苦手なことも含めいろいろなことに努力していたこと」「家族や周りの人への接し方や考え方」等が多かった。
- ②「自己肯定感を高めるために家庭で心がけた」と8割強の保護者が回答している。  
昨年度よりも1割以上、増えた。具体的には「会話」「一緒に過ごす」「肯定的な言葉がけ」が多かった。  
→①と②から、保護者が子どもに温かく接し、子どもの様子を見守っていることがわかる。

・次のような保護者の感じる生徒の実態があり、課題が残された。

- ①「心の健康で気になることがよくあった」という保護者が1割強いた。昨年度は0だったので、増えた。  
具体的には、「疲れ」「反抗期」「友達関係などの悩み」をあげていた。  
→保護者が子どもをよく見ている結果ともとらえられるが、「疲れ」「友達関係の悩み」等については、学校も生徒の実態を把握し、対応や改善も考えていきたい。
- ②「心の健康以外で気になったこと」では、「視力低下」の回答が3割以上と高かった。  
また、「生活習慣」の回答は4割強あった(「食事」「歯」「夜更かし」「うたた寝」等)  
→本年度、視力の低下した生徒が多いという実態がある。  
遺伝等もあるが、姿勢や目の疲れ等への指導も必要である。  
生活習慣は、生徒の自立という面からも、自主的に行動できる力をつける必要がある。

# 平成26年度心の健康に関するアンケート結果（生徒用）

※（ ）の数字は昨年度の結果

## 1 生活の充実感について

(1) 家庭で熱中できるものがあったか。

	1年	2年	3年	全学年
あった	5	12 (7)	6 (6)	23
なかった	5	0 (5)	3 (3)	9

・ゲーム、音楽、パソコン、絵を描く、剣道、ダンスなど様々。

## 2 生活の充実感について

(1) 学校で熱中できるものがあったか。

	1年	2年	3年	全学年
あった	8	11 (9)	4 (5)	23
なかった	2	1 (3)	5 (4)	8

・7割強の生徒が「熱中できるものがあった。」と回答している。

（昨年度、3割ほど増え、今年度さらに1割増えた。前向きな気持ちで学校生活を送っている。）

・3学期にアンケートを実施したために、3年生の部活動などが入らず、その影響もあり、低かったと考えられる。

(2) 学校で熱中したものは何か。

	1年	2年	3年	全学年
部活動(駅伝含む)	6	9 (8)	0 (4)	15
バスケットボール	2	1 (0)	1 (0)	4
友達との会話	0	2 (1)	2 (0)	4
授業(勉強)	0	1 (0)	0 (1)	1
行事	0	1 (0)	0 (0)	1
その他	1	3 (0)	1 (0)	5

\*その他:委員会活動(2)、読書、ダンス、百人一首大会

・学校で熱中したもののの中で一番多かったものは部活動で、5割弱である。

（昨年度と同様の結果であり、部活動に対して前向きである。）

## 3 精神面について

(1) 学校に行きたくないと思ったことがあったか。

	1年	2年	3年	全学年
いつもあった	0	0 (0)	1 (0)	1
よくあった	0	1 (1)	2 (2)	3
ほとんどなかった	7	7 (9)	4 (7)	18
まったくなかった	3	4 (2)	2 (0)	9

・9割の生徒が「ほとんどなかった。」「まったくなかった。」と回答している。

（昨年度と同様の結果であり、落ち着いて学校生活を送っている。）

## (2) 学校に行きたくないと思った理由は何か。

・「疲れていて、家でゆっくりしたい」「学校があまり好きではない」「先生が少し苦手」などを主な理由に挙げています。(生徒とのコミュニケーションを深めたり、教育相談活動を充実させたり、保護者と教師の連携を図っていき、学校に行きたくないという気持ちをもたせないようにしていきたい。)

## (3) 精神的に疲れたと感じることがあったか。

	1年	2年	3年	全学年
いつもあった	0	1 (0)	0 (0)	1
よくあった	1	3 (2)	6 (4)	10
ほとんどなかった	8	8 (10)	3 (5)	19
まったくなかった	1	0 (0)	0 (0)	0

・6割弱の生徒が「ほとんどなかった。」と回答している。  
(昨年度よりも2割近く減っており、生徒が疲れている様子が見られる。)  
(昨年度の3年生が全員疲れたと感じていなかったことも結果の変化に影響している。)

## (4) 精神的な疲れの理由は何か。

・「いろいろ重なって大変だった」「仕事が大変だった」「何でもかんでもやり過ぎた」「忙しすぎて自分の好きなことができなかった(休めなかった)」等の記述が多かった。また、勉強や友達との関係の記述もあった。

(生徒の活動を教師が把握し、一人の生徒の負担が大きくなるようにバランスを考えたり、生徒とのコミュニケーションを深め、気軽に教師に話ができるように教育相談活動を充実させたり、保護者と教師の連携を図ったりしていく必要がある。)

## 4 対人関係について

### (1) 教室に入りにくい雰囲気があったか。

	1年	2年	3年	全学年
いつもあった	0	0 (0)	0 (0)	0
よくあった	0	0 (0)	0 (1)	0
ほとんどなかった	1	2 (4)	3 (3)	6
まったくなかった	9	10 (8)	6 (5)	25

・全員の生徒が「ほとんどなかった。まったくなかった」と回答している。  
(クラスの関係がおおかたうまくいっている。)

### (2) 悩み事や困ったとき、相談相手がいたか。

	1年	2年	3年	全学年
いた	9	11 (10)	8 (8)	28
いなかった	1	1 (2)	1 (1)	3

・9割の生徒が「相談相手がいた。」と回答している。  
・「いなかった。」という生徒が3人いる。  
(相談しやすくなる工夫や雰囲気作りが更に必要である。)

### (3) 相談した人は誰か。

\*複数回答

	1年	2年	3年	全学年
友だち	8	11 (9)	5 (7)	24
家族	8	9 (4)	3 (5)	20
先生	2	2 (1)	2 (3)	6

・8割弱の生徒が相談相手を「友だち」と回答している。  
(昨年度と同様の結果。友だちと良い関係を築けている。3年生はやや低いことが気になる。)  
・6割強の生徒が相談相手を「家族」と回答している。  
(昨年度よりも1割以上上がった。親子がさらに良い関係を築けている。保護者と教師の連携を更に深めていきたい。)

## 5 自分らしさについて

### (1) 自分らしさを発揮できたのはいつであったか。

	1年	2年	3年	全学年
家族といるとき	7	8 (7)	6 (6)	21
友だちといるとき	5	10 (8)	4 (8)	19
部活動のとき	5	7 (3)	4 (1)	16
行事のとき	4	6 (4)	4 (3)	14
授業のとき	1	4 (4)	1 (1)	6

- ・7割弱の生徒が「家族といるとき」と回答している。  
(昨年度より1割増えており、家族との関係がおおむねよい。)
- ・6割弱の生徒が「友だちといるとき」と回答している。  
(昨年度より1割減っている。3年生の減少が気になる。)
- ・約5割の生徒が「部活動・行事のとき」と回答している。  
(昨年度より1割～2割増えており、自分らしく過ごせる場が増えている。)

### (2) 自分のよいところがわかるか。

	1年	2年	3年	全学年
わかる	9	8 (5)	6 (6)	23
わからない	1	4 (7)	3 (3)	8

- ・「わかる。」と回答している生徒が4人中3人(75%)である。  
(昨年度より「わかる」と回答した生徒が25%増えており、自分のよい面に目を向けられるようになってきている。)

### (3) 自分のことが好きか。

	1年	2年	3年	全学年
好き	0	0 (0)	0 (0)	0
どちらかという好き	8	8 (5)	4 (6)	20
どちらかという嫌い	2	4 (6)	3 (3)	9
嫌い	0	0 (1)	2 (0)	2

- ・「好きなどころが多い。」と回答している生徒は6割強である。  
(昨年度より「好きなどころが多い」という生徒が2割以上増えており、自己肯定感が高まっている。しかし、3年生では、減少していた。受験の時期と重なり、悩んでいる生徒もいたので影響か?)
- ・「嫌い。」という生徒が3年生に2人いる。  
(自分を認め肯定することができなければ、他の人を認めることはできない。また、他人から認められることで自分を肯定するという相互作用もあるので、関係性を高めるような働きかけを更にしていくことが必要である。)

### (4) 達成感を得られたものがあったか。

	1年	2年	3年	全学年
たくさんあった	8	10	7	25
少しあった	2	2	2	6
なかった	0	0	0	0

- ・全員が達成感を感じることができた。  
(達成感は、自己肯定感ともつながっている。今後も達成感を感じらるような取組が必要である。)

## 6 心の成長について

(1)心の成長を感じているか。

	1年	2年	3年	全学年
は い	7	9 (8)	7 (7)	23
い い え	3	3 (4)	2 (2)	8

・4人中3人が(75%)、「心の成長を感じている」と回答している。  
(年々少しずつ増えている。様々な経験や体験を通して心の成長を感じている。)

(2)どんな心の成長を感じているか。

<1年>

- ・途中であきらめなくなった。
- ・テスト勉強などで最後まで計画的にやれるようになった。
- ・政治について考えることが多くなった。
- ・気持ちの持ち方が強くなった。
- ・人前で意見を言えるようになった。
- ・なんでも前向きにとらえる。
- ・自分のことだけでなく、家族の思いも聞けるようになった。

<2年>

- ・ちょっとしたことでへこたれない。
- ・友達に優しい言い方ができるようになった。
- ・相手のことを考えて行動する。
- ・家でむかつくことがあっても、八つ当たりをしなくなった。
- ・周りを見てまとめたり、自主性ができた。
- ・部活をうまく進行できた。
- ・物事をきつきつ考えなくなった。
- ・きつい言葉をあまり言わなくなった。
- ・周りを見てまとめたり、自主性が出てきた。
- ・我慢強くなった。
- ・自信が持てるようになってきた。

<3年>

- ・自分に厳しくできるようになった。
- ・自分ではよくわからないが、人に言われる。
- ・自分に負けないという気持ちをもてるようになった。
- ・長い時間でも勉強に集中できるようになった。
- ・トラブルがあっても、落ち着いて対処することができた。
- ・相手の気持ちを考えられるようになった。

# 平成26年度子どもの心と体の健康に関するアンケート結果 (保護者用)

※ ( )の数字は昨年度の結果

## 1 心の健康で気になったことがあったか。

	1年	2年	3年	全学年
よくあった	2	0 (0)	2 (0)	4
時々あった	3	5 (8)	3 (6)	11
まったくなかった	5	7 (4)	4 (3)	16

- ・5割弱の保護者が「よくあった。時々あった。」と回答している。
- ・昨年度は「よくあった」は0だったので、気になることが増えている。  
ただ、保護者が子どもをよく見ている結果ともとらえられる。

## 2 心の健康で気になったことは何か。また、どんな対応をしたか。

### <1年生>

- ・勉強も運動もハードで、心身ともに疲れていた。笑顔も少なくなっていた。  
→優しく応援。試合時のお弁当をちょっと笑えるものを作り、元気づけた。
- ・友達・先輩との関係で悩んでいることがあった。  
→その都度、よく話を聞くようにした。解決まではいかなかったと思うが、少し気持ちがすっきりしたようだ。
- ・疲れがピークになるとイライラする時があった。  
→早寝をするようにさせたり、話を聞いたりした。
- ・イライラしていることが多く、大変。宿題もなかなかできずに大変そうだった。

### <2年生>

- ・友達とのことで時々あった。  
→話を聞いて、解決した。
- ・「学校に行きたくない」という時があった。  
→「どうしたの?」と尋ねたり、「休む?」と聞くと、「大丈夫」と元気に登校。
- ・家では言葉遣いなどで家族とぶつかり、いやな気分になることがあった。
- ・疲れている様子の時があった。  
→あまりこちらからは聞かず、見守るようにした。

### <3年生>

- ・反抗期だと思うが、注意した時に返事がないことがあった。
- ・話を聞くようにした。
- ・反抗期かなと思うことがあった。  
→特に気にしないようにした。
- ・けがをかかえた一年だったので、行事のたびに心配だった。

## 3 心の成長を感じたことがあったか。

	1年	2年	3年	全学年
よくあった	4	3 (2)	4 (0)	11
時々あった	6	8 (8)	4 (8)	18
まったくなかった	0	1 (2)	1 (1)	2

- ・9割強の保護者が「よくあった。時々あった。」と回答している。  
昨年度よりも1割以上増えた。

#### 4 心の成長の様子。

##### <1年生>

- ・長距離の時、強い心で苦手な競技だが、目標に向かって頑張った。
- ・苦手なことから逃げなくなった。
- ・すぐにあきらめなくなった。
- ・中学校の行事を頑張っていた。
- ・上の人に対して、敬語を使っている。
- ・責任感が強くなった。
- ・部活でよい成績が残せなくてもあきらめずに練習に取り組む。
- ・頑張るスイッチが入るとすごく頑張れたので、できるようになったのだなと時々、思った。
- ・家族の体調をいつも気遣う言葉がけをするようになった。  
(頑張ってるね。気をつけてね。ありがとう。大丈夫?)
- ・祖父母や周りの人のことを何気なく気遣う様子が見られた。
- ・家族のために何かをしようとする様子が増えた。
- ・妹たちに優しくしてくれることがあった。

##### <2年生>

- ・駅伝で頑張る姿を見たときや友達との会話から。
- ・目標に向かって、日々こつこつと努力できた(駅伝など)。
- ・部活動でレギュラーになりたいという強い気持ちをもって、取り組んでいる。
- ・余裕がもてるようになった。
- ・周囲の人のことを冷静に見ていて、本人なりの考えを言うようになった。
- ・周りの人の気持ちを考えることができるようになった。
- ・考え方が大人になった。
- ・家の手伝いを進んでやるようになった。
- ・「最近、前向きに頑張っているよ。」と言っていた。
- ・以前は何でも話したが、話さないことや自分で解決することがあるようだ。

##### <3年生>

- ・自分中心ではなく、周りへの気配りをするようになった。
- ・嫌なことがあっても引きつらず、気持ちの切り替えをして、次に進むようになった。
- ・急な変更、特別な出来事に対する対処がきちんとできるようになった。
- ・落ち着いて話ができるようになった。(物事を考えられるようになった)
- ・人との接し方、話をしていると感じる。
- ・自分から進んで、勉強、手伝いをする。
- ・3年生としてやらなければ！という思いがいつもあり、頼もしく感じた。
- ・けがで運動ができないときに、周りのサポートもあり、頑張っている仲間の応援にまわって頑張っていた。

#### 5 自己肯定感を高めるために家庭で何か心がけたり、実践したりしたか。

	1年	2年	3年	全学年
よくした	2	1 (1)	0 (2)	3
時々した	8	8 (8)	6 (5)	22
まったくしなかった	0	3 (3)	3 (2)	6

- ・8割強の保護者が「よくした。時々した。」と回答している。  
昨年度よりも1割以上、増えた。

## 6 自己肯定感を高めるために心がけたり実践したりしたことは何か。

### <1年生>

- いっぱい話を聞いて、励ました。
- 学校で頑張ったことをほめた。「大丈夫？」など心配している気持ちも伝えた。
- 頑張っていることを認める声かけをした。
- 家族で会話の機会をたくさん作った。
- できるだけ一緒に時間を過ごすようにした。また、他の人と比べない。
- テストや部活の試合の前には、たくさん声かけをし、応援した。
- ほめてほしいアピールをしてきた時に、しっかりほめた。
- イライラしている時にも、そのイライラの理由を聞いてみたり、応援したりした。
- 家での手伝いをしてくれた時には、「ありがとう」ということを必ず伝えた。
- 「幸せだよね。」と毎日夕食や朝食時に家族で声に出して話した。幸せだと思って、何でも頑張ろう！と。

### <2年生>

- 休日に車で出かける時に、親の思いや周囲の方への感謝の気持ちを話す。
- 話をする。
- 会話の中で気づいているといい。
- たくさんの会話(家族の中で、どれだけ大切な存在か伝えている)。
- 小さい頃の話の時々した。子どもの記憶にはない赤ちゃんの頃の話は、とても興味をもって聞いていた。
- 会話では、できるだけ否定せず、気持ちをくみ取り、肯定的な姿勢での会話。
- 小さな成功でもほめて、自信をもてるようにした。
- よく頑張っていると思うことを言葉で伝えた。
- 自信のないことを言うので、肯定の言葉がけをよくする。

### <3年生>

- 「よく頑張ったね。」「すごいね」など。「いつも応援しているよ。」
- けが、病気の時には、「今はつらいけど、必ず治る。大丈夫だよ。」などの声かけをした。
- 駅伝や合唱など家族で応援に行くなど、みんなで応援しているということを伝えた。
- 家族で話す時間をたくさん作った。
- うまくできた時、頑張った時は、すぐほめる。
- 頼まれた事、尋ねられた事には、すぐに対応する。誕生日カード作り。

## 7 本年度をふり返って心の健康・生活習慣以外で気になったことは何か。

	1年	2年	3年	全学年
視力低下	4	4	3	11
生活習慣	3	2	2	7
けが	1	2	2	5
歯の健康	2	1	2	5
貧血	1	2	0	3
体力低下	1	1	1	3
疲労	1	0	0	1
性	0	1	0	1
食生活	1	1	0	2

### <1年生>

- ・視力が低いのに、本人が気にしていない。
- ・こたつで寝る。
- ・「疲れた」と言って、入浴前にこたつで寝てしまうこともあった。
- ・朝食を食べない。
- ・朝食の食べが悪い。
- ・駅伝練習の頃、貧血気味だった。
- ・駅伝練習でよく足を痛めたり、部活動で足の裏に豆ができたりした。
- ・もどしやすく、体調を崩しやすかった。

### <2年生>

- ・身だしなみや整理整頓をやる気にならない。
- ・机の前の時間が長くなっている。

### <3年生>

- ・歯みがきをよくさぼる。
- ・生活リズムにあまり余裕がなく、夜の歯みがきがおろそかになり、歯科医からむし歯注意信号が出た。
- ・夜更かしをする。
- ・けががしっかり治るかどうか、心配。